

AT 5,99 €
CH 10,80 CHF
LU | BE 6,80 €
NL 7,20 €
IT | ES 7,50 €
HU 2,590 HUF



ISSN 2192-2144

Ausgabe 06 · 2019

Oktober/November

5,99 EURO

68 geniale
Rezepte!

so isst

Italien

Für Ihre italienischen Momente

HÜTTENFEST IN
SÜDTIROL
Lieblingsgerichte für
Groß und Klein

Risotto in Perfektion

So schmeckt's genau
wie in Bella Italia

Obstkuchen zum Verlieben

Mit tollen Kaffeerezepen
für gemütliche Stunden

Italienischer Herbstgenuss

SCHÄTZE DER SAISON: Würzige Pilzgerichte • Rüben & Knollen • Apfel, Birne, Quitte u. v. m.

ENTSPANNT KOCHEN: Saftig Geschmortes • 5-Zutaten-Küche • Ideen für die Mittagspause

Wir feiern
den Kürbis

Pasta, Pizza,
Suppe und mehr



UNWIDERSTEHLICH
Pappardelle mit
gebratenem Hokkaido &
Salbeibutter

Entdecken Sie die Heilkraft der Natur!

Jetzt zum exklusiven Vorteilspreis Probelesen und die Wunder der Natur entdecken



CODE: NA170NM

Bestellung per Post

Schreiben Sie an:
Abo-Service falkemedia
NaturApotheke
Postfach 810640
70523 Stuttgart

Bestellung online

[www.naturapotheke-magazin.de/
minilabo](http://www.naturapotheke-magazin.de/minilabo)

Bestellung per Telefon

Rufen Sie einfach an unter:
0711 72 52 291

IHR
VORTEIL:
2 AUSGABEN
JEWELS 25 %
GÜNSTIGER
+ KLEINE
ÜBERRASCHUNG

EDITORIAL



Genießen Sie mit uns
einen gemütlichen Herbst!

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit den letzten warmen Tagen des Jahres kann ich es immer kaum erwarten, dass der Herbst wieder vor der Tür steht. Für mich persönlich gibt es keine schönere Jahreszeit, denn ich verbinde damit ausgedehnte Waldspaziergänge, Laubbäume in schillernden Rot- und Goldtönen, gemütliche Stunden zu Hause und – natürlich – das Beste, was der Herbst in kulinarischer Hinsicht zu bieten hat.

Auf einige dieser Leckereien können Sie sich in dieser Ausgabe der „So is(s)t Italien“ freuen: Den Kürbis, den König der Saison, haben wir ab Seite 12 in gleich sechs köstlichen Varianten auf die italienische Art zubereitet (darunter Pasta, Risotto und Pizza). Wunderbar aromatische Pilze stehen ab Seite 38 im Mittelpunkt und versprechen herbstlichen Hochgenuss. Für ein geselliges Beisammensein mit Ihrer Familie legen wir Ihnen unsere herrlich deftigen Schmorgerichte mit Wildschwein, Kalb, Hähnchen und Kaninchen (ab Seite 88) ans Herz. Und während diese in aller Ruhe vor sich hinschmurgeln, können Sie die Beine hochlegen und sich voll und ganz entspannen.

Wem der Sinn nach einem kulinarischen Ausflug steht, der sollte auf Seite 100 blättern und mit uns ein Südtiroler Hüttenfest feiern. Ebenfalls auf der Gästeliste: die typischen regionalen Köstlichkeiten wie Käsespätzle und Apfelstrudel – genauso lecker wie auf der Alm! Süßes Glück versprechen unsere feinen Gebäckkreationen mit Weintrauben, Holunderbeeren, Zwetschgen und Feigen. Sie werden überrascht sein, wie leicht Sie damit Ihre Kaffeegäste verzaubern!

Die „So is(s)t Italien“-Redaktion wünscht Ihnen viele herbstliche Genussmomente!

Herzlichst Ihre

Amelie Flum | Chefredakteurin



JETZT NEU: Das „So is(s)t Italien“-Buch

„Die 100 besten Rezepte aus Italien“ heißt unser Buch, das wir mit sehr viel Leidenschaft, Herzblut und Erfahrung kreiert haben. Von Antipasti über Pasta und Pizza sowie Fleisch- und Fischgerichte bis hin zu Dolci findet hier jeder Italien-Fan sein Lieblingsgericht. Hochwertiges Hardcover-Buch mit 220 Seiten Umfang, 24,90 Euro. Erhältlich bei Amazon und unter www.soisstitalien.de/100-rezepte



Schnell sein lohnt sich:

Nutzen Sie noch bis zum 13.9.2019 die Vorbestellungsphase und bestellen Sie unser Buch „Die 100 besten Rezepte aus Italien“ für nur 18,90 Euro (satte 6 Euro Ersparnis!). Einen Vorgeschmack in Form einer Leseprobe finden Sie unter www.soisstitalien.de/100-rezepte

Inhalt



12 6-mal Kürbis auf die italienische Art

62 Backen mit den Früchten der Saison



100 Hüttenzauber in den Bergen



REZEPTE

8 Cettina Welt

Cettina verrät zwei Rezepte, die sie auf einer Reise durch ihre italienische Heimat kennenlernte

12 Wir feiern den Kürbis

Die besten Rezepte mit der leuchtenden Herbstfrucht

24 Cremiges Risotto

4 Rezepte, die Reis in seiner schönsten Form zeigen

32 Pasta e Vino: Rüben & Knollen

Sechs Pastagerichte mit den dazu passenden Weinen

38 Auf der Suche nach Pilzen

Perfekte Rezepte für die kleinen Schätze aus dem Wald

44 Es geht ans Eingemachte!

Die Gaben des Herbstes für den Winter bewahren

50 Gutes für die Mittagspause

Diese Mahlzeiten machen außer Haus satt und glücklich

56 Frisch aufgetischt!

Sechs Gerichte mit Gemüse, Salat und Obst der Saison

62 Herbstliche Obstkuchen

Unser feines Gebäck mit den Früchten der Jahreszeit ist unwiderstehlich! Dazu servieren wir tolle Kaffeetränke

70 Stressfrei kochen

Familiengerichte, die ganz entspannt zubereitet werden

74 Vegetarische 5-Zutaten-Küche

Auch ohne Großeinkauf lässt sich Köstliches zaubern

Fotos: Ira Leoni (3); © IDM Südtirol/Joséf Gorfer (1); Tina Bumann (1); Frauke Antholz (2); Katharina Küllner (1); Cettina Vicenzino (1)

80
Ideen für schnelle
Gerichte





24 Neue Risotto-Varianten

80 Pronto, bitte! Eine Mahlzeit in Minuten

Perfekte Rezepte, wenn's mal schnell gehen muss

88 Herzhaftes aus dem Schmortopf

Wir präsentieren vier deftige Fleischgerichte, die auf der Zunge zergehen und voller würziger Aromen stecken

100 Einkehren auf der Hütte

Auf nach Südtirol – zum Wandern und zum Genießen traditioneller Speisen in urgemütlicher Stimmung

110 Vier Variationen: Birne

Im Salat, im Schlaufrock, als Kuchen und in der Pasta

SERVICE

21 Weinratgeber: Feine Tropfen zu Gerichten mit Kürbis

22 Ratgeber: Kürbis

30 Ratgeber: Risotto

48 Ratgeber: Einmachen

96 La dolce vita

STANDARDS

3 Editorial

6 Rezeptfinder

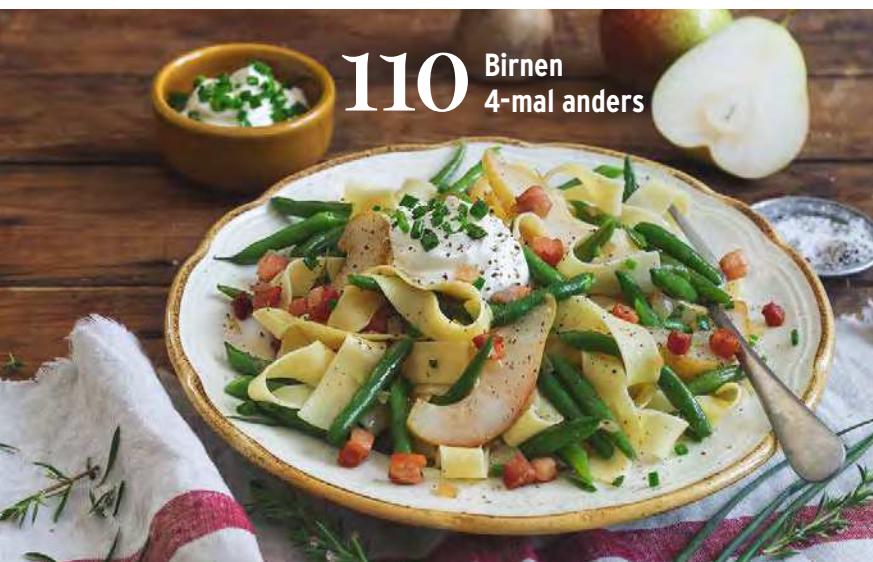
108 Rätsel/Impressum

114 Vorschau



8

Cettina Vicenzino in Südtirol



110 Birnen 4-mal anders



88 Köstlich geschmorte Fleischgerichte



44 Eingemachte Leckereien

Alle Rezepte dieser Ausgabe

UNSER MENÜVORSCHLAG FÜR EINEN GEMÜTLICHEN HERBSTTAG

VORSPEISE



18 Kürbiscremesuppe mit Garnelen und scharfen Knoblauch-Mandeln

HAUPTGERICHT



94 Rigatoni mit zartem Wildschweinragout

NACHSPEISE



85 Karamellisierte Äpfel mit Rum-Vanilleeis

ZWISCHENDURCH *nel mentre*



S. 11 Rote-Bete-Knödel in Gorgonzolasoße



S. 18 Herbstsalat mit Kürbis und Pancettadressing



S. 42 Steinpilzcarpaccio



S. 43 Gebratene Pfifferlinge auf Grillgurke



S. 45 Würzig eingelegte Karotten



S. 46 Kürbis-Birnen-Chutney



S. 46 Zwiebel-Pfauen-Chutney



S. 46 Steinpilzpesto



S. 47 Sauer eingemachtes Gemüse



S. 53 Gemüse im Pizzateig



S. 54 Panini mit Zucchini, Schinken und Rucolapesto



S. 54 Miniquiche mit Kirschtomaten und Mangold



S. 54 Ricotta-Auflauf



S. 56 Rucolasüppchen mit Sesam



S. 72 Panierte Mozzarella-bällchen



S. 80 Tramezzini mit Räucherforelle, Ei und Rucola



S. 81 Ingwer-Karottensuppe mit Croutons



S. 84 Warmer Radicchiosalat mit Champignons & Salsiccia



S. 111 Linsensalat mit Roter Bete und Birnen



S. 17 Kürbis-Safranrisotto mit karamellisiertem Rosenkohl



S. 17 Mit Salsiccia & Zucchini gefüllter Butternutkürbis



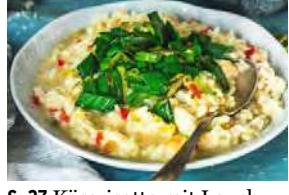
S. 20 Pappardelle mit Hokkaido, Ricotta & Parmaschinken



S. 20 Kürbspizza mit Kräuterseitlingen und Zwiebeln



S. 27 Pilzrisotto mit mariniertem Lammspeß



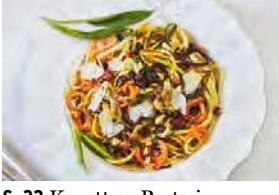
S. 27 Käserisotto mit Lauch



S. 28 Thymian-Apfel-Risotto mit gebratener Kalbsleber



S. 28 Tomatenrisotto mit Knoblauchgarnelen



S. 32 Karotten-Pasta in Salbei-Haselnuss-Butter



S. 33 Pasta-Risotto mit Steckrübe und Rosinen



S. 34 Rigatoni mit Sellerie-Hackfleisch-Ragout



S. 35 Lauwarmer Pastasalat mit Süßkartoffeln



S. 36 Pastinaken-Penne-Gratin mit Lachs



S. 37 Nudelpfanne mit Wurzelgemüse und Ricotta



S. 43 Quiche mit Waldpilzen



S. 57 Crostata mit Herbstgemüse



S. 58 Kartoffelgnocchi mit Kürbis



S. 59 Gewürzhähnchen auf Ofengemüse



S. 71 Auberginen-Involtini



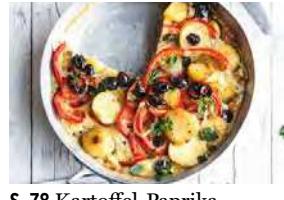
S. 72 Spaghetti mit Tomaten und Burrata



S. 74 Pasta mit Radicchio, Feigen und Gorgonzola



S. 77 Haferrisotto mit Ofengemüse



S. 78 Kartoffel-Paprika-Frittata



S. 82 Salbei-Kürbis-Farfalle



S. 83 Wirsingpfanne mit Gnocchi & Hähnchenbrust



S. 93 Geschmorte Kalbsbäckchen mit Gremolata



S. 93 Geschmorte Hähnchenkeulen mit Knoblauch



S. 94 Geschmortes Zitronen-Kaninchen mit Salbeignocchi



S. 105 Kaiserschmarrn mit Zwetschgenkompott



S. 106 Käsespätzle mit Zwiebeln



S. 107 Speckknödel in Brühe



S. 112 Pappardelle mit Birnen, grünen Bohnen und Pancetta



S. 10 Karottenkuchen mit Erdmandeln



S. 60 Gebackene Quitte mit Joghurtcreme



S. 61 Gebackene Apfelringe mit Zimt



S. 64 Holunderbeer-Käsekuchen-Tartelettes



S. 65 Schokoladenkuchen mit Ricotta und Weintrauben



S. 66 Feigentorte mit Pistazien und Honig



S. 66 Zwetschgen-Crostata mit Amarettinibröseln



S. 69 Karamell-Mandel-Latte-macchiato



S. 69 Kürbis-Caffè-Latte



S. 69 Heiße Zimtschokolade



S. 69 Espresso-Martini



S. 106 Warmer Apfelstrudel



S. 111 Gebackene Birne im Schlafröck



S. 112 Birnen-Hefekuchen mit Streuseln





HERZ UND NATUR

Cettina (r.) mit Harald
Gasser und Familie
auf dem Biohof im
schönen Südtirol



CETTINAS WELT

Unterwegs in Südtirol

Die Kochbuchautorin, Fotografin und Künstlerin Cettina Vicenzino hat für uns ihre liebsten Gerichte zusammengestellt und weiß dazu auch noch eine passende Geschichte zu erzählen

TEXT, REZEPTE & FOTOS | CETTINA VICENZINO

Südtirol gehört zur Lieblingsregion der deutschen Touristen. Zu Recht, denn hier scheint die Welt noch in Ordnung zu sein. Alte Traditionen werden gepflegt, die auch im Sinn haben, eine ursprüngliche Natur zu bewahren. Dem Besucher offenbart sich eine intakte Naturlandschaft aus Mischwäldern, Weinbergen, Kastanienhainen, glasklaren Bächen und Bergseen, grünen Almwiesen und saftigen Apfelwiesen. Fast zu schön, um wahr zu sein. Denn schaut man genauer hin, so trifft man auch auf Monokulturen, Apfelplantagen, Bäume, die gar keine Bäume mehr sind. Etwas trügt diesen schönen Südtiroler Schein, und um mehr über das wirkliche Sein Südtirols zu erfahren, fahre ich nach Barbian zum Aspingerhof.

Hier treffe ich Harald Gasser, der früher als Sozialarbeiter arbeitete und nun zu jener neuen italienischen Bauerngeneration gehört, mit der die Südtiroler Marketingagentur gerne wirbt – trotz des Wissens, dass in Südtirol die allgemeinen Vorstellungen über Landwirtschaft dem diametral entgegenstehen. Haralds Vater kommt aus der konventionellen Landwirtschaft. Harald aber wollte einen anderen Weg gehen. Er las daraufhin Bücher über ökologischen Gemüseanbau und Permakultur. Im Aspingerhof werden nun an die 500 fast vergessene Obst- und Gemüseraritäten auf nicht einmal einem halben Hektar angebaut. Seine Familie und auch Freunde wie Alexander Gantoler, der Haralds selbst angebauten Produkte im Restaurant des Hotels „Haus an der Luck“ verarbeitet, unterstützen ihn, wo es nur geht. Als dann der erste Koch die Raritäten vom Aspingerhof für seine Küche haben wollte, stellte Harald von vornherein klar, dass seine Produkte teuer und keine Schönheiten seien, da sie ohne Düngemittel und Pestizide wachsen. Dem Koch war das egal, ihm ging es um den Geschmack, nicht um die Optik.



DIREKT VOM STRAUCH
Harald Gassers Tomaten sind ungespritzt (o.)

WUNDERSCHÖN Der Blick über Südtirols Täler (l.)

MISCHKULTUR Alte und neue Tomatensorten (u.)

Am Anfang seines Schaffens hielten ihn viele für verrückt – so viel Arbeit für so wenig Ertrag. Aber: Nahrung vermehrt sich, wenn man teilt. Man muss bereit sein „abzugeben“, und zwar an die Natur selbst. Von gesunder Nahrung braucht der Mensch grundsätzlich viel weniger – und weniger Nahrung bedeutet in diesem Fall sogar mehr Nährstoffe. Permakultur lehrt Nachhaltigkeit und Respekt vor dem natürlichen Lebenskreislauf. Statt Konkurrenten, die als Unkraut oder Ungeziefer bezeichnet werden, zu bekämpfen, gönnt man ihnen einfach ihren Anteil. Vielmehr versucht man, die Pflanzen durch Mischkulturen zu stärken, damit man selbst auch seinen ausreichenden Anteil bekommt. Und dafür benötigt man keine Giftstoffe, die Pflanzen, Boden und Mensch schädigen und eben auch die Natur in Südtirol.





KAROTTENKUCHEN mit Erdmandeln

Karottenkuchen mit Erdmandeln

von Petra Ottavi

Torta di carote e mandorle di terra

FÜR 1 KUCHEN (Ø 24 CM)

- 1 Tasse geriebene Karotten
- 1 Tasse Kokosraspel
- 1 Tasse Vollrohrzucker
- 1 Tasse gehackte Erdmandeln
- 2 Eier
- 1/2 Tasse Naturjoghurt
- 1/2 Tasse Pflanzenöl oder zerlassene Butter zzgl. etwas mehr zum Fettten
- 1 1/2 Tassen Dinkel- oder Weizenvollkornmehl
- 1/2 Pck. Backpulver
- 1 Vanilleschote (ausgelöstes Mark)
- 1 Prise Salz
- etwas Puderzucker zum Bestäuben
- einige Minikarotten zum Garnieren

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Karotten, Kokosraspel, Vollrohrzucker und Erdmandeln in eine große Schüssel geben und gut vermengen. In einer zweiten Schüssel die Eier mit dem Joghurt und dem Öl bzw. der flüssigen Butter verrühren. Diesen Mix zur Karottenmischung geben und gründlich verrühren.

2 Das Mehl mit Backpulver, Vanillemark und Salz vermengen. Den Mix nach und nach unter die Karottenmasse rühren. Den Teig in eine gefettete Kuchenform (Ø 26 cm) geben und im vorgeheizten Ofen in ca. 45 Minuten goldbraun backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Den Kuchen abkühlen lassen, dann mit Puderzucker bestäuben, mit Minikarotten garnieren und lauwarm servieren.

TIPP: Die Tasse, die Petra Ottavi für dieses Rezept verwendet, fasst ca. 220 ml.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 75 Minuten



REDAKTIONSTIPP

Diese und viele weitere Rezepte finden Sie im Buch „Italia – Das Beste aus allen Regionen“ von Cettina Vicenzino. Dafür ist die Autorin und Fotografin, selbst gebürtige Sizilianerin, in ihr Heimatland gereist und hat sich in allen 20 Regionen die besten Rezepte verraten lassen.
Christian Verlag, 29,99 Euro

Rote-Bete-Knödel in Gorgonzolasoße

von Alexander Gantioler

Canederli di barbabietola con salsa al gorgonzola

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DIE KNÖDEL

250 g schnittfestes Weißbrot vom Vortag
40 g Butter
1 Zwiebel
4 Eier
200 g gegarte Rote Bete, geschält
30 g Mehl
1 Prise Kümmelpulver
etwas Milch, nach Bedarf
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

AUSSERDEM

1 Knoblauchzehe
1 EL natives Olivenöl extra
100 g Gorgonzola
1 Schuss Weißwein
300 ml Gemüsebrühe
100 g Sahne
etwas kalte Butter in Stückchen, nach Bedarf
einige Ringelbete-Scheiben zum Garnieren

1 Das Brot in Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Butter in einem Topf zerlassen. Die Zwiebel fein würfeln und darin glasig dünsten. Eier und Rote Bete pürieren. Das Püree mit Mehl, Zwiebel, Kümmel, Salz und Pfeffer zum Brot geben. Alles gut verkneten. Etwas Milch dazugeben, sollte die Masse zu fest werden. Die Masse 30 Minuten an einem kühlen Ort ruhen lassen.

2 Mit leicht angefeuchteten Händen aus der Masse runde Knödel formen. Die Rote-Bete-Knödel in siedendem Salzwasser je nach Größe in 5–10 Minuten gar ziehen lassen.



ROTE-BETE-KNÖDEL

in Gorgonzolasoße



3 Inzwischen für die Soße Knoblauch fein würfeln und in einem Topf im Olivenöl andünsten. Den Gorgonzola grob würfeln und dazugeben, dann Weißwein, Brühe und Sahne angießen und die Soße einige Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen. Falls sie zu flüssig ist, etwas eiskalte Butter in kleinen Stückchen unterschlagen und die Soße damit abbinden. Die Knödel mit Ringelbete-Scheiben und Soße auf Tellern anrichten und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten
zzgl. 30 Minuten Ruhezeit

MIT SITT UND VERSTAND
Kluges Kombinieren von Pflanzensorten macht Spritzmittel unnötig

*Mit Salsiccia, Zucchini und
Kirschtomaten gefüllter
BUTTERNUTKÜRBIS*

Rezept auf Seite 17



Gute Portion

Jeder Gast bekommt seine eigene gefüllte Kürbishälfte, so gibt es keinen Streit darüber, wer am Tisch die größte Portion verpeisen darf. Kein Wunder, dieses wunderbar deftige Gericht macht süchtig.

Wir feiern den Kürbis HERBSTGENUSS

Lange haben wir gewartet, nun ist es endlich so weit: **Die Kürbiszeit hat begonnen.**

Ihm zu Ehren haben wir sechs unwiderstehliche Gerichte kreiert, die Sie begeistern werden

FOTOS & STYLING | IRA LEONI

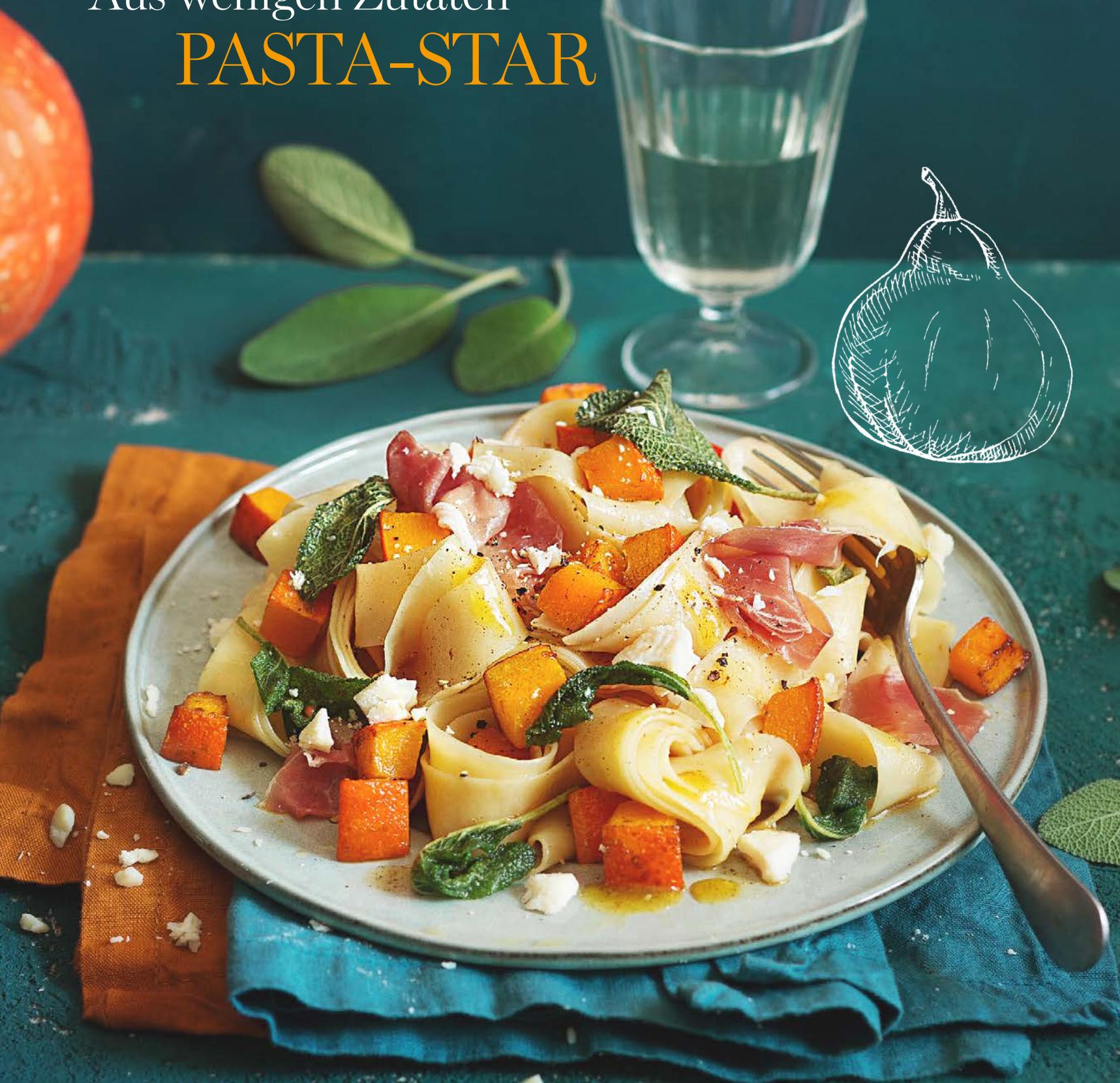


KÜRBISCREMESUPPE
*mit gebratenen Garnelen
und scharfen Knoblauch-Mandeln*

Rezept auf Seite 18



Aus wenigen Zutaten
PASTA-STAR



PAPPARDELLE
*mit Hokkaido, Parmaschinken,
Ricotta und Salbeibutter*

Rezept auf Seite 20



Zweifach

Kürbis findet bei dieser Pizza gleich doppelt Verwendung: Aus der Feldfrucht wird ein Püree zubereitet, das einerseits unter den Teig gemengt und zudem auch als Grundlage für den Belag auf den Teig gestrichen wird.

KÜRBISPIZZA mit Kräuterseitlingen, roten Zwiebeln und Paprika

Rezept auf Seite 20

Ein Topf voll Gold RISOTTO-GLÜCK



KÜRBIS-SAFRANRISOTTO
*mit karamellisiertem Rosenkohl
und Granatapfelkernen*

Ungewöhnlich

Die Kombination des fein ab-
gestimmten Kürbisrisottos mit
edlem Safran und dem Topping aus
karamellisiertem Rosenkohl ist ein
ganz besonderer Genuss. Granat-
apfelkerne bilden das fruchtig-
süße i-Tüpfelchen.

Kürbis-Safranrisotto mit karamellisiertem Rosenkohl und Granatapfelkernen

Risotto zucca e zafferano con cavoletti di Bruxelles caramellati e chicchi di melagrana

FÜR 4 PERSONEN

- 3 Schalotten**
- 1 Knoblauchzehe**
- 800 g Muskatkürbis**
- 3 EL natives Olivenöl extra**
- 300 g Risottoreis**
- 150 ml trockener Weißwein**
- 1 l heiße Gemüsebrühe**
- 0,1 g Safranfäden**
- 1/2 Granatapfel**
- 250 g Rosenkohl**
- 2 EL kalte Butter**
- 2-3 EL brauner Zucker**
- 40 g Parmesan**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Kürbis schälen und halbieren, dann von Kernen und Fasern befreien und in kleine Würfel schneiden.

2 Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin glasig andünsten. Risottoreis und Kürbis dazugeben und ebenfalls unter Rühren kurz mit andünnen. Mit dem Weißwein ablöschen, diesen fast vollständig verkochen lassen. Nach und nach so viel heiße Brühe dazugeben, dass der Reis knapp bedeckt ist. Die Flüssigkeit immer wieder verkochen lassen, bevor weitere Brühe dazugegeben wird. Auf diese Weise den Reis in ca. 25 Minuten garen. Nach 15 Minuten Garzeit den Safran dazugeben.

3 Die Kerne des Granatapfels vorsichtig zwischen den Trennwänden herauslösen. Den Rosenkohl putzen, waschen und vierteln. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und den Rosenkohl darin unter Wenden ca. 5 Minuten dünsten. Den Zucker über den Rosenkohl streuen und langsam karamellisieren lassen.

4 Den Parmesan fein reiben und mit der übrigen Butter unter das Kürbis-Safranrisotto rühren. Das Risotto nach Belieben mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen, dann mit dem karamellisierten Rosenkohl sowie den Granatapfelkernen garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten



Mit Salsiccia, Zucchini und Kirschtomaten gefüllter Butternutkürbis

Zucca butternut ripiena con salsiccia, zucchine e pomodorini



FÜR 4 PERSONEN

- 2 Butternutkürbisse**
- 10 EL natives Olivenöl extra**
- 4 Salsicce**
- 1 Zwiebel**
- 1 Knoblauchzehe**
- 1 Zucchini**
- 350 g Kirschtomaten**
- 1/2 Bund gemischte Kräuter**
(z. B. Oregano und Thymian)
- 250 g Mozzarella**
- 60 g Pecorino**
- 40 g Pinienkerne**
- 200 g Babyspinat**
- 4 EL heller Balsamicoessig**
- 1 TL Honig**
- 1 TL Senf**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kürbisse waschen, schälen und halbieren, dann von Kernen und Fasern befreien. Mit der Schnittfläche nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit 4 EL Olivenöl beträufeln, salzen und pfeffern und im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene 35–40 Minuten backen.

2 Inzwischen das Brät der Salsicce jeweils aus der Pelle drücken. Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein würfeln, den Knoblauch hacken. Die Zucchini waschen, von den Enden befreien und in Würfel schneiden. Die Tomaten waschen. Ca. 1/3 davon beiseitelegen, den Rest klein schneiden. Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Mozzarella abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. Den Pecorino fein reiben.

3 In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen. Salsicciabräten, Zwiebel und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze anbraten. Zucchini, klein geschnittene Tomaten und gehackte Kräuter dazugeben und ca. 10 Minuten mitbraten, gelegentlich umrühren. Die Pfanne vom Herd nehmen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Die gebackenen Kürbishälften aus dem Ofen nehmen und die Hälften vorsichtig mit einem Löffel aushöhlen, dabei einen ca. 1,5 cm breiten Rand stehen lassen. Das gebakene Fruchtfleisch klein schneiden und mit dem Mozzarella und der Hälfte des Pecorinos zum Gemüse geben. Die ausgehöhlten Kürbishälften mit der Gemüsemischung füllen, mit dem übrigen Pecorino bestreuen und im vorgeheizten Backofen in ca. 20 Minuten goldbraun backen. Mit Alufolie abdecken, sollten die Kürbisse drohen, zu dunkel zu werden.

5 In der Zwischenzeit den Salat zubereiten. Dafür die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten, dann herausnehmen und abkühlen lassen. Babyspinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Die beiseitegelegten Tomaten halbieren. Für das Dressing das übrige Olivenöl in einer Schüssel mit Balsamicoessig, Honig und Senf verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Spinat, Tomaten und Pinienkerne mit dem Dressing vermengen. Die gefüllten und gebakkenen Kürbishälften aus dem Ofen nehmen und mit dem Babyspinatsalat auf Teller verteilen. Das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten



Herbstsalat mit ofengebackenem Kürbis, Pancettadressing und Ciabattachips

Insalata autunnale con zucca al forno, pancetta e chips di ciabatta

FÜR 4 PERSONEN

- 1 kleiner Hokkaidokürbis
- 12 EL natives Olivenöl extra
- 1/2 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1/2 Ciabatta
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Pancetta
- 3 EL heller Balsamicoessig
- 1 TL Senf
- 3 EL Crème fraîche
- 1 Kopf Friséosalat
- 1 Radicchio
- 1 Chicorée
- 60 g getrocknete Cranberrys
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Hokkaidokürbis waschen und halbieren, dann von Kernen und Fasern

befreien. Den Kürbis in Spalten schneiden, diese ggf. nochmals halbieren. Die Spalten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. 4 EL Olivenöl mit etwas Salz und Paprikapulver verquirlen und über den Kürbis trüpfeln. Die Kürbisspalten im vorgeheizten Ofen in ca. 25 Minuten goldbraun backen.

2 Inzwischen das Ciabatta in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Ciabattascheiben mit 3 EL Olivenöl beträufeln und in einer Pfanne von beiden Seiten goldbraun rösten. Den Knoblauch schälen und die Ciabattascheiben damit von beiden Seiten einreiben.

3 Den Pancetta in feine Streifen schneiden und ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne knusprig anbraten. Das restliche Olivenöl mit Balsamicoessig, Senf und Crème fraîche in ein hohes, schmales Gefäß geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Den gebratenen

Pancetta unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gebackenen Kürbisspalten aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.

4 Den Friséosalat verlesen. Den Radicchio halbieren, vom Strunk befreien und in einzelne Blätter teilen, den Chicorée vorsichtig in einzelne Blätter lösen. Alles waschen und trocken schleudern. Friséosalat und Radicchio in grobe Stücke zupfen.

5 Friséosalat, Radicchio, Cranberrys und Pancettadressing vermengen. Die Chicoréeschiffchen auf Tellern auslegen, die Salat-Cranberry-Mischung daraufgeben und die gebackenen Kürbisspalten auf dem Salat anrichten. Den Herbstsalat mit den Ciabattachips garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten

Kürbiscremesuppe mit gebratenen Garnelen und scharfen Knoblauch-Mandeln

Vellutata di zucca con gamberi e mandorle piccanti all'aglio



FÜR 4 PERSONEN

- 1 kleiner Knollensellerie
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 20 g Ingwer
- 1 kg Hokkaidokürbis
- 1 Süßkartoffel
- 1 säuerlicher Apfel
- 7 EL natives Olivenöl extra
- 11 heiße Gemüsebrühe
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 80 g Mandelkerne
- 1 roter Peperoncino
- 12 rohe Garnelen, geschält, entdarmt

- 200 g Sahne
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Zwiebel und 1 Knoblauchzehe schälen und ebenfalls fein würfeln. Ingwer schälen und fein hacken. Den Kürbis waschen und halbieren, dann von Kernen und Fasern befreien und in Würfel schneiden. Die Süßkartoffel schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Den Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls klein schneiden.

2 4 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Sellerie, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer darin andünsten. Kürbis, Süßkartoffel und Apfel dazugeben und kurz mitdünsten. Die Brühe angießen und alles aufkochen, dann mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt ca. 45 Minuten köcheln lassen.

3 Inzwischen die Hälfte der Mandeln grob hacken. Den übrigen Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Peperoncino waschen

und in feine Ringe schneiden. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die ganzen und gehackten Mandeln, Knoblauch und Peperoncino darin unter Wenden goldbraun rösten. Die Mischung mit etwas Salz würzen und auf einem Stück Küchenpapier abkühlen lassen.

4 Die Garnelen waschen und trocken tupfen. In einer Pfanne das übrige Olivenöl erhitzen und die Garnelen darin von jeder Seite ca. 3 Minuten anbraten, dann mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

5 Die Kürbissuppe mit dem Stabmixer nach Belieben fein oder grob pürieren. Sahne steif schlagen. 4 EL der geschlagenen Sahne zum Garnieren zurückhalten, die restliche Sahne unter die Suppe rühren. Diese erneut mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kürbissuppe dann in Suppenschalen füllen, mit der übrigen geschlagenen Sahne, den Garnelen und den scharfen Knoblauch-Mandeln garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 75 Minuten

Besondere Aromen GUT KOMBINIERT



Wandelbar

Bei der Wahl der Kürbis- und der Salatsorten sind Sie völlig frei. Kombinieren Sie einfach, was Ihnen am besten schmeckt. Sehr lecker ist z.B. auch eine Mischung aus gebackenem Butternutkürbis und nussigem Feldsalat.

HERBSTSALAT
mit ofengebackenem Kürbis,
Pancettadressing und Ciabattachips

Pappardelle mit gebratenem Hokkaido, Ricotta, Parmaschinken und Salbeibutter

Pappardelle con zucca Hokkaido arrostita, ricotta, prosciutto di Parma e burro alla salvia



TITEL-
REZEPT

FÜR 4 PERSONEN

- 1 kleiner Hokkaidokürbis
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL natives Olivenöl extra
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 400 g Pappardelle
- 10 Salbeiblätter
- 3 EL Butter
- 125 g Ricotta salata (siehe Tipp, alternativ Ricotta)

150 g Parmaschinken
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Den Hokkaidokürbis waschen, halbieren und von Kernen und Fasern befreien, dann in mundgerechte Würfel schneiden. Knoblauchzehen schälen und mit dem Messer andrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kürbis und Knoblauch darin unter Wenden von allen Seiten goldbraun braten. Mit etwas Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

2 In der Zwischenzeit die Pappardelle nach Packungsaugabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Die Salbeiblätter waschen und trocken tupfen.

3 Die Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, etwas Salz und die Salbeiblätter dazu-

geben und kurz ziehen lassen. Die Pappardelle abgießen, etwas abtropfen lassen und zusammen mit den Kürbiswürfeln in der Salbeibutter schwenken. Die angedrückten Knoblauchzehen entfernen.

4 Den Ricotta salata zerbröckeln, den Parmaschinken in grobe Stücke zupfen. Die Pasta auf Teller verteilen, mit Parmaschinken und kleinen Ricottastücken garnieren und sofort servieren.

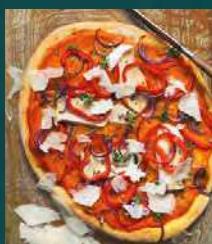
TIPP: Ricotta salata (dt. gesalzener Ricotta) ist eine Variante des klassischen Ricotta, die ca. 30 Tage reift und dadurch ein intensiveres Aroma und eine festere Konsistenz erlangt, die es ermöglicht, den Käse zu zerbröckeln oder zu hobeln.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



Kürbispizza mit Kräuterseitlingen, roten Zwiebeln und Paprika

Pizza con zucca, cardoncelli, cipolle rosse e peperoni



FÜR 4 PERSONEN

- 1 Hokkaidokürbis
- 7 EL natives Olivenöl extra
- 1 Würfel Hefe
- 1 TL Zucker
- 500 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 4 Stiele Thymian
- 1 EL Tomatenmark
- etwas edelsüßes Paprikapulver
- 4 rote Spitzpaprikaschoten
- 2 rote Zwiebeln
- 300 g Kräuterseitlinge
- 80 g Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Hokkaidokürbis waschen und halbieren, dann von Kernen und Fasern befreien und in Würfel schneiden. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit 3 EL Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Backofen 25–30 Minuten garen.

2 Den gebackenen Kürbis in eine Schüssel geben und mit dem Stabmixer fein pürieren, dann etwas abkühlen lassen. Hefe und Zucker in 200 ml lauwarmem Wasser auflösen und 5 Minuten ruhen lassen. Mehl und 1 TL Salz in einer Schüssel mischen, die Hefemischung zum Mehl gießen, 2 EL des Kürbispürees und das restliche Olivenöl dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen mit einem Küchenhandtuch abdecken und 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

3 Inzwischen den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, hacken und mit dem Tomatenmark unter das übrige Kürbispüree rühren, diesen Mix mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Die

Spitzpaprikaschoten waschen, putzen und quer in Ringe schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Die Kräuterseitlinge putzen und in breite Scheiben schneiden.

4 Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und in 4 gleich große Portionen teilen. Diese jeweils rund oder oval ausrollen. Jeweils 2 Teiglinge auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben.

5 Die Teiglinge gleichmäßig mit dem Kürbispüree bestreichen, dabei ringsum jeweils einen schmalen Rand frei lassen. Paprika, Zwiebeln und Kräuterseitlinge auf dem Püree verteilen. Die Kürbispizzen blechweise im vorgeheizten Ofen auf der 2. Schiene von unten in 15–20 Minuten goldbraun backen. Parmesan mit dem Sparschäler in Späne hobeln. Die Pizzen aus dem Ofen nehmen, mit Parmesan-spänen bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten
zzgl. 45 Minuten Ruhezeit

DIE BESTEN WEINE

Die schönste Begleitung zu Kürbis

Mit dem passenden Wein setzen Sie einem leckeren Essen das i-Tüpfelchen auf. Unser Weinexperte Sergio Camerini verrät Ihnen, welche Weine besonders gut mit unseren kräftigen Kürbisgerichten von den vorangegangenen Seiten harmonieren



Endlich Abkühlung in Sicht? Wir haben es geschafft, die Hitze-welle ist vorbei! Keine Sondersendungen mehr, um zu erfahren, wo wieder die 40-°C-Grenze überschritten wurde. Es gibt doch nichts Schöneres, als sich übers Wetter zu echauffieren oder zu erzählen, wie toll der Urlaub gewesen sei. Auch wenn Etliches schiefgelaufen ist. Wollen wir hoffen, dass die Kürbisse es trotz aller Widrigkeiten in diesem Jahr geschafft haben, sich zur vollen Reife und Entfaltung aller Aromen zu entwickeln. Können wir es doch kaum erwarten, die hier vorgestellten Gerichte, in denen der Kürbis die Hauptrolle spielt, auszuprobieren. Immerhin hat dieser Sommer für eine gute Weinernte gesorgt und wird einige erlesene Tropfen hervorbringen – außer in den Regionen, wo Hagelniederschläge gefallen sind.

Der Herstsalat mit ofengebackenem Kürbis, Pancettadressing und Ciabattachips kombiniert die Süße des Balsamicoessigs mit den leicht

bitteren Aromen von Radicchio, Frisée und Chicorée und verlangt nach einem kräftigen Rosé aus der Aglianico-Traube, die in der Region Salento, südlich von Neapel, gedeiht. Die Höhenlage sorgt für ausgeprägte Kirsch- und Wildrosenaromen. Unvergesslich!

Ein erlesener Wein krönt einen genussvollen Herbstabend

Bei den köstlichen Pappardelle mit gebratenem Hokkaido, Ricotta, Parmaschinken und Salbeibutter gibt es zwei Möglichkeiten: Um das nussige Aroma des Kürbisses, gepaart mit einem Hauch von Muskatnuss, aufzufangen, würde ich liebend gern einen frischen Weißen der Rebsorte Passerina aus der Region Marken dazu trinken. Dieser glänzt mit einer guten Mineralität und einer Prise von frisch gemähtem Heu in der Nase. Wunderbar! Alternativ, um den Geschmack noch zu intensivieren, könnte es auch ein üppiger Gewürztraminer aus Südtirol sein.

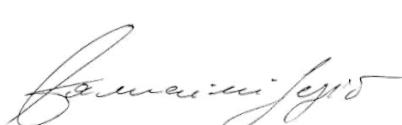
Wie wäre es bei der Kürbiscremesuppe mit gebratenen Garnelen und scharfen Knoblauch-Mandeln mit einem „Salto“ nach Sizilien? Am besten passt eine Cuvée aus den regionalen Rebsorten Catarratto und Caricante. Dieser Wein bringt alles mit sich, um die kräftigen Aromen des würzigen Gerichts aufzufangen.

Beim mit Salsiccia, Zucchini und Kirschtomaten gefüllten Butter-nutkürbis denke ich an die Region Piemont – Barolo, Barbera, weiße Trüffel und vieles mehr. Ich schenke mir einen leicht gekühlten Barbera d’Alba ein und schließe meine Augen. Genuss pur!

Zur Kürbispizza mit Kräuterseitlingen, roten Zwiebeln und Paprika wäre meine erste Wahl ein Refosco dal Peduncolo aus den Colli Orientali der Region Friaul. Ein Roter mit vollem Körper und würzigen Aromen, der ideal zu dieser außergewöhnlichen Komposition passt.

Und zu guter Letzt das cremige Kürbis-Safranrisotto mit karamellisiertem Rosenkohl und Granatapfelkernen: Dazu ist ein wunderbarer Chardonnay aus dem Piemont ein echtes Muss! Am besten servieren Sie ihn in großen Burgundergläsern – mit Bedacht einschenken, in sich gehen und einfach Wein und Risotto genießen.

Ich werde mich bemühen, mich in nächster Zukunft nicht mehr über das Wetter auszulassen. Ciao, alla prossima!
Ihr Sergio Camerini





Kürbis RATGEBER

Wir geben Ihnen **wertvolle Infos zu Ernte und Geschmack**, damit Sie für den Umgang mit frischen Kürbissen gewappnet sind

SAISONALES HIGHLIGHT

Kürbisse sind im Anbau recht anspruchslos, ein wenig Sonne, viel Wasser und genügend Platz reichen zum Wachsen aus. Daher können sie grundsätzlich regional gekauft werden. Auch ausgefallenere Arten wie Hokkaido- oder Spaghettikürbis bekommen Sie aus der Gegend. Eine reife Frucht erkennen Sie am hohlen Klang beim Klopfen und an einer prallen, unbeschädigten Schale. Im Ganzen bleiben Kürbisse an einem kühlen, dunklen Ort problemlos mehrere Monate frisch. Achten Sie bei der Lagerung auf eine gute Belüftung.



MUSKATKÜRBIS

Der Muskatkürbis hat vermutlich das schönste Aussehen mit einer gerippten, dunkelgrünen Schale und der **klassischen Kürbisform**. Das Fruchtfleisch duftet **würzig und schmeckt sehr aromatisch**. Die Schale ist dünn und lässt sich **gut vom Fruchtfleisch schneiden**. Der Muskatkürbis wird bis zu 30 kg schwer, aber auf dem Markt kann er meist in einzelnen, kleineren Stücken gekauft werden.



BUTTERNUTKÜRBIS

Charakteristisch für den **birnenförmigen** Butternutkürbis ist das hell-orangefarbene, zarte Fruchtfleisch mit einem **herrlichen Butteraroma**. Er besitzt viel Fruchtfleisch und wiegt bis zu 2 kg. Die **Schale sollte nicht verspeist werden**, ist aber so dünn, dass der Butternutkürbis sich **problemlos schälen** lässt. Zu seinem milden Aroma passen kräftige Noten von Knoblauch, Rosmarin und Oregano.

HOKKAIDOKÜRBIS

Der Klang verrät es schon: Dieser **kleine schmackhafte Kürbis** stammt aus Japan, genauer kommt er ursprünglich von der Insel Hokkaido, erfreut sich aber seit einigen Jahren in Europa großer Beliebtheit. Bekannt ist er für sein **nussiges Aroma**, seine **leuchtend orangefarbene Schale** und sein **festes Fruchtfleisch**. Zudem ist er mit 1–3 kg Gewicht perfekt geeignet für eine Mahlzeit für 4 Personen. Auch die Verarbeitung ist denkbar einfach, denn das Schälen entfällt, weil die **Schale des Hokkaido beim Garen schön weich wird** und somit mitgegessen werden kann.



SPAGHETTIKÜRBIS

Faszinierend und lecker zugleich ist der Spaghettikürbis, denn sein **Fruchtfleisch löst sich nach dem Garen in dicke spaghettiartige Fäden**. Dazu einfach den Kürbis der Länge nach halbieren, die Kerne entfernen, das Fruchtfleisch mit einer Marinade aus Knoblauch, Rosmarin und natürlichem Olivenöl extra bestreichen und mit der Schnittfläche nach oben 40 Minuten bei 180 °C Ober-/Unterhitze backen. Anschließend die „Kürbis-Spaghetti“ mit einer Gabel lösen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Mit frischer Petersilie garnieren und servieren.

JETZT 1 AUSGABE GRATIS SICHERN!

Bequem
direkt
nach Hause

3 Ausgaben für nur 9,90 € im Probebezug



Entdecke den
komfortablen
Probebezug!



Deine Vorteile –
auf den Punkt gebracht:

- 3 Ausgaben lesen, 2 bezahlen
- die aktuelle Ausgabe erhalten
- Lieferung frei Haus
- satte 33 % sparen
- PLUS: kleines Geschenk deiner Wahl



Code: MZ17ONM

Bestellung per Post

Schreib an:
Abo-Service falkemedia
mein ZauberTopf
Postfach 810640
70523 Stuttgart

Bestellung online

[www.zaubertopf.de/
probeabo](http://www.zaubertopf.de/probeabo)

Bestellung per Telefon

Ruf einfach an unter:
0711 72 52 293





Unvergleichlich

Cremiges Risotto

Augenweide und Augenschmaus zugleich sind unsere neuen Risotto-Kreationen, für die wir unterschiedlichste Zutaten und Aromen miteinander kombiniert haben - delizioso!

FOTOS & STYLING | KATHARINA KÜLLMER

KÄSERISOTTO
mit Lauch
Rezept auf Seite 27





TOMATENRISOTTO mit Knoblauchgarnelen

Rezept auf Seite 28

Aromatisch

Passierte und frische Tomaten verleihen diesem leckeren Risotto sowohl Farbe als auch einen runden, leicht fruchtigen Geschmack. Mit Knoblauch verfeinerte Garnelen und geröstete Mandeln bilden das i-Tüpfelchen.

Klassisch & neu

Mit Orangennote

Ausgewogen

Im Herbst kommt man an einem guten Pilzrisotto nicht vorbei. Das Geheimnis: getrocknete Steinpilze. Die Kombination mit gebratenem Lammfleisch am Spieß sorgt für ein tolles Geschmackserlebnis. Unbedingt probieren!

PILZRISOTTO
mit mariniertem Lammspieß

Pilzrisotto mit mariniertem Lammspieß

Risotto ai funghi con spiedino di agnello marinato

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Lammlachs**
- 1 Bio-Orange**
- 5 Stiele Thymian**
- 7 EL natives Olivenöl extra**
- 1/2 TL grobes Meersalz**
- 40 g getrocknete Steinpilze**
- 1 Zwiebel**
- 1 Knoblauchzehe**
- 250 g Risottoreis**
- 150 ml trockener Rotwein**
- 900 ml heiße Gemüsebrühe**
- 100 g Champignons**
- 100 g Kräuterseitlinge**
- 5 EL frisch geriebener Parmesan**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Das Lammfleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Die Orange heiß abwaschen und trocken reiben. Die Schale der halben Frucht abreiben. Den Saft der ganzen Frucht ausschöpfen und bis zur Verwendung beiseitestellen. Thymian waschen und trocken schütteln. Bättchen abzupfen und hacken. 3 EL Öl in einer Schüssel mit Orangenschale, der Hälfte des Thymians und dem groben Salz verquirilen. Das Fleisch dazugeben und ca. 60 Minuten im Kühlschrank marinieren lassen.

2 Getrocknete Steinpilze in 150 ml heißem Wasser einweichen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Risottoreis dazugeben und ebenfalls unter Rühren andünsten. Mit den eingeweichten Steinpilzen samt Pilzwasser sowie Rotwein und Orangensaft ablöschen und die Flüssigkeit fast vollständig verkochen

lassen. Kellenweise heiße Brühe dazugeben und unter Rühren verkochen lassen. Erst dann weitere Brühe dazugeben, sobald die Flüssigkeit wieder verkocht ist. Den Reis auf diese Weise in ca. 20 Minuten al dente garen.

3 In der Zwischenzeit Champignons und Kräuterseitlinge putzen und klein schneiden. Das marinierte Lammfleisch auf 4 Holzspieße stecken. Das übrige Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Die Lammspieße darin unter Wenden 5–6 Minuten anbraten.

4 Ca. 5 Minuten vor Ende der Garzeit des Risottos Pilze und restlichen Thymian unterheben. Geriebenen Parmesan untermischen und das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit je 1 gebratenem Lammspieß anrichten und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 85 Minuten

Käserisotto mit Lauch

Risotto al formaggio con porri



FÜR 4 PERSONEN

- 2 Zwiebeln**
- 1 Knoblauchzehe**
- 1 roter Peperoncino**
- 2 Stangen Lauch**
- 4 EL natives Olivenöl extra**
- 250 g Risottoreis**
- 250 ml trockener Weißwein**
- 750 ml heiße Gemüsebrühe**
- je 30 g Parmesan und Pecorino**
- 80 g Scamorza**
- 1 EL kalte Butter**
- etwas frisch geriebene Muskatnuss**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln fein würfeln, den Knoblauch hacken. Den Peperoncino waschen, entkernen und hacken. Den Lauch putzen, in Ringe schneiden, gründlich waschen und abtropfen lassen.

2 3 EL Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze andünsten. Peperoncino und 2/3 des Lauchs dazugeben und kurz mitbraten. Den Risottoreis dazugeben und bei mittlerer Hitze unter Rühren glasig dünsten.

3 Alles mit Weißwein ablöschen und diesen fast vollständig verkochen lassen. Dann kellenweise heiße Brühe dazugeben. Diese immer wieder verkochen lassen, bevor weitere Brühe dazugegeben wird. Auf diese Weise den Reis bei mittlerer Hitze in ca. 20 Minuten al dente garen.

4 Das übrige Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den restlichen Lauch darin goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann vom Herd nehmen.

5 Parmesan und Pecorino fein reiben, den Scamorza in kleine Würfel schneiden. Den Topf vom Herd nehmen. Käse und kalte Butter unter das Risotto rühren. Das Käserisotto dann mit etwas Muskat sowie Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller verteilen und mit dem gebratenen Lauch garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten



Thymian-Apfel-Risotto mit gebratener Kalbsleber

Risotto mele e timo con fegato di vitello

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Bund Thymian
- 900 ml Gemüsebrühe
- 3 Zwiebeln
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 300 g Risottoreis
- 200 ml trockener Weißwein
- 2 säuerliche Äpfel
- 40 g Pinienkerne
- 2 EL kalte Butter
- 3 EL Zucker
- 400 g Kalbsleber
- 1 EL Mehl
- 5 EL frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Thymian waschen und trocken schütteln.
Die Hälfte des Thymians mit der Gemüsebrühe aufkochen. 10 Minuten köcheln lassen.

Den Thymian mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben und entsorgen. Übrige Thymianblättchen abzupfen und hacken. Die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden.

2 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Thymian darin andünsten. Risottoreis dazugeben und unter Rühren glasig dünnen. Mit Wein ablöschen. Diesen verkochen lassen, dann kellenweise heiße Brühe dazugeben und unter Rühren verkochen lassen. Erst dann weitere Brühe dazugeben, wenn die Flüssigkeit wieder verkocht ist. Den Reis auf diese Weise in ca. 20 Minuten al dente garen.

3 Inzwischen 1 Apfel waschen, vom Kerngehäuse befreien und raspeln. 5 Minuten vor dem Ende der Garzeit des Risottos den geraspelten Apfel dazugeben. Die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne rösten, dann herausnehmen und abkühlen lassen.

4 Den übrigen Apfel waschen und vierteln, dann vom Kerngehäuse befreien und in Scheiben schneiden. 1 EL Butter in der Pfanne zerlassen. Zucker darin hellgoldgelb karamellisieren, dann die Apfelscheiben nebeneinander hineingeben und kurz darin schwenken.

5 Die Leber waschen und trocken tupfen, dann in breite Streifen scheiden und im Mehl wenden. Übriges Olivenöl in einer weiteren Pfanne erhitzen, die Leber darin von beiden Seiten 1-2 Minuten braten. Parmesan und übrige kalte Butter unter das Risotto heben.

6 Das Risotto mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken, auf Teller verteilen und mit der gebratenen Leber sowie den karamellisierten Apfelscheiben garnieren. Das Gericht mit den Pinienkernen bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten

Tomatenrisotto mit Knoblauchgarnelen

Risotto al pomodoro con gamberi all'aglio



FÜR 4 PERSONEN

- 4 große Tomaten
- 3 Schalotten
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 300 g Risottoreis
- 400 g passierte Tomaten (Dose)
- 750 ml heiße Gemüsebrühe
- 1 Handvoll Mandelblättchen
- 400 g rohe Garnelen, küchenfertig
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund Petersilie
- 5 EL frisch geriebener Pecorino
- 1 Prise Zucker
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Tomaten kreuzweise einschneiden und mit kochendem Wasser überbrühen, dann abgießen, abschrecken und häuten. Tomaten halbieren, vom Strunk befreien und hacken. Die Schalotten schälen und fein würfeln.

2 2 EL Öl einer Pfanne erhitzen. Schalotten darin glasig dünsten. Risottoreis dazugeben und unter Rühren kurz mitdünsten. Die Tomaten dazugeben, alles mit den passierten Tomaten ablöschen und kurz köcheln lassen. Kellenweise heiße Brühe dazugeben und immer wieder unter Rühren verkochen lassen. Erst dann weitere Brühe dazugeben, wenn die Flüssigkeit wieder verkocht ist. Den Reis auf diese Weise in ca. 20 Minuten al dente garen.

3 Inzwischen die Mandeln ohne Zugabe von Fett in einer weiteren Pfanne rösten, dann herausnehmen und abkühlen lassen. Garnelen entdarmen, waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Garnelen und Knoblauch in der Pfanne im restlichen Öl 3-4 Minuten scharf anbraten, dann salzen und pfeffern.

4 Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Den geriebenen Pecorino und die Petersilie unter das Risotto rühren. Das Risotto mit Zucker sowie Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen. Das Gericht mit den gebratenen Knoblauchgarnelen und den gerösteten Mandeln garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten





Fruchtig & würzig Geniale Kombination

THYMIAN-
APFEL-RISOTTO
mit gebratener Kalbsleber



Besonders

Wenn sich liebe Gäste angekündigt haben, kommt diese Variante gerade recht. Der Clou: Apfel wird in zwei unterschiedlichen Weisen verwendet – als Raspel und in karamellisierter Form. Dazu zarte Kalbsleber, köstlich!



IST DOCH ALLES KÄSE!

Für ein traditionelles Risotto wird nur eine Käsesorte verwendet, und zwar Parmesan. Dieser ist nicht nur wichtig für die richtige Konsistenz und macht das Risotto sämig, sondern bringt auch noch ein würziges Aroma mit, das typisch ist für jedes Risotto. Wer experimentierfreudig ist, kann einen Teil des Parmesans durch kräftige Weichkäsesorten ersetzen. In ein Vier-Käse-Risotto z. B. kommen zu gleichen Teilen sowohl Parmesan als auch Taleggio, Gorgonzola und Provolone. Wichtig ist dabei, die Konsistenz des Risottos im Blick zu behalten, denn Weichkäse bindet nicht so gut wie Parmesan.

Risotto RATGEBER

Wir geben Ihnen hilfreiche Tipps und verraten Tricks, damit Ihnen im Handumdrehen ein sämiges Risotto gelingt



DER RICHTIGE REIS FÜRS RISOTTO

Um ein sämiges Risotto zuzubereiten, braucht man den richtigen Reis. Richtiger Risotto-reis ist mittlerweile in jedem gut sortierten Supermarkt zu bekommen. Zu Milch- oder Sushireis sollten Sie nicht greifen, denn diese Sorten verkochen zu schnell und machen das Risotto matschig. Die beliebtesten Risotto-reis-Sorten sind Arborio (starkreich, al dente im Kern, aber cremig), Carnaroli (rundkörnig, aromatisch und starkreich) und Baldo (großkörnig, kochfest und leicht klebrig). Wichtig ist, dass der Reis sehr stärkehaltig ist, denn die Stärke sorgt für die richtige Sämigkeit.

RÜHREN, RÜHREN ...

Zwei wichtige Gründe gibt es für das stetige Rühren des Risottos: Zum einen darf es nicht anbrennen, und da es wichtig ist, dass die Flüssigkeit immer wieder verkocht, kann das schnell passieren. Zum anderen löst sich die Stärke aus dem Reis besser, was wichtig für die Cremigkeit des Gerichts ist. Lassen Sie das Risotto also nie aus den Augen und rühren Sie durchgängig! So haben Sie auch im Blick, wann die richtige Konsistenz erreicht ist.



REIS ANDÜNSTEN

Es hat einen großen Vorteil, wenn man den Reis zusammen mit den Zwiebeln etwas andünstet, bevor man alles mit Wein oder Brühe ablöscht: Die Stärke, die das Risotto sämig macht, wird durch die plötzliche Hitze erst mal ans Korn gebunden und löst sich nicht sofort beim Kochen. Das würde nämlich dazu führen, dass das Risotto matschig statt cremig wird. Dünsten Sie den Reis also kurz bei mittlerer Hitze, bis er glasig wird, und löschen ihn dann direkt ab.



RISOTTO OHNE WEIN

Traditionell gehört Weißwein zwar stets in ein Risotto, aber Sie können ihn auch durch Gemüse- oder Fleischbrühe ersetzen. Die Brühe sollte geschmacklich zum Risotto passen. Nehmen Sie Gemüsebrühe für leichte Gerichte, Hühnerbrühe für würzige Risotto-variationen und Rinderbrühe für deftige Arten. Wem die Säure aus dem Wein fehlt, der kann gerne einen Schuss Apfelsaft oder ein wenig Fruchtessig zur Brühe geben. Wichtig: Wenn Sie Brühe verwenden, dann immer heiß, aber nicht kochend! Kalte Brühe stoppt den Garprozess immer wieder und das Risotto wird letztendlich nicht cremig.

Jetzt im Handel!

Das LandGenuss-Spezial „Das Beste aus Hack“ – mit 111 köstlichen Rezepten für Groß und Klein!



Freuen Sie sich auf 111 Hits mit Hack: darunter saftige Burger und Hackbällchen, Ofengerichte, Partysnacks, Starkochrezepte und vieles mehr!



Dazu gibt es jede Menge erprobter Praxistipps, Ratgeber und Warenkunden rund ums Kochen mit Hack.

Poto: shutterstock.com/Thierry Kuntzmann

Bestellung online

[www.landgenuss-magazin.de/
dasbesteaushack-19](http://www.landgenuss-magazin.de/dasbesteaushack-19)

Bestellung per Telefon

Rufen Sie einfach an unter:
0431 200 766 0



PASTA & VINO

Nudelgerichte mit passender Weinempfehlung

Freuen Sie sich auf herrliche Pastagerichte mit **Rüben und Knollen!**

Mit einem Glas Wein wird der Genuss noch getoppt

FOTOS & STYLING | FRAUKE ANTHOLZ

KAROTTEN-PASTA in Salbei-Haselnuss-Butter

Spaghetti di carote con burro nocciole e salvia

FÜR 4 PERSONEN

300 g Linguine
2 Schalotten
5 Stiele Salbei
50 g Haselnusskerne
800 g bunte Karotten
3 EL Butter
50 g Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Linguine nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Dann abgießen und abtropfen lassen.

2 Die Schalotten schälen und fein würfeln. Den Salbei waschen und trocken schütteln. Die Blätter von den Stielen zupfen und in dünne Streifen schneiden. Die Haselnüsse grob hacken. Karotten schälen, von den Enden befreien und mit einem Spiralschneider zu Spaghetti verarbeiten.

3 Die Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Schalotten darin glasig andünsten. Salbei und Haselnüsse dazugeben und kurz mitbraten. Karotten-Spaghetti in die Pfanne geben und ca. 5 Minuten in der Salbeibutter braten.

4 Den Parmesan in Späne hobeln. Die Linguine zu den Karotten-Spaghetti geben. Die Pasta kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und auf Teller verteilen, dann mit Parmesanspänen garnieren und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Modern und ausgewogen

Dieser Pinot Grigio aus Venetien offenbart intensive Noten von Birnen, Ananas und spritziger Grapefruit. Seine delikate Frucht wird abgerundet durch ein lebhaftes Säurespiel und mündet in einem überaus eleganten Geschmack. Ideal auch als Aperitif und in Kombination mit Meeresfrüchten.

WIR EMPFEHLEN: „Modello Pinot Grigio delle Venezie DOC 2018“, 12 % Vol., Rebsorte: 100 % Pinot Grigio, ca. 6,49 Euro. Bezugsquellen unter www.abayan.de

PASTA-RISOTTO mit Steckrübe, Rosinen und Rote-Bete-Stroh

Pasta risottata con rutabaga, uvetta e barbabietola fritta

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 600 g Steckrübe
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 400 g Risoni-Nudeln
- 100 g Rosinen
- 150 ml trockener Weißwein
- 700 ml heiße Gemüsebrühe
- 1 Rote-Bete-Knolle
- 2 EL Mehl
- reichlich Sonnenblumenöl zum Frittieren
- 150 g Pancetta in Streifen
- 70 g Walnusskerne, gehackt
- 80 g frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Steckrübe schälen und in mund-

gerechte Würfel schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Steckrübe dazugeben und kurz mitbraten.

2 Rohe Pasta und Rosinen dazugeben und kurz mitdünsten. Alles mit dem Weißwein ablöschen. Diesen fast vollständig verkochen lassen, dann nach und nach Brühe dazugeben. Diese immer wieder verkochen lassen, bevor weitere Brühe dazugegeben wird. Den Vorgang so lange wiederholen, bis die Nudeln fast gar sind und das Pasta-Risotto cremig geworden ist. Inzwischen die Rote-Bete-Knolle schälen und mit einem Spiralschneider in Form bringen. Sonnenblumenöl in einem Topf auf 180 °C erhitzen. Die Rote-Bete-Spiralen in Mehl wenden und im Öl goldbraun frittieren. Herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

3 Pancetta ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anbraten. Walnüsse kurz mitrösten. Pancetta-Nuss-Mix und geriebenen Parmesan unter das Pasta-Risotto rühren. Das Pasta-Risotto mit Salz und Pfeffer würzen und mit Rote-Bete-Stroh garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten



Passende Weinempfehlung



Breites Aromenspektrum

Dieser Montiano aus dem Latium ist das Aushängeschild von Cotarella. Er überzeugt mit einem breiten Aromenspektrum von Vanille über rote Beeren und Konfitüre bis zu einem Hauch von Nelken. Am Gaumen beeindruckt er durch seine Konzentration und die weichen Tannine. Am besten mit einer Serviertemperatur von 16 °C genießen.

WIR EMPFEHLEN: „Montiano Lazio IGP 2015“, 14,5 % Vol., Rebsorte: 100 % Merlot, ca. 33,99 Euro. Bezugsquellen unter www.abayan.de





RIGATONI mit Sellerie-Hackfleisch-Ragout

Rigatoni con ragù di carne e sedano rapa

FÜR 4 PERSONEN

- 3 große Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 mittelgroßer Knollensellerie
- 2 Karotten
- 1 großer Apfel
- 6 Zweige Rosmarin
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 500 g Rinderhack
- 1 EL Mehl
- 300 ml trockener Rotwein
- 400 g gehackte Tomaten (Dose)
- 300 ml heiße Gemüsebrühe
- 400 g Rigatoni
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Knollensellerie

schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Karotten ebenfalls schälen, dann halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Apfel schälen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien, dann klein schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abzupfen und fein hacken.

2 Öl in einem Topf erhitzen. Hackfleisch, Zwiebeln und Knoblauch darin kräftig anbraten. Sellerie, Karotten und Apfel dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Mehl bestäuben, dieses kurz anschwitzen. Alles mit Rotwein ablöschen. Die gehackten Tomaten und die heiße Gemüsebrühe dazugeben und alles einmal aufkochen. Den Rosmarin dazugeben und das Ragout zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 40 Minuten sanft köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.

3 Die Rigatoni nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Das Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rigatoni abgießen und tropfnass mit dem Ragout vermengen. Die Pasta auf Teller verteilen, mit Parmesan bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten



Passende Weinempfehlung



Weingenuss aus Sardinien

Das Bouquet des Primo Scuro erinnert an reife Früchte und Beeren mit Ahnungen von Veilchen. Den Gaumen verwöhnt er mit zurückhaltendem Tannin, eingebettet in einen vollmundigen Geschmack. Dieser harmonische Cannonau passt auch perfekt zu Gegrilltem.

WIR EMPFEHLEN: „Primo Scuro Cannonau di Sardegna DOC 2017“, 14 % Vol., Rebsorte: 100 % Cannonau, ca. 9,99 Euro. Bezugsquellen unter www.abayan.de

LAUWARMER PASTA-SALAT mit Süßkartoffeln, Radieschen und Pesto

Insalata di pasta tiepida con patate dolci, ravanelli e pesto

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Süßkartoffeln
- 12 EL natives Olivenöl extra
- 2 Knoblauchzehen
- 400 g Farfalle
- 1 Bund Radieschen
- 200 g Mini-Mozzarellakugeln
- 100 g Feldsalat
- 50 g Pinienkerne
- 2 Bund Basilikum
- 70 g Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Süßkartoffeln schälen und in mundgerechte Würfel schneiden, diese bei mittlerer Hitze in einer Pfanne in 2 EL Olivenöl unter Wenden anbraten. 1 Knoblauchzehe schälen und hacken, dann zu den Süßkartoffeln geben und mitbraten.

2 Inzwischen die Farfalle nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Die Radieschen waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden. Mozzarellakugeln abtropfen lassen und halbieren. Den Feldsalat verlesen, waschen und trocken schleudern.

3 Für das Pesto Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten, dann herausnehmen. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Übrigen Knoblauch schälen und grob hacken. Pinienkerne, Basilikum, Knoblauch, das übrige Öl und Parmesan in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Farfalle abgießen und etwas abkühlen lassen, dann in einer großen Schüssel mit gebratenen Süßkartoffeln, Radieschen, Mozzarella und Pesto vermengen. Den Feldsalat vorsichtig unterheben und den lauwarmen Pastasalat sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Mit angenehmer Säure

Dieser wunderschön strohgelbe Sauvignon Blanc fasziniert durch seine jugendliche Frische und seine komplexe Mineralität. Er spielt mit Aromen von weißem Pfirsich, grünem Pfeffer und Noten von Salbei. Am Gaumen präsentiert er sich trocken und geschliffen mit einem vollen Körper.

WIR EMPFEHLEN: „Vette di San Leonardo IGT Trentino 2018“, 12,5 % Vol., Rebsorte: 100 % Sauvignon Blanc, ca. 14,49 Euro. Bezugsquellen unter www.abayan.de



PASTINAKEN-PENNE-GRATIN mit Lachs und Meerrettichsoße

Gratin di penne e pastinache con salmone e salsa al cren

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Penne**
- 2 EL Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten**
- 2 EL Mehl**
- 300 ml Milch**
- 300 ml Gemüsebrühe**
- 1 Knoblauchzehe**
- 400 g Pastinaken**
- 1 EL natives Olivenöl extra**
- 1 TL Thymianblättchen**
- 400 g Lachsfilet**
- 2 EL Sahnemeerrettich (Glas)**
- 100 g frisch geriebener Pecorino**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Penne nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen, abgießen und abtropfen lassen. Butter in einem Topf erhitzen. Mehl dazugeben und anschwitzen. Unter Rühren mit Milch und Brühe ablösen und aufkochen. 10 Minuten bei kleiner Hitze unter Rühren köcheln lassen. Knoblauch schälen und hacken. Die Pastinaken schälen, von den Enden befreien und in Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Pastinake darin anbraten. Alles mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit etwas Butter fetten. Lachs waschen, trocken tupfen und ca. 2 cm groß würfeln.

2 Meerrettich in die Soße rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pastinaken-gemüse, Penne und Lachs in die Auflaufform geben und vermengen. Heiße Soße und Pecorino darübergeben. Alles 20 Minuten im Ofen gratinieren, dann sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Delikate Zitrusnoten

Dieser Sauvignon Blanc aus dem Leyda-Tal offenbart ein angenehmes Zitrusaroma mit wunderbar mineralischen Untertönen. Am Gaumen zeigt er sich frisch und ausdauernd, mit guter Struktur und schönem Biss.

WIR EMPFEHLEN: „Albaclara Sauvignon Blanc 2018“, 13,5 % Vol., Rebsorte: 100 % Sauvignon Blanc, ca. 9,99 Euro. Bezugsquellen unter www.abayan.de

NUDELPFANNE mit Wurzelgemüse und Ricotta

Pasta spadellata con radici miste e ricotta

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 roter Peperoncino
- 200 g Petersilienwurzel
- 200 g Schwarzwurzel
- 1 Kohlrabi
- 400 g Fusilli
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 1/2 Bund Petersilie
- 150 g Ricotta
- 50 ml Milch
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln bzw. hacken. Den Peperoncino waschen und in feine Ringe schneiden. Das Gemüse schälen und putzen, dann in feine Streifen schneiden.

2 Fusilli nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Peperoncino darin andünsten. Gemüse dazugeben und unter Wenden ca. 10 Minuten braten.

3 Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Ricotta und Milch glatt rühren und unter das Gemüse heben. Gehackte Petersilie dazugeben und alles kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Die Fusilli abgießen und kurz abtropfen lassen, dann unter die Gemüsemischung heben. Das Gericht ggf. erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann auf Teller verteilen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten



10 Monate im Barrique gereift

Dieser intensiv rubinrote Malbec präsentiert sich in der Nase komplex und mit Anklängen von roter Beerenfrucht, die sanft mit den Gewürznoten von Nelke und Vanille verschmelzen. Am Gaumen ausgewogen, weich und anhaltend schließt er mit köstlichen Eindrücken von Bitterschokolade.

WIR EMPFEHLEN: „Vie Cave Toscana IGT 2016“, 15 % Vol., Rebsorte: 100 % Malbec, ca. 24,99 Euro. Bezugsquellen unter www.abayan.de



Lieblingsgerichte mit Pilzen

Sammeln & genießen

Glück lässt sich finden! Bei einem Tag im Wald kann die Pilzsuche mit einem netten Beisammensein perfekt kombiniert werden. Und aus den wertvollen Schätzen entstehen im Anschluss feine Gerichte

STEINPILZCARPACCIO

Rezept auf Seite 42



Waldjuwelen

Steinpilze leben in Symbiose mit den Bäumen, was eine Zucht komplizierter macht als z.B. bei Champignons. Sie werden ausschließlich gesammelt und sind wahre Schätze!

Mischkunst

Fällt die Pilzausbeute einmal etwas magerer aus, kommt die Quiche wie gerufen! Erst durch die Mischung verschiedener Sorten entfaltet sie ihr herrliches Waldaroma.



QUICHE *mit Waldpilzen*

Rezept auf Seite 43

Pilze, Gemüse & Kräuter lecker kombiniert

GEBRATENE PFIFFERLINGE

auf Grillgurke

Rezept auf Seite 43





Steinpilzcarpaccio *Carpaccio di funghi porcini*

FÜR 4 PERSONEN

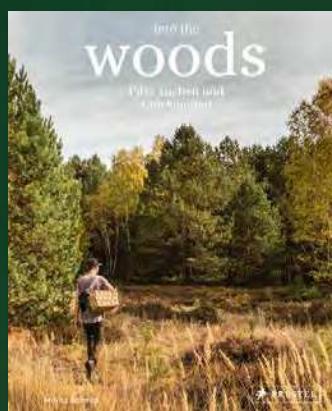
400 g frische Steinpilze
etwas natives Olivenöl extra
2 Bio-Zitronen (Saft)
4 Stiele Petersilie
etwas Salz und frisch gemahlener
schräger Pfeffer

1 Die Steinpilze vorsichtig mit einer weichen Bürste putzen und in sehr feine Scheiben schneiden bzw. hobeln. Die Scheiben fächelförmig auf 4 Tellern auslegen. Alles mit Salz und Pfeffer würzen, dann 2–3 EL Olivenöl und Zitronensaft darüberträufeln.

2 Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, hacken und über die Steinpilze streuen. Die Teller mit Frischhaltefolie abdecken und alles ca. 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen. Das Steinpilzcarpaccio bei Zimmertemperatur servieren.

TIPP: Probieren Sie beispielsweise auch einmal Kräuterseitlinge oder Portobellopilze. Etwas frisch abgeriebene Bio-Orangenschale verfeinert das Carpaccio zusätzlich.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten
zzgl. 30 Minuten Ruhezeit



REDAKTIONSTIPP

„Pilze suchen und Glück finden“ ist der Untertitel dieses wunderschönen Buchs und er hält, was er verspricht! In seinem Buch „*Into the woods*“ zeigt Autor Moritz Schmid die hier vorgestellten sowie viele weitere herrliche Rezepte mit Waldpilzen und verrät darüber hinaus praktische Tipps für die Suche und die Bestimmung. Mit grandiosen Bildern vom Autor selbst, die einem sofort Lust machen, sich den Korb zu schnappen und für ein paar Stunden im Wald zu verschwinden. Denn auch darum geht es bei Moritz Schmid: die Natur zu genießen, die Früchte des Waldes zu ehren und sich eine Auszeit zu nehmen. **Prestel Verlag, 32 Euro**



Quiche mit Waldpilzen

Quiche ai funghi di bosco

FÜR 1 QUICHE (Ø 26 CM)

FÜR DEN TEIG

- 250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 120 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 1 Ei
- 1 Prise Salz

FÜR DIE FÜLLUNG

- 500 g gemischte frische Waldpilze
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Petersilie
- etwas natives Olivenöl extra
- 4 Eier
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- 75 ml Milch
- 200 g Sahne
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für den Teig Mehl in eine große Schüssel geben. Die kalte Butter gemeinsam mit dem Ei und Salz zum Mehl geben. Alles rasch zu einem glatten Teig verarbeiten. Diesen zu einer Kugel formen, in etwas Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten kalt stellen.

2 Pilze putzen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln und in dünne Ringe schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und pressen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Die Pilze in einer Pfanne in etwas heißem Olivenöl scharf anbraten, den Knoblauch dazugeben. Den Mix vom Herd nehmen, dann Frühlingszwiebeln und Petersilie untermischen. Alles mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

3 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und in eine leicht gefettete

Quicheform legen, dabei auch einen Rand hochziehen. Die Pilzmasse gleichmäßig darauf verteilen. Eier mit Käse, Milch und Sahne verquirlen und über die Pilzfüllung gießen. Die Quiche ca. 45 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Heiß servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Gebratene Pfifferlinge auf Grillgurke

Finferli in padella con cetriolo alla griglia

FÜR 4 PERSONEN

- 500 g frische Pfifferlinge
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Bund Petersilie
- 4 kleine Salatgurken
- etwas Sonnenblumenöl
- 100 g Butter
- 100 g Pancetta, gewürfelt
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Pfifferlinge gründlich putzen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, trocken schütteln und in Ringe schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken.

2 Die Gurken waschen, trocken reiben und der Länge nach halbieren, das Innere mit einem Löffel entfernen. Die langen Streifen der Länge nach halbieren, dann leicht salzen, pfeffern und mit Öl beträufeln. Die Gurken ca. 4 Minuten pro Seite bei großer Hitze in einer Grillpfanne grillen. In der Zwischenzeit die Butter in einem Topf schmelzen, bis sie leicht braun wird, dann durch ein Passiertuch geben und bis zur Verwendung beiseitestellen.

3 Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pfifferlinge darin ca. 5 Minuten bei großer Hitze anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen,

aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier geben. Den Pancetta bei mittlerer Hitze in derselben Pfanne anbraten, nach ca. 4 Minuten Zwiebel, Knoblauch, Frühlingszwiebeln und gehackte Petersilie dazugeben und kurz schwenken, bis die Zwiebelwürfel glasig geworden sind. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Pfifferlinge wieder dazugeben. Alles vorsichtig vermengen.

4 Die gegrillten Gurkenstreifen auf Tellern anrichten und die Pfifferlinge darüber verteilen. Das Gericht mit etwas Nussbutter beträufeln und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten





Kürbis-Birnen-Chutney



Steinpilz-pesto



Zwiebel-Pflaumen-Chutney

Alle Rezepte auf Seite 46

Jetzt geht's ans EINGEMACHTE!

Ganz nach dem Motto „Gutes bewahren“ haben wir aus Gemüse, Kräutern und Gewürzen pikante Köstlichkeiten kreiert, die auch noch an kalten Tagen schmecken

FOTOS & STYLING | FRAUKE ANTHOLZ

Würzig eingelegte Karotten Carote sott'olio



FÜR CA. 2 GLÄSER (À 750 ML)

1 kg Karotten
10 g Ingwer
4 Gewürznelken
etwas Salz
2 getrocknete Chilischoten
1 TL schwarze Pfefferkörner
ca. 500 ml Sonnenblumenöl

1 Die Karotten schälen, putzen und in dünne Stifte schneiden. Die Karottenstifte dann ggf. quer durchschneiden, sodass sie aufrecht in den Gläsern stehen können.

2 Den Ingwer von der Schale befreien und in dünne Scheiben schneiden. Die Karottenstifte mit Ingwer und Gewürznelken ca. 5 Minuten in stark gesalzenem Wasser bissfest garen. Alles abgießen und abschrecken. Ingwer und Gewürznelken entfernen.

3 Die Karottenstifte aufrecht dicht an dicht in die sterilen Gläser stecken. Chili und Pfefferkörner in einem Mörser zerstoßen und mit dem Öl in einen Topf geben, alles langsam erwärmen, aber nicht zu heiß werden lassen. Das erwärmte Öl über die Karotten gießen, sodass sie vollständig bedeckt sind. Ggf. wei-

teres Sonnenblumenöl angießen. Die Gläser fest verschließen und vorsichtig schütteln, damit sich der Inhalt gut vermengen kann.

4 Die Karotten 2–3 Wochen an einem kühlen Ort durchziehen lassen. Während dieser Zeit die Gläser einige Male vorsichtig schütteln. Die würzig eingelegten Karotten sind gut verschlossen ca. 3 Monate haltbar, wenn sie stets an einem kühlen, dunklen Ort gelagert wurden.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten
zzgl. 2–3 Wochen Ruhezeit

SOMMER



IM GLAS

Kürbis-Birnen-Chutney

Chutney di zucca e pere

FÜR CA. 3 GLÄSER (À 250 ML)

400 g Muskatkürbis
400 g Birnen
4 rote Zwiebeln
4 EL natives Olivenöl extra
1 EL Senfkörner
150 g brauner Zucker
120 g heller Balsamicoessig
200 ml Weißwein
50 g Kürbiskerne
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Kürbis von Fasern und Kernen befreien, schälen und in Würfel schneiden. Birnen schälen, vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls in Würfel schneiden. Auch die Zwiebeln schälen, diese fein würfeln.

2 Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Kürbis darin kurz anbraten. Senf und Zucker dazugeben, Zucker karamellisieren lassen. Die Birnen untermischen. Essig und Wein dazugießen und alles zugedeckt 2 Stunden sanft köcheln lassen. Nach und nach insgesamt ca. 300 ml Wasser dazugeben.

3 Das Chutney mit Salz und Pfeffer würzen, die Kürbiskerne untermischen. Je nach gewünschter Konsistenz etwas Wasser dazugeben. Vor dem Abfüllen das Chutney einmal aufkochen und heiß in die vorgewärmten sterilen Gläser füllen. Diese fest verschließen und auf den Deckel stellen. Ungeöffnet und gekühlt ist das Chutney 2–3 Wochen haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2,5 Stunden

Zwiebel-Pflaumen-Chutney

Chutney veloce di cipolle e prugne

FÜR CA. 3 GLÄSER (À 250 ML)

400 g Pflaumen
400 g rote Zwiebeln
250 g brauner Zucker
1 EL Senfkörner
300 ml dunkler Balsamicoessig
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Pflaumen waschen, putzen, entsteinen und fein würfeln. Die Zwiebeln schälen und ebenfalls in feine Würfel schneiden.

2 Den Zucker in einem Topf schmelzen und goldgelb karamellisieren lassen. Erst Senf, Pflaumen und Zwiebeln, dann den Essig und 200 ml Wasser dazugeben (Vorsicht vor Spritzern!) und vermengen. Alles ca. 20 Minuten ohne Deckel auf die gewünschte Konsistenz einkochen lassen, dabei mehrmals umrühren.

3 Das Chutney mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken, aufkochen und noch heiß in die vorgewärmten sterilen Gläser füllen. Diese gut verschließen und auf den Deckel stellen. Das Chutney ist ungeöffnet und gekühlt bis zu 3 Wochen haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten



Steinpilzpesto

Pesto di funghi porcini

FÜR 2 GLÄSER (À 280 ML)

10 g getrocknete Steinpilze
100 g Steinpilze
2 Schalotten
1 Bund Petersilie
ca. 150 ml natives Olivenöl extra
30 g gemahlene Mandeln
60 g frisch geriebener Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die getrockneten Steinpilze mit ca. 60 ml kochendem Wasser in einer Schüssel übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. Die frischen Pilze putzen und in Würfel schneiden. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken.

2 Die Schalotten und die Pilzwürfel in 2 EL Öl andünsten. Die eingeweichten Steinpilze ausdrücken und grob hacken. Den Pilzsud durch ein feines Sieb gießen, 30 ml davon abmessen und in ein hohes Gefäß geben.

3 Die Schalotten, alle Pilze, die Petersilie, die Mandeln, den Parmesan und den Pilzsud mit dem Stabmixer fein pürieren, dabei nach und nach das Öl dazugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Das Steinpilzpesto mit Salz und Pfeffer abschmecken und in sterile Gläser füllen, anschließend mit etwas Öl bedecken. Die Gläser sorgfältig verschließen. Gekühlt gelagert und ungeöffnet ist das Pesto bis zu 6 Wochen haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

Sauer eingemachtes Gemüse

Verdura all'agro

FÜR 6 GLÄSER (À 500 ML)

- 500 g Blumenkohl
- je 1 rote und gelbe Paprikaschote
- 500 g Karotten
- 100 g Perlzwiebeln
- etwas Salz
- 1 Bund Dill
- 2 EL schwarze Pfefferkörner
- 1 TL Senfkörner
- 300 ml heller Balsamicoessig
- 100 g Zucker

1 Den Blumenkohl waschen, putzen und in Röschen teilen. Paprikaschoten waschen und in große Würfel schneiden. Karotten und Perlzwiebeln schälen, die Karotten schräg in Scheiben schneiden. Blumenkohl und Karotten in kochendem Salzwasser ca. 4 Minuten blanchieren, dann abgießen und abschrecken. Sämtliches Gemüse auf die sterilisierten Einmachgläser verteilen. Den Dill waschen, trocken schütteln und grob zerzupfen, mit Pfeffer- und Senfkörnern auf die Gläser verteilen.

2 1,2 l Wasser mit Essig, Zucker und 1 1/2 EL Salz aufkochen und ca. 5 Minuten kochen lassen, dann über das Gemüse in die Gläser gießen und diese fest verschließen. Die Gläser in einen Einkochtopf stellen und diesen bis knapp unter die Deckelränder mit Wasser befüllen. Das Gemüse bei 100 °C ca. 30 Minuten zugedeckt einkochen. Die Gläser vorsichtig aus dem Topf heben und auskühlen lassen. Verschlossen, kühl und dunkel gelagert ist das sauer eingemachte Gemüse ca. 1 Jahr haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten

Sauer
eingemachtes
Gemüse





WAS IST BEIM EINKOCHEN ZU BEACHTEN?

Die befüllten Gläser werden verschlossen in einen Einkochtopf gestellt. Wichtig ist, dass sie sich gegenseitig nicht berühren. Damit sie nicht verrutschen, gibt es Topfeinsätze, alternativ können Sie auch ein Küchenhandtuch auf den Topfboden legen. Dann Wasser in den Topf füllen, bis die Gläser zu zwei Dritteln bedeckt sind. Achtung: Sind die Gläser heiß, muss heißes Wasser eingegossen werden, andernfalls kaltes, damit sie durch den Temperaturunterschied nicht springen. Nun wird das Wasser erhitzt. Die Einkochdauer startet, sobald das Wasser zu kochen begonnen hat.



GELIERPROBE

Mit der Gelierprobe können Sie feststellen, ob Konfitüren und Gelees die gewünschte Konsistenz erreicht haben. Nachdem das Einmachgut einige Minuten sprudelnd gekocht wurde, mit einem Teelöffel ein wenig von der Masse auf einen kalten Teller geben. Wird sie schnell fest, dann ist das Einmachgut fertig. Wenn nicht, kann es noch etwas weiterkochen.

Einmachen RATGEBER

Wir geben Ihnen **Tipps zur Zubereitung und Lagerung**, damit Sie für das Einmachen perfekt vorbereitet sind



STERILE GLÄSER

Die Gläser, vor allem solche, die schon einmal zum Einmachen genutzt wurden, sollten einige Minuten in kochendem Wasser stehen, damit die Schimmel pilze und Bakterien vollständig abgetötet werden. Das Ausspülen mit heißem Wasser reicht dazu nicht aus! Dies gilt übrigens auch für die Deckel. Man kann Gläser auch im Backofen bei 140 °C ca. 10 Minuten sterilisieren (Gläser zuvor in den kalten Ofen geben!). Die Deckel sollten dann gesondert in einem Topf mit heißem Wasser abgekocht werden. Gläser und Deckel mit einer Zange auf ein Küchenhandtuch stellen. Abtropfen lassen, die Gläser heiß befüllen.

ZUBEREITUNG

Die Zutaten sollten stets reif verarbeitet werden und die Utensilien immer sehr sauber sein. Obst und Gemüse gründlich waschen und zügig vorbereiten, damit möglichst wenig Aromen verloren gehen. Beim Einkochen gilt daher auch die Regel: so kurz wie möglich, so lange wie nötig. Heißes Einmachgut in die sterilen, heißen Gläser füllen, diese verschließen und etwa 10 Minuten auf den Kopf stellen. Dann umdrehen und auskühlen lassen.



Eingemachtes Kompott und Mus
hält etwa 2 Jahre

Eingemachtes Chutney, Konfitüre, Gelee, eingekochtes Obst
hält etwa 1 Jahr

Fruchtsoßen
hält 8–10 Monate

Kalt gerührte Konfitüre, Grütze
hält etwa 3 Wochen



LAGERUNG & HALTBARKEIT

Angaben zur Haltbarkeitsdauer sind leider keine Garantie. Sie gelten nur, wenn saubere Gläser verwendet wurden, hygienisch gearbeitet wurde und die Gläser seit dem Abfüllen luftdicht verschlossen waren. Auch die Lagerung spielt eine große Rolle, ideal sind dunkle, kühle Orte wie der Keller. Verlassen Sie sich im Zweifel immer auf Ihre Sinne! Ob Ihr Eingemachtes noch gut ist oder bereits verdorben, erkennen Sie z. B. auch an der Wölbung des Deckels nach außen, an einem weißen Schleier oder einer Trübung im Glas sowie am sauren, unangenehmen Geruch.

Testen Sie 3 Ausgaben für NUR 9,90 Euro!



Mein LandRezept begeistert als Genussedition mit saisonalen Rezepten aus der ländlich raffinierten Küche. In jeder Ausgabe erwartet Sie ein anderes kulinarisches Thema des Landlebens.

Bestellen Sie jetzt:

0711 - 72 52 291

@ www.meinlandrezept.de/probeabo

Code: LR14ONM



Jetzt „Mein LandRezept“ auch auf Ihrem Tablet oder Smartphone in der Kiosk-App „falkemedia“ lesen!



Köstliches für unterwegs AUF DIE HAND

Auch außer Haus muss niemand auf eine **herzhafte Mittagspause** verzichten. Egal wohin Sie aufbrechen möchten, diese leckeren Gerichte werden Sie gern einpacken!



PANINI

mit Zucchini, San-Daniele-Schinken
und Rucolapesto

Rezept auf Seite 54

ABWECHS- LUNGSREICH

Probieren Sie ruhig auch andere Varianten aus, z.B. mit Salami, Rucola, eingelegten Artischocken und einigen Parmesanspänen. Ein fruchtiges Tomatenpesto passt perfekt dazu!

FÜR SPÄTER

Backen Sie doch gleich die doppelte Portion und frieren eine Hälfte ein! Die Miniquiches eignen sich hervorragend dazu. Zum Auftau über Nacht in den Kühl schrank stellen, am nächsten Tag kurz aufbacken.



MINIQUICHE *mit Kirschtomaten und Mangold*

Rezept auf Seite 54

**WER ES
KROSS MAG ...**

... brät die einzelnen Scheiben zusätzlich auf der Schnittfläche goldbraun an. Auf Küchenpapier gut abtropfen lassen, so bleiben sie bis zum Mittag schön knusprig.

**RICOTTA-
AUFLAUF**

Rezept auf Seite 54



Gutes eingepackt
ZUM MITNEHMEN

Gemüse im Pizzateig

Torciglioni di pizza con verdure

FÜR 16 STÜCK

20 g frische Hefe
1 Zweig Rosmarin
500 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 TL Salz
etwas natives Olivenöl extra
1 EL Honig
4 kleine gelbe und grüne Zucchini
2-3 EL Pesto
etwas grobes Meersalz zum Bestreuen

1 Die Hefe in 300 ml lauwarmem Wasser auflösen. Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abzupfen und hacken. Das Mehl mit Salz und Rosmarin vermengen. Die Hefemischung, 1 EL Olivenöl und Honig dazugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Mit einem Küchenhandtuch abgedeckt 60 Minuten ruhen lassen.

2 Zucchini waschen, von den Enden befreien und jeweils längs vierteln. Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 16 Portionen teilen. Die Teigstücke zu langen Strängen formen und jeweils auf einer Seite mit Pesto bestreichen. Diese dann vorsichtig um die Zucchinistücke wickeln und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Die Teiglinge mit etwas Olivenöl bestreichen und mit dem Meersalz bestreuen, dann im vorgeheizten Ofen in 15–20 Minuten goldbraun backen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten
zzgl. 60 Minuten Ruhezeit

Fotos: © Claudia Schilling, AT Verlag (2); Archiv (1); PR (1)



GEMÜSE
im Pizzateig



REDAKTIONSTIPP

Diese und weitere geniale „Außer Haus“-Rezepte finden Sie in Claudia Schillings Buch „Hin und weg. 170 clevere Lunchbox-Rezepte“. Zu finden sind darin nicht nur tolle Anregungen für Suppen, Salate, Gebackenes, Brote und Süßes zum Mitnehmen, sondern auch schöne Beispiele für nachhaltige Verpackungen. Zusätzlich gibt die Autorin auch zahlreiche Tipps und Anleitungen für Boxen und Taschen zum Selbermachen und Wiederverwerten. Mit wunderbaren Foodfotos und Vorschlägen für vegetarische Alternativen. Mit diesem Buch werden Sie nie wieder trockenes Brot in Ihrer Mittagspause essen müssen! **AT Verlag, 34 Euro**



Panini mit Zucchini, San-Daniele-Schinken und Rucolapesto

Panini con zucchine, prosciutto San Daniele e pesto di rucola

FÜR 2 STÜCK

- 1 kleine Zucchini
- 150 ml natives Olivenöl extra
- 2 Stiele Basilikum
- 120 g Pecorino
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale)
- 120 g Rucola
- 3 EL Pinienkerne
- 2 Paninibrötchen
- 100 g San-Daniele-Schinken in dünnen Scheiben
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Zucchini waschen, von den Enden befreien und längs in 3 mm dünne Scheiben hobeln. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchinischeiben darin auf beiden Seiten 3 Minuten anbraten, dann auf Küchenpapier auskühlen lassen. Basilikum waschen und trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein schneiden. Die Hälfte des Pecorino in feine Späne hobeln.

2 Für das Pesto den Knoblauch schälen und den restlichen Pecorino in grobe Stücke schneiden. Knoblauch und Käse mit Zitronenschale, Rucola und Pinienkernen sowie 70 ml Öl in ein hohes, schmales Gefäß geben. Alles mit dem Stabmixer pürieren. Das übrige Öl dazugeben und das Pesto salzen und pfeffern.

3 Paninibrötchen waagerecht aufschneiden. Alle Schnittflächen mit dem Pesto bestreichen. Die unteren Hälften mit San-Daniele-Schinken sowie gebratenen Zucchinischeiben und gehobeltem Pecorino belegen. Basilikum gleichmäßig darauf verteilen. Alles erneut mit Salz und Pfeffer würzen. Die mit Pesto bestreichenen Oberhälften als Deckel aufsetzen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten



Miniquiche mit Kirschtomaten und Mangold

Mini quiche con pomodorini e bieta

FÜR 6 STÜCK (À Ø 11 CM)

- 100 g Mehl Type 812 (Halbweissmehl) zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 100 g Mehl Type 1050 (Ruchmehl)
- 100 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 250 g Mangold
- 12 Kirschtomaten
- 100 g Sahne
- 100 g Quark
- 2 Eier
- 0,1 g Safranfäden
- 2 EL Semmelbrösel
- 2 EL Pinienkerne
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für den Teig beide Mehlsorten mit 1/2 TL Salz vermischen. Kalte Butter dazugeben und alles grob mit den Händen verkneten. 100 ml kaltes Wasser dazugeben. Alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. Diesen dann in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten kalt stellen. Für den Belag den Mangold in Streifen schneiden, waschen und 2-3 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Dann abgießen und abtropfen lassen. Die Tomaten waschen und vierteln.

2 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Sahne, Quark, Eier und Safran verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. 6 Tarteletteförmchen (Ø 11 cm) einfetten. Den Teig in 6 Portionen teilen und auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche jeweils 3 mm dick rund ausrollen. Die Teigkreise in die Förmchen legen, dabei auch einen Rand formen. Den überstehenden Teig abschneiden und die Teigböden mit einer Gabel einstechen.

3 Die Semmelbrösel auf den Teigböden verteilen, Mangold und Tomaten daraufgeben und den Guss darübergießen. Alles mit den Pinienkernen bestreuen. Die Miniquiches im

vorgeheizten Ofen in 25-30 Minuten goldbraun backen. Vor dem Einpacken vollständig auskühlen lassen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten
zzgl. 30 Minuten Ruhezeit



Ricotta-Auflauf

Sformato di ricotta

FÜR 1 AUFLAUF (24 CM LÄNGE)

- 200 g Karotten
- 200 g Zucchini
- 2 Frühlingszwiebeln
- 200 g Champignons
- 1 EL natives Olivenöl extra
- 100 g Pecorino
- 300 g Ricotta
- 4 Eier
- 1/2 Bund Zitronenthymian
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform (24 cm Länge) mit Backpapier auslegen. Das Gemüse putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebeln in einer Pfanne in heißem Olivenöl ca. 3 Minuten andünsten. Dann das restliche Gemüse dazugeben und 5 Minuten mitdünsten. Die Mischung anschließend vollständig auskühlen lassen.

2 Den Pecorino grob reiben und mit Ricotta und Eiern in einer Schüssel vermengen. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und zur Ricottamasse geben, diese mit Salz und Pfeffer würzen. Das ausgekühlte Gemüse daruntermischen.

3 Die Masse in die vorbereitete Form geben und im vorgeheizten Ofen 50-60 Minuten backen. Den Auflauf ca. 10 Minuten abkühlen lassen, dann auf ein Kuchengitter stürzen, auskühlen lassen und in Scheiben schneiden.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten

-GESUNDER MITTAGSSNACK mit Knuspergarantie

Wer nach Feierabend schon an die nächste Mittagspause denkt, sollte sich einmal von diesen Salatpäckchen um den Finger wickeln lassen



KNACKIGE SALATPÄCKCHEN MIT MINI-BREZELN

ZUTATEN FÜR 8 STÜCK

- 2 Avocados**
- 1 kleine Knoblauchzehe**
- 4 EL Naturjoghurt (3,5 % Fett)**
- 1/2 Bio-Zitrone (Saft)**
- 1 Kopfsalat**
- 1 Bund Radieschen**
- 1/2 Salatgurke**
- ca. 10 Kirschtomaten**
- einige Sprossen**
- 150 g Feta**
- ca. 100 g „Saltletts Mini Brezel“**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

ZUBEREITUNG

- 1 Die Avocados halbieren und vom Kern befreien. Das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und in ein hohes, schmales Gefäß geben. Den Knoblauch schälen und dazugeben. 2 EL Joghurt und Zitronensaft ebenfalls in das Gefäß geben und alles

mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Avocadocreme würzig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 2 8 große Blätter vom Kopfsalat ablösen, waschen und trocken tupfen, den restlichen Salat anderweitig verwenden. Jeweils die dicke Blattrippe aus den Salatblättern entfernen, damit sich die Päckchen besser wickeln lassen. Radieschen, Gurke und Tomaten waschen und putzen. Die Radieschen in Scheiben schneiden, die Gurke der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden und die Kirschtomaten halbieren. Die Sprossen waschen und trocken tupfen. Feta in Stifte schneiden.

3 Jeweils 1 Salatblatt mit der Avocadocreme bestreichen und mittig mit Gemüse, Sprossen, Feta und „Saltletts Mini Brezel“ belegen, dann 1 Klecks Joghurt daraufgeben. Die Salatblätter jeweils an den Seiten über die Füllung schlagen und alles zu Päckchen wickeln. Diese mit Küchengarn fixieren, damit sie für den Transport gewappnet sind.

ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten

UNSER ZUTATEN-TIPP

„Saltletts Mini Brezel“

Gesundes und leckeres Essen zum Mitnehmen für die Mittagspause ist wichtig. Umso besser, wenn es dann noch frisch und selbst zubereitet ist. Teil dieses Rezepts sind die „Saltletts Mini Brezel“, die der perfekte Knusper-Begleiter zum selbst gemachten Mittagssnack sind. Dank des wieder verschließbaren Standbeutels im neuen Design bleibt auch der Rest der Brezeln knusprig und kommt als kleiner herzhafter Knusper-Snack mit ins Büro, in die Schule oder die Uni. Mehr Informationen sowie weitere tolle Rezeptideen finden Sie online unter www.saltletts.de



FRISCH AUFGETISCHT

Was bringt die Saison?

Aufgepasst, hier verraten wir Ihnen die besten Rezepte mit **erntefrischem Obst und Gemüse**.

Schnappen Sie sich gleich Ihren Einkaufskorb, und auf geht's zum Wochenmarkt!

RUCOLASÜPPCHEN mit Sesam

Zuppa di rucola e sesamo

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 400 g Kartoffeln
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 800 ml Gemüsebrühe
- 250 g Rucola
- 200 g Sahne
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- je 30 g helle und schwarze Sesamsaat
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel, Knoblauch und Kartoffeln schälen, alles in Würfel schneiden. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Kartoffeln darin andünsten, mit Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt 10–15 Minuten köcheln lassen.

2 Inzwischen den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. 2/3 davon grob hacken, den Rest zum Garnieren beiseitelegen. Die Sahne und den gehackten Rucola in die Suppe geben und 2–3 Minuten mitköcheln lassen. Dann den Parmesan dazugeben und kurz in der Suppe schmelzen lassen.

3 Die Suppe fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit übrigem Rucola und Sesamsaat garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
30 Minuten



Fotos: Gettyimages/Juchezar (1), los_angelas (1), trigma (1); Stockphoto/lepat (2004) (1)



RUCOLA *Rucola*

Das auch unter dem Namen Rauke bekannte Blattgemüse ist aus der italienischen Küche nicht wegzudenken. Mit der leicht bitteren Note, dem scharf-würzigen Geschmack und der knackigen Konsistenz passt Rucola toll zu Salaten, als Topping auf Pizzen oder auch als frische Note in buntem Gemüse. Wenn er knackig bleiben soll, darf er nicht mitgaren, sondern sollte erst kurz vor dem Servieren dazugegeben werden, damit er nicht zusammenfällt.



ROTE ZWIEBEL *Cipolla rossa*

Im Vergleich zur weißen Speisezwiebel ist die rote Zwiebel milder in Geschmack und Schärfe, was uns beim Schniden auch nicht so stark zum Weinen bringt. Die guten Inhaltsstoffe sind aber in beiden Sorten zu finden. Die rote Zwiebel bringt jedoch mit ihrer kräftigen Färbung Spannung in Salate und auf Pizzen. Ihr süßliches Aroma entfaltet sich während des Kochens vollkommen und passt auch hervorragend zu Fleisch und Fisch.



CROSTATA mit Herbstgemüse

Crostata di verdure autunnali

FÜR 4 PERSONEN

- 225 g Mehl Type 550 zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
50 g Polentagrieß
200 g kalte Butter in Stückchen
200 g Hokkaidokürbis
1 Birne
2 rote Zwiebeln
6 Stiele Thymian
125 g Mozzarella
150 g Ziegenfrischkäse
1 Ei
2 EL natives Olivenöl extra
50 g Kürbiskerne
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Mehl, Polentagrieß, 1 TL Salz, kalte Butter und 75 ml eiskaltes Wasser in einer Schüssel zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten kalt stellen. In der Zwischenzeit Kürbis und Birne waschen, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und ebenfalls in Spalten schneiden. Thymian waschen und trocken schütteln. Von den Hälften der Stiele die Blättchen abzupfen. Mozzarella in dünne Scheiben schneiden.

2 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche rund (Ø ca. 32 cm) ausrollen. Ziegenfrischkäse, Ei, Salz, Pfeffer und Thymianblättchen verrühren und auf dem Teig verteilen, dabei einen Rand frei lassen. Birne, Mozzarella, Kürbis und Zwiebeln darauf verteilen, mit Öl beträufeln und den Rand etwas nach innen klappen. Die Crostata auf einem mit Backpapier belegten Blech im vorgeheizten Ofen 30–35 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, mit den übrigen Thymianstielen und den Kürbiskernen bestreuen und im Ganzen servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
90 Minuten

KARTOFFELGNOCCHI mit Kürbis

Gnocchi di patate con la zucca

FÜR 4 PERSONEN

- 800 g mehligkochende Kartoffeln
- 1 kleiner Hokkaidokürbis in Würfeln
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 250 ml Gemüsebrühe
- 100 g Rucola
- 300 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 2 Eier
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 200 g Sahne
- 80 g frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Kartoffeln ungeschält in kochendem Wasser je nach Größe ca. 30 Minuten garen. Inzwischen den Kürbis in Olivenöl andünsten und mit Brühe ablöschen. 15 Minuten garen, dann die Hälfte der Kürbiswürfel abnehmen, den Rest bei kleiner Hitze weitergaren. Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern.

2 Kartoffeln abgießen, abschrecken, ausdampfen lassen, pellen und durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Mit Mehl, Eiern, Muskat sowie Salz und Pfeffer zu einem Teig verkneten. Diesen zu Rollen formen und kleine Stücke davon abschneiden. Diese über einen Gabelrücken rollen, sodass die typischen Rillen entstehen. Gnocchi portionsweise in siedendem Salzwasser gar ziehen lassen. Herausheben und abtropfen lassen.

3 Sahne zum weitergegartem Kürbis geben. Den Mix aufkochen, pürieren, salzen und pfeffern. Übrigen Kürbis und Gnocchi untermengen. Das Gericht mit Rucola und geriebenem Parmesan servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
60 Minuten



KARTOFFEL Patata

Ob fest- oder mehligkochend, gelb- oder weißfleischig, die Kartoffel ist hierzulande eindeutig eine der beliebtesten und vielseitigsten Gemüsesorten. Sie bringt leicht verdauliche Stärke mit sich und eine ganze Menge Vitamin C und Eisen. Sie schmeckt pur gekocht oder gebacken, kann wunderbar verarbeitet werden zu Gnocchi, passt als Sättigungsbeilage zu Fleisch und Fisch und schmeckt auch als Nachspeise, z.B. in Form von Kartoffelpuffern, köstlich!



MAIS Mais

Frischer Mais ist aromatisch, süß und liefert viele gute Nährstoffe. Doch auch der Mais aus der Dose ist nicht zu verachten, vergehen ja nur wenige Stunden zwischen der Ernte und der Konservierung. Zudem ist er lange haltbar und auch außerhalb der Saison zu bekommen. Mit seiner tollen Farbe, der herrlichen Süße und seinem milden Geschmack passt Mais zu unterschiedlichsten Gerichten und schmeckt beispielsweise auch gegrillt sehr gut.



GEWÜRZHÄHNCHEN auf Ofengemüse

Pollo speziato con verdure al forno

FÜR 4 PERSONEN

- 1 TL Koriandersaat
- 1/2 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL getrockneter Thymian
- 9 EL natives Olivenöl extra
- 1 EL Honig
- 4 Hähnchenbrustfilets (à ca. 180 g)
- 1 Zwiebel
- 600 g Kartoffeln
- 350 g Blumenkohl
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 1 Maiskolben
- 200 g Kirschtomaten
- 1 Bund Schnittlauch
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Koriander in einem Mörser zerstoßen. Mit Paprikapulver, Thymian, 5 EL Öl, Honig und etwas Salz und Pfeffer verrühren. Hähnchenbrustfilets mit der Marinade vermengen und bis zur Verwendung durchziehen lassen.

2 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das gesamte Gemüse putzen, ggf. waschen und beliebig in mundgerechte Stücke schneiden. Das Gemüse in eine Auflaufform geben, mit dem übrigen Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenbrustfilets daraufgeben. Alles im vorgeheizten Ofen in 35–40 Minuten goldbraun garen.

3 Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Hähnchen und Gemüse aus dem Ofen nehmen, mit Schnittlauch bestreuen und servieren.

TIPP: Wer mag, kann einen cremigen, mit etwas Bio-Zitronenschale verfeinerten Ricottadip zu diesem Gericht servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
80 Minuten

GEBACKENE QUITTE mit Joghurtcreme

Mela cotogna con crema di yogurt

FÜR 4 PERSONEN

etwas Butter zum Fetten

- 4 Quitten
- 2 TL Zimtpulver
- 100 g Zucker
- 150 g Walnusskerne
- 100 g Sahne
- 1 Pck. Vanillezucker
- 500 g Joghurt
- 2 EL Honig

1 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit Deckel mit etwas Butter fetten. Quitten mit einem Küchentuch abreiben, schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in Würfel schneiden. Diese mit Zimt und Zucker mischen, in die Auflaufform geben und mit geschlossenem Deckel im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten backen. Anschließend weitere 10–15 Minuten ohne Deckel weiterbacken lassen.

2 Inzwischen die Walnusskerne halbieren und ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten. Die Sahne mit dem Vanillezucker fast steif schlagen. Joghurt und Honig glatt rühren, die Sahne vorsichtig unterheben. Die gebackenen Quitten abkühlen lassen, mit Joghurtcreme und Walnüssen in Dessertgläsern anrichten und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
60 Minuten



Fotos: gettyimages/peteredina/linde (1), NorChoclate (1), SvetlanaViktor (1), Vitor_Kita (1)

QUITTE *Mela cotogna*

Die meisten Quittenarten sind roh nicht verzehrfähig und müssen vor dem Genuss erst gekocht, gebraten oder gebacken werden. Das harte Fruchtfleisch und die mit einem Flaum versehene harte Schale werden beim Garprozess schön weich. Sehr beliebt ist die Zubereitung von Gelee, Konfitüre und Gebäck, aber auch als süße Note in herzhaften Schmorgerichten macht sich die Quitte gut. Sie bringt ein leicht zitroniges, fruchtiges Aroma mit sich.



GEBACKENE APFELRINGE mit Zimt

Frittelle di mele alla cannella

FÜR 4 PERSONEN

250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 Prise Salz
75 g Zucker
1 TL Zimtpulver
2 Eier
150 ml Milch
4 säuerliche Äpfel
1 Bio-Zitrone (Saft)
500 ml Pflanzenöl zum Frittieren

1 Mehl mit Salz, Zucker und Zimt in einer Schüssel vermengen. Eier und Milch dazugeben und alles zu einem glatten Teig verrühren. Diesen beiseitestellen und quellen lassen.

2 Inzwischen die Äpfel schälen. Das Kerngehäuse mithilfe eines Apfelentkerners ausschneiden und die Äpfel in ca. 5 mm breite Scheiben schneiden. Diese mit Zitronensaft beträufeln, damit sie nicht braun werden.

3 Das Öl in einem Topf erhitzen. Die Apfelscheiben erst in etwas Mehl wenden, dann durch den Backteig ziehen und portionsweise im heißen Öl goldbraun frittieren, dabei gelegentlich wenden. Die gebackenen Apfelringe aus dem Öl heben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm servieren.

TIPP: Vanille passt hervorragend zu Apfel, also servieren Sie die gebackenen Apfelringe doch auch einmal mit einem sahnigen Vanilleeis oder träufeln Sie etwas Vanillesoße über die noch warmen Apfelringe.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
30 Minuten

APFEL *Mela*

Äpfel sind nicht nur vielseitig verarbeitbar und lecker, sondern auch sehr gesund! Die meisten Vitamine stecken direkt unter der Schale, diese sollte also bestenfalls mitgegessen werden. Mit ihrer feinen Säure schmeckt die Frucht wunderbar in Süßspeisen unterschiedlichster Art, sie passt aber auch toll zu deftigen Gerichten wie Schmortöpfen. Zimt unterstützt das Aroma des Apfels optimal und sollte in keiner Apfelnachspeise fehlen!



Neues Lieblingsgebäck **FRUCHTALARM**

Aus den frisch geernteten **Schätzen der Saison** haben wir saftig-süße Kunstwerke gebacken, die das Highlight auf Ihrer herbstlichen Kaffeetafel sein werden

FOTOS & STYLING | TINA BUMANN



FEIGENTORTE *mit Pistazien und Honig*

Rezept auf Seite 66

ZWETSCHGEN-CROSTATA
*mit Amarettinibröseln
und Amarettosahne*

Rezept auf Seite 66



Holunderbeer-Käsekuchen-Tartelettes

Mini cheese-cake con bacche di sambuco

FÜR 10 STÜCK (À Ø 12 CM)

300 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
200 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
200 g Zucker
1 Prise Salz
300 g Holunderbeeren, von den Dolden gelöst
250 g Magerquark
200 g Doppelrahmfrischkäse
50 ml Holunderbeersaft
2 Eier
30 g Speisestärke
etwas Puderzucker zum Bestäuben

1 Mehl, kalte Butter, 100 g Zucker und Salz in einer Schüssel zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen. Inzwischen für die Füllung die Holunderbeeren ggf. sehr vorsichtig waschen und trocken tupfen. Den Quark mit Frischkäse, Holunderbeersaft, Eiern, Speisestärke und restlichem Zucker in einer Schüssel cremig rühren. Die Beeren vorsichtig unterheben.

2 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 10 kleine Tartelette-förmchen (Ø 12 cm) mit etwas Butter einfetten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 10 gleich große Portionen teilen. Diese jeweils etwas größer als die Förmchen rund ausrollen und die Förmchen damit auskleiden, dabei auch einen Rand bilden. Den Teigboden mehrfach mit einer Gabel einstechen und die Holundercreme daraufgeben.

3 Die Tartelettes im vorgeheizten Ofen in 20–25 Minuten goldbraun backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Die Tartelettes auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und mit Puderzucker bestäubt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 110 Minuten



Klein, süß und
SO LECKER!



Schokoladenkuchen mit Ricotta und Weintrauben

Torta al cioccolato con ricotta e uva

FÜR 1 KASTENKUCHEN
(30 CM LÄNGE)

300 g grüne Weintrauben
300 g dunkle Weintrauben
200 g Zartbitterschokolade
100 g Vollmilchschokolade
75 g Butter
3 Eier
200 g Zucker
250 g Ricotta
300 g Mehl
1/2 Pck. Backpulver
1 Prise Salz
1 Bio-Zitrone
100 ml heller Traubensaft
50 ml Weißwein
1-2 EL Puderzucker
200 g Sahne
1 Pck. Vanillezucker

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Weintrauben waschen und trocken tupfen. Beide Schokoladensorten grob hacken, mit der Butter in eine Schüssel geben und über einem heißen Wasserbad unter Rühren schmelzen.

2 Die Eier mit 125 g Zucker schaumig schlagen. 100 g Ricotta unterrühren. Mehl mit Backpulver und Salz vermischen und ebenfalls unterrühren. Die Schokoladenmischung dazugeben und alles kurz zu einem glatten Teig verrühren. Jeweils die Hälfte beider Traubensorten unterheben. Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform (30 cm Länge) geben und im vorgeheizten Ofen 60–70 Minuten backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Stäbchenprobe machen.

3 In der Zwischenzeit die übrigen Weintrauben jeweils halbieren. Die Zitrone heiß abwaschen und trocken reiben. Die

Schale fein abreiben, dann den Saft der ganzen Frucht auspressen. Traubensaft, Weißwein, Zitronensaft und Puderzucker in einen Topf geben und aufkochen lassen. Die Mischung dann vom Herd nehmen und kurz abkühlen lassen. Trauben und Zitronenschale dazugeben und alles bis zur Verwendung beiseitestellen.

4 Den Schokoladenkuchen aus dem Ofen nehmen und ca. 15 Minuten abkühlen lassen, dann vorsichtig aus der Form auf ein Kuchengitter stürzen und vollständig auskühlen lassen.

5 Die Sahne mit dem Vanillezucker steif schlagen. Den restlichen Ricotta mit dem übrigen Zucker glatt rühren. Die geschlagene Sahne unterheben. Die Creme auf den ausgekühlten Kuchen streichen. Diesen mit den marinierten Trauben garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden



Feigentorte mit Pistazien und Honig

Torta con fichi, pistacchi e miele

FÜR 1 TORTE (Ø 20 CM)

- 30 g Butter
- 3 Eier
- 1 Prise Salz
- 225 g Zucker
- 150 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 8 reife Feigen
- 125 g flüssiger Honig
- 600 g Sahne
- 3 Pck. Sahnefestiger
- 100 g Pistazienkerne
- 50 g brauner Zucker

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Butter schmelzen und etwas abkühlen lassen. Eier trennen. Eiweiß mit dem Salz steif schlagen und kalt stellen. Eigelb mit 125 g Zucker und 4 EL warmem Wasser schaumig schlagen. Die Butter unterrühren. Mehl und Backpulver vermischen. Den Eischnee auf die Eigelbcreme geben, den Mehlmix darüber sieben. Alles vorsichtig unterheben.

2 Den Boden einer Springform (Ø 20 cm) mit Backpapier belegen. Den Teig in die Form geben und im vorgeheizten Ofen 40–45 Minuten backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und in der Form auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

3 Inzwischen die Feigen waschen und vorsichtig trocken tupfen. 2 Feigen in Würfel schneiden. 3 Feigen mit 50 g Honig in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Übrige Feigen nach Belieben für die Garnitur halbieren oder in Spalten schneiden. Die Sahne mit Sahnefestiger und restlichem

Zucker steif schlagen, die Masse in 3 gleich große Portionen teilen. 1 Portion vorsichtig mit den pürierten Feigen vermengen, die gewürfelten Feigen vorsichtig unter 1 weitere Portion der Creme heben.

4 Den Kuchen waagerecht in 3 gleich große Böden schneiden. Den unteren Boden auf eine Tortenplatte setzen, mit der Feigenpüree-Sahne bestreichen und mit dem mittleren Boden bedecken. Die Sahnemasse mit den gewürfelten Feigen daraufgeben. Dann mit dem letzten Boden abschließen. Die übrige Sahne darauf verteilen und mit den übrigen Feigen belegen. Die Torte 4 Stunden kalt stellen.

5 Die Pistazien grob hacken. Brauen Zucker mit 50 ml Wasser in einer kleinen Pfanne goldbraun karamellisieren lassen. Die Pistazien dazugeben, alles gut vermengen und auf ein Stück Backpapier geben (Vorsicht heiß!). Aushärten lassen.

6 Die ausgehärteten Karamellpistazien in grobe Stücke brechen und auf die Torte streuen. Die Torte mit dem übrigen Honig beträufeln und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden zzgl. 4 Stunden Kühlzeit



Zwetschgen-Crostata mit Amarettinibröseln und Amarettosahne

Crostata di prugne con crumble di amarettini e panna all'amaretto

FÜR 8 STÜCKE

- 150 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 50 g gemahlene Mandeln
- 50 g Zucker

- 1 Prise Salz
- 100 g kalte Butter in Stückchen
- 600 g Zwetschgen
- 1 TL Zimtpulver
- 1 EL Speisestärke
- 1 Eigelb
- 2 EL brauner Zucker
- 50 g Amarettini
- 200 g Sahne
- 1 Pck. Vanillezucker
- 2–3 EL Amaretto

1 Mehl mit Mandeln, Zucker, Salz, kalter Butter sowie 5–6 EL eiskaltem Wasser in einer Schüssel rasch zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie gewickelt ca. 45 Minuten kalt stellen.

2 In der Zwischenzeit die Zwetschgen waschen, halbieren und entsteinen, dann in einer Schüssel mit dem Zimt vermischen. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche ca. 4 mm dick rund ausrollen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.

3 Den Teig mit Stärke bestäuben und mit den Zwetschgen belegen, dabei einen ca. 3 cm breiten Rand frei lassen. Den Teigrand ringsum über die Zwetschgen klappen und leicht andrücken.

4 Eigelb verquirlen und den Teigrand damit bestreichen. Den Teigrand und die Zwetschgen mit dem braunen Zucker bestreuen und die Crostata im vorgeheizten Ofen in 25–30 Minuten goldbraun backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden.

5 Die Amarettini mit den Händen grob zerbröckeln. Sahne mit dem Vanillezucker steif schlagen und den Amaretto unterheben. Die Zwetschgen-Crostata aus dem Ofen nehmen und nach Belieben auf einem Kuchengitter kurz abkühlen oder vollständig auskühlen lassen, dann mit Sahne und Amarettinibröseln anrichten und sofort servieren.

TIPP: Anstelle von Zwetschgen können Sie für dieses Gebäck auch jede andere Steinobstsorte verwenden. Besonders gut bieten sich Pfirsiche und Aprikosen an.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten



La dolce vita al bar!



Aperitivo in der Segafredo Espressobar

Dieser Herbst steht ganz im Zeichen genüsslicher Urlaubserinnerungen an Bella Italia:
Aperitivo & Stuzzichini al bar – Happy Hour auf Italienisch in der Lieblings-Espressobar

Voller Sehnsucht erinnern sich viele von uns an die unvergleichliche italienische Abendsonne und die lauen Sommernächte, die wir im Urlaub auf der Piazza bei einem Aperol Sprizz oder Sanbitter in vollen Zügen genossen haben. L'ora dell'aperitivo, also die Stunde des Aperitifs, ist Teil der wunderbaren Lebensart unserer südländischen Nachbarn, welche den Tag regelmäßig al bar ausklingen lassen. Vor allem im nördlichen Italien ist mit Aperitivo nicht nur das Getränk an sich gemeint, sondern das wunderbare Ritual, sich ab 17 Uhr mit Kollegen und Freunden auf einen Drink und ein paar Häppchen in den Caffè-Bars zu treffen. Dazu werden gerne kleine Snacks wie Mini-Tramezzini und Mortadella-würfel mit Holzspießchen, daher die Bezeichnung „Stuzzichini“, sowie Oliven gereicht. Wie wäre es, auch in Deutschland ein Stück dieses italienischen Dolce Vita zu übernehmen und das Aperitivo-Ritual

hierzulande einzuführen? Treffen wir uns nach der Arbeit doch einfach auf „attimi di piacere“, italienische Genussmomente, in der Espressobar!

Vor rund drei Jahrzehnten öffnete die bundesweit erste Segafredo Espressobar in Italiens nördlichster Großstadt „Monaco di Baviera“, wie die bayerische Hauptstadt liebevoll von den Italienern genannt wird. Mithilfe der versierten Baristi verbreiteten sich diese Caffè-Bars von Münchens Residenzstraße aus in ganz Deutschland und machten damit die original italienische Caffè-Kultur nördlich der Alpen erlebbar.

Anfang Juli dieses Jahres bekam München sein erstes innerstädtisches Mega-Einkaufszentrum: das Forum Schwanthalerhöhe. In unmittelbarer Nähe zur Theresienwiese laden seither über 100 Geschäfte, Restaurants und Cafés auf 25.000 m² zum Shoppen und Genießen ein. Im Erdgeschoss realisierte das Münchner Gastronomienpaar Denise und Fritz Kustatscher seine erste Segafredo Espressobar. „Die bereits seit Kindesalter in der Gastronomie tätigen und seit Jahrzehnten erfolgreichen Betreiber der beliebten Wirtshäuser ‚Giesinger-Garten‘ und ‚Sappralott‘

sowie des legendären Oktoberfestzeltes ‚Fischer-Vroni‘ zählen seit vielen Jahren zu unseren engen Geschäftspartnern. Wir freuen uns daher besonders, die gute Zusammenarbeit zu vertiefen und gemeinsam neue Wege zu gehen!“, betont Franz Schwaiger, Geschäftsführer der Segafredo Zanetti Deutschland GmbH. Ci vediamo al bar?

Spannende News sowie Caffè-Rezepte und Barista-Tipps finden Sie unter www.facebook.com/SegafredoDeutschland



Guglielmo Miller, Roxana Zimmermann, Jannis Papachatzakis, Denise Kustatscher, Franz Schwaiger, Joe Faust (v. l. n. r.)



Karamell-Mandel-
Latte-macchiato



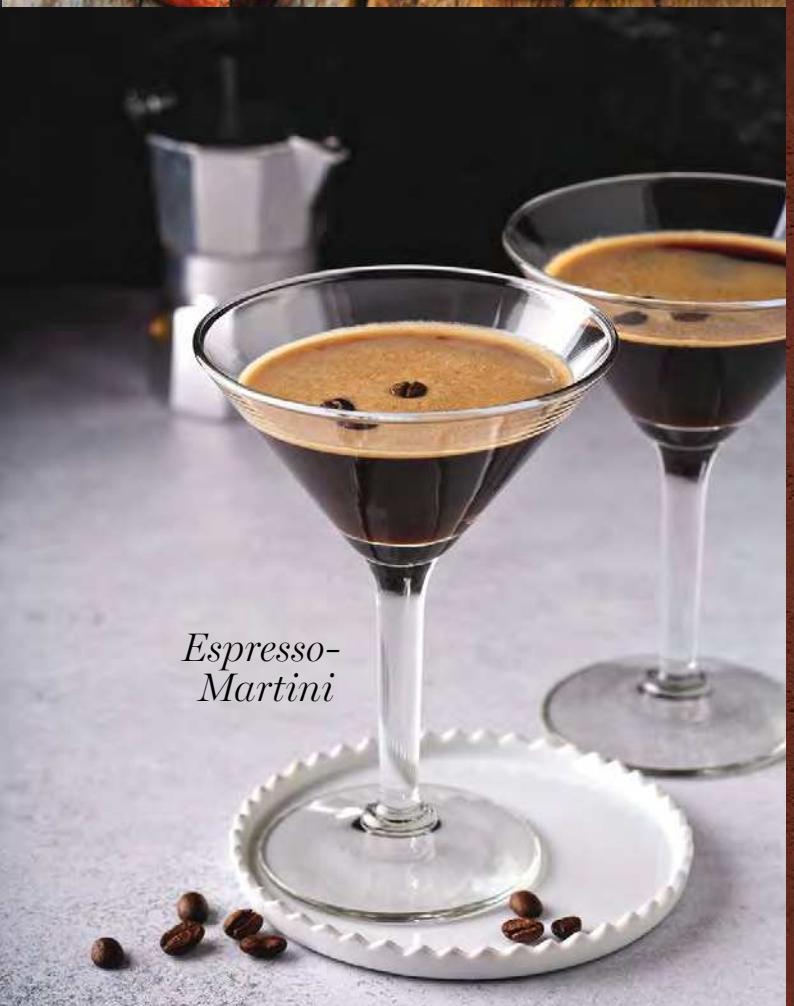
Kürbis-
Caffè-Latte



Heiße
Zimtschokolade



Espresso-
Martini



KAFFEEPAUSE!

Ob zu einem Stück Kuchen, mit einem knusprigen Keks, aber auch einfach so - **erleben Sie einen Koffeinkick** mit diesen vier genialen Getränken!

Karamell-Mandel-Latte-macchiato

*Latte di mandorla macchiato
al caramello*

FÜR 4 PERSONEN

- 200 g Zucker
- 80 g Butter
- 400 g Sahne
- 1 Prise Salz
- 1 l Mandeldrink
- 4 Espressi

1 Für die Karamellsoße den Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren lassen. Die Butter vorsichtig dazugeben und unterrühren. 125 g Sahne dazugießen und alles verrühren. Mit Salz würzen und etwas abkühlen lassen.

2 Den Mandeldrink unter Rühren erhitzen. 1 EL Karamellsoße unterrühren. Nach Belieben je 1-2 EL Karamellsoße in 4 Gläser geben. Jeweils 1 Espresso dazugießen und mit dem Mandeldrink auffüllen. Die übrige Sahne steif schlagen und auf die Getränke geben. Diese mit Karamellsoße garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten

Kürbis-Caffè-Latte

Caffè latte alla zucca

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Hokkaidokürbisfruchtfleisch, gewürfelt
- 1 l Milch
- 1 Vanilleschote (ausgelöstes Mark)
- 4 EL Ahornsirup
- 1 Prise frisch geriebene Muskatnuss

- 1/2 TL Gewürznelkenpulver
- 1 TL Ingwerpulver
- 2 TL Zimtpulver zzgl. etwas mehr zum Bestäuben
- 300 g Sahne
- 4 Espressi

1 Kürbiswürfel mit wenig Wasser in einem Topf in 15-20 Minuten bei geschlossenem Deckel weich dünsten. Ggf. Restwasser abgießen und den Kürbis pürieren.

2 Milch mit Vanillemark, Ahornsirup und Gewürzen in einem Topf unter Rühren aufkochen. Kürbispüree dazugeben und alles gut verrühren. Die Sahne steif schlagen. Die Milch-Kürbis-Mischung in 4 Gläser füllen und je 1 Espresso dazugeben. Die Getränke mit der Sahne garnieren und mit etwas Zimt bestäubt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten

Heiße Zimtschokolade

Cioccolata calda al profumo di cannella

FÜR 4 PERSONEN

- 800 ml Milch
- 200 ml Kaffee
- 200 g Zartbitterschokolade, gehackt
- 2 EL Kakaopulver zzgl. etwas mehr zum Bestäuben
- 2 TL Zimtpulver
- 50 g brauner Zucker
- 200 g Sahne
- 1 Pck. Vanillezucker
- einige kleine Marshmallows
- 4 Zimtstangen zum Garnieren

1 Die Milch in einem Topf unter Rühren zum Kochen bringen. Kaffee, Zartbitterschokolade, Kakao, Zimt sowie den braunen Zucker

dazugeben und alles gut verrühren, bis die Schokolade vollständig geschmolzen ist.

2 Sahne mit Vanillezucker steif schlagen. Die Zimtschokolade auf 4 Becher verteilen und mit geschlagener Sahne anrichten. Mit Kakaopulver bestäuben und mit Marshmallows sowie je 1 Zimtstange garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 15 Minuten

Espresso-Martini

Martini al caffè

FÜR 4 PERSONEN

- 160 ml Wodka
- 80 ml Kaffeelikör
- 40-60 ml Zuckersirup (siehe Tipp)
- 4 Espressi, abgekühlt
- einige Eiszwölfe zum Auffüllen
- einige Kaffeebohnen zum Garnieren

1 Je 1/4 Wodka, Kaffeelikör, Zuckersirup und Espressi in einen Cocktailshaker geben und mit Eiszwölfern auffüllen. Den Shaker fest verschließen und alles kräftig schütteln. Den Espresso-Martini durch ein Sieb in einen gut gekühlten Martinikelch gießen und mit einigen Kaffeebohnen garnieren.

2 Diesen Vorgang mit den übrigen Zutaten noch dreimal wiederholen und die Drinks sofort servieren.

TIPP: Für einen selbst gemachten Zuckersirup 2 Teile Wasser mit 3 Teilen Zucker aufkochen. Bei kleiner Hitze 10-15 Minuten offen einköcheln lassen. In sterile Flaschen füllen, auskühlen lassen und im Kühlschrank aufbewahren. So ist der Sirup ca. 4 Wochen haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten



NADJA

ZIMMERMANN

Die Innenarchitektin
begeistert mit köst-
lichen Gerichten ohne
großen Aufwand,
die allen schmecken

SPAGHETTI mit Tomaten und Burrata

Rezept auf Seite 72



Entspannt kochen

Sie wollen alle satt und glücklich machen, ohne dabei in Stress zu verfallen?
Wie leicht das geht, zeigt Nadja Zimmermann mit ihrer **leckeren Familienküche**



Auberginen-Involtini

Involtini di melanzane

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer (ca. 2 cm lang)
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 1 Zweig Rosmarin
- 3 Stiele Thymian
- 3 Stiele Oregano
- 800 g geschälte Tomaten (Dose)
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Rohrzucker
- 3 Auberginen
- 2 Kugeln Mozzarella (à 125 g)
- 1 Bund Basilikum
- 250 g frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für den Tomatensugo Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen, fein würfeln und in 2 EL Olivenöl andünsten. Kräuter waschen, trocken schütteln und zu einem Bund zusammenbinden. Geschälte Tomaten sowie 100 ml Wasser, Lorbeerblätter, Zucker und Kräuter zur angedünsteten Zwiebelmischung geben. Den Sugo ca. 40 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lorbeerblätter und Kräuterbund entfernen und den Sugo beiseitestellen.

2 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Auberginen waschen und trocken reiben, von den Enden befreien und der Länge nach in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Diese flach auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und salzen. Nach ca.

15 Minuten die ausgetretene Flüssigkeit abtupfen und die Auberginen mit dem übrigen Olivenöl bestreichen. Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen, abkühlen lassen.

3 Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. 1/4 des Sugs in einer Auflaufform verteilen. Die Auberginescheiben jeweils mit Sugo bestreichen, mit etwas Mozzarella und 1 Basilikumblatt belegen, einrollen und in die Form legen. Den restlichen Tomatensugo über die Involtini verteilen und alles mit dem geriebenen Parmesan bestreuen. Bei 180 °C Ober-/Unterhitze in ca. 25 Minuten goldbraun gratinieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden



Spaghetti mit Tomaten und Burrata

Spaghetti pomodoro e burrata

FÜR 4 PERSONEN

400 g Spaghetti
300 g Kirschtomaten
1 Bund Basilikum
etwas natives Olivenöl extra
2 Kugeln Burrata (à 125 g)
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Spaghetti nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen, dann abgießen und abtropfen lassen.

2 Die Tomaten waschen und halbieren. Das Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und in feine Streifen schneiden, ein wenig davon beiseitelegen.

3 Tomaten und Basilikum in eine Schüssel geben, die heißen Spaghetti dazugeben und untermischen. Die Pasta mit Öl, Salz und Pfeffer abschmecken. Burrata daraufgeben. Das Gericht mit dem übrigen Basilikum und etwas Pfeffer bestreuen und sofort servieren.

TIPP: In Stücke geschnitten und unter die Pasta gemischt, sorgt der Burrata für ein herrlich cremiges Gericht.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten



ZUR PERSON

LOUMALOU.CH heißt die Plattform, auf der **NADJA ZIMMERMANN** seit Jahren erfolgreich köstliche Gerichte für den Alltag vorstellt. Dabei hat sie früher nie gekocht, aber immer gutes Essen genossen. Seit jedoch ihr erstes Kind regelmäßig am Familientisch mitaß, hat sie das Kochen für sich entdeckt. Dabei bleibt sie immer ihrem Motto treu: „Entspannt kochen!“ Heute übrigens suchen ihre Kinder sie immer erst einmal in der Küche.

Panierte Mozzarellabällchen

Mozzarelline panate

FÜR CA. 20 STÜCK

100 g Semmelbrösel
1 Bio-Zitrone
2 Stiele Basilikum
2 Stiele Thymian
2 Stiele Oregano
50 g Mehl
2 Eier
ca. 20 Mini-Mozzarellakugeln
500 ml Pflanzenöl zum Frittieren
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Semmelbrösel in einen tiefen Teller geben. Die Zitrone heiß abwaschen und trockenreiben. Die Schale abreiben und mit den Semmelbröseln vermengen. Kräuter waschen und

trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, hacken und ebenfalls unter den Brösel-Mix mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Mehl in einen zweiten tiefen Teller geben. Die Eier in einem dritten Teller verquirlen.

2 Mozzarellakugeln abtropfen lassen und einzeln erst im Mehl wenden, dann durch die verquirlten Eier ziehen und zuletzt in der Semmelbröselmischung wälzen. Diese gut andrücken. Den Vorgang wiederholen, damit der Mozzarella beim Frittieren nicht ausläuft.

3 Das Öl in einer hohen Pfanne auf 180 °C erhitzen und die panierten Kugeln darin portionsweise kurz goldbraun frittieren. Mit einer Schaumkelle herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen, dann servieren.

TIPP: Dazu passt ein schnell angerührter Dip aus Mascarpone und rotem Pesto.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



REDAKTIONSTIPP

100 „Easy going“-Rezepte hat Nadja Zimmermann in ihrem neuesten Buch „LouMalou. Entspannt kochen“ zusammengestellt. Dabei haben ihre Rezepte die gleiche Unbeschwertheit wie ihre Gerichte, denn sie verzichten oftmals auf genaue Rezeptangaben. Ganz wie im echten Alltagsleben kocht man einfach mit den Dingen, die man gerade zur Verfügung hat. Mit tollen Fotos von der Autorin selbst. **AT Verlag, 29 Euro**



Happs und weg!



Panierte
MOZZARELLA-
BÄLLCHEN

5

ZUTATEN

Vegetarische Küche ZUTATEN & eine gute Basis

Öffnen Sie einmal Ihren **Vorratsschrank** und sehen Sie nach, welche Schätze sich darin verbergen. Daraus und mit nur **einer Handvoll weiterer Zutaten** entsteht Köstliches!

Pasta mit Radicchio, Feigen und Gorgonzola

Pasta con radicchio, fichi e gorgonzola

FÜR 4 PERSONEN

AUS DEM VORRATSSCHRANK

- 5 EL natives Olivenöl extra
- 4 EL Bio-Zitronensaft
- 1-2 TL Chiliflocken
- 3-4 EL Balsamicoessig
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



1 Die Feigen waschen und in Spalten schneiden. Radicchio putzen und in fingerbreite Streifen schneiden, dann waschen und trocken schleudern. Reichlich Wasser in einem großen Topf aufkochen, kräftig salzen und die Tagliatelle darin nach Packungsangabe al dente garen.

2 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Radicchiostreifen darin bei großer Hitze kurz und kräftig anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. 1 EL Olivenöl in die Pfanne geben und die Feigen darin kurz bei mittlerer Hitze anbraten. Honig darüberträufeln und die Feigen vorsichtig darin wenden. Dann den gebratenen

Radicchio wieder dazugeben. Den Mix mit Zitronensaft, Chiliflocken sowie Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

3 Die Tagliatelle abgießen, kurz abtropfen lassen und zurück in den Topf geben. Die Radicchio-Feigen-Mischung sowie das übrige Öl und den Balsamicoessig dazugeben und alles vermengen. Gorgonzola in grobe Stücke schneiden. Die Pasta auf 4 Teller verteilen, mit dem Gorgonzola garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten



PASTA
*mit Radicchio, Feigen
und Gorgonzola*



HAFERRISOTTO
mit Ofengemüse

KERNIG & BESONDERS

Haferrisotto mit Ofengemüse

Risotto di avena con verdure al forno

FÜR 4 PERSONEN

AUS DEM VORRATSSCHRANK

ZUTÄTEN



5

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 30 g Butter
- ca. 1,2 l heiße Gemüsebrühe
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 1-2 Prisen frisch geriebene Muskatnuss
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze oder 200 °C Umluft vorheizen. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abzupfen. Von den Beten die Blätter abschneiden, waschen und beiseitelegen. Die Knollen schälen und in fingerbreite Spalten schneiden. Die Karotten waschen oder schälen und längs halbieren.

2 Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Hafer dazugeben und kurz mitdünsten. 2 Kellen heiße Brühe angießen und die Körner unter häufigem Rühren ca. 5 Minuten köcheln lassen. Nach und nach weitere heiße Gemüsebrühe dazugießen und den Hafer bei kleiner Hitze in 25–30 Minuten gar köcheln lassen, dabei zwischendurch umrühren und immer wieder heiße Gemüsebrühe nachgießen, sobald die Flüssigkeit fast verkocht ist.

3 Inzwischen die Beten und die Karotten auf ein Backblech geben, mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Olivenöl beträufeln und alles gut durchmischen. Den Rosmarin über das Gemüse streuen und das Gemüse im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene 25–30 Minuten rösten, bis das Gemüse gar und gut gebräunt ist, dabei zwischendurch ein- bis zweimal wenden.

4 Die Rote-Bete-Blätter klein schneiden und unter das Ofengemüse mischen, sobald es gar ist. Den Parmesan reiben, die Hälfte davon unter das Risotto rühren. Das Haferrisotto mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken und auf 4 Teller verteilen. Das Ofengemüse darauf anrichten und das Gericht mit dem übrigen Parmesan bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

Diese Zutaten gehören in Ihren Vorratsschrank

Damit Sie – auch wenn die Zeit zum Kochen einmal knapp bemessen ist – schnell etwas Leckeres auf den Tisch bringen können, sollten Sie einen Grundvorrat an Lebensmitteln immer zu Hause haben. Dazu zählen Olivenöl, Raps- oder Sonnenblumenöl sowie Weißweinessig, Balsamicoessig (hell + dunkel), Mehl, Butter, Zucker, Salz, schwarzer Pfeffer, Muskatnuss, Chiliflocken, Gemüsebrühepulver, Senf, Knoblauch und Zwiebeln. Diese bilden die Basis für einfach zubereitete Gerichte, für die Sie nur noch eine Handvoll frischer Zutaten einkaufen müssen, bevor es an den Herd geht – gut geplant ist fix gekocht!

ZUTATEN

FÜR DEN FEIERABEND

Kartoffel-Paprika-Frittata

Frittata di patate e peperoni

FÜR 4 PERSONEN

AUS DEM VORRATSSCHRANK

- 2 Zwiebeln
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 1-2 Prisen frisch geriebene Muskatnuss
- 1-2 Prisen Chiliflocken
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



1 Am Vortag die Kartoffeln waschen und in 20–25 Minuten in Wasser als Pellkartoffeln garen. Abgießen, abschrecken und auskühlen lassen, dann über Nacht kalt stellen.

2 Die Pellkartoffeln am nächsten Tag pellen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (alternativ 180 °C Umluft) vorheizen. Die Paprikaschote waschen, entkernen und in 5 mm dünne Ringe schneiden. Öl in einer ofenfesten Pfanne (Ø 24 cm) erhitzen und die Kartoffeln darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten anbraten. Die Zwiebeln dazugeben und 5 Minuten mitbraten.

3 Die Oliven abtropfen lassen und grob hacken. Die Eier mit Muskat und etwas Salz und Pfeffer verquirlen. Paprika und Oliven unter die Kartoffeln mischen. Die Eimasse darübergießen und mit den Chiliflocken bestreuen. Die Frittata im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene 25–30 Minuten garen, bis die Eimasse vollständig gestockt ist.

4 Die Frittata aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen, dann vorsichtig auf ein Küchenbrett stürzen und in Stücke schneiden. Die Frittata auf 4 Teller verteilen und mit Oregano garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten zzgl. 8 Stunden Kühlzeit



REDAKTIONSTIPP

Diese und viele weitere tolle Rezepte für leicht zubereitete vegetarische Gerichte finden Sie in „Die vegetarische Fünf-Zutaten-Küche. Schnell, einfach und köstlich“. Darin zeigt Autorin Anne-Katrin Weber, wie aus nur einer Handvoll Zutaten in Kombination mit ein paar Grundlebensmitteln aus dem Vorratsschrank ohne großen Aufwand leckere Speisen entstehen, die satt und glücklich machen. Mit wunderbaren Foodfotos von Wolfgang Schardt.
Becker Joest Volk Verlag, 29,95 Euro



GRANIT EVOLUTION



CRISPY
TOUCH
TECHNOLOGY



KARTOFFEL-
PAPRIKA-FRITTATA

BRATEN NEU ERLEBEN
Spezielle raue Oberfläche für
besonders gleichmäßiges und
knuspriges Braten.

PRONTO, BITTE!

Eine Mahlzeit in Minuten

Huch, schon fertig? Diese raffinierten Gerichte stehen blitzschnell auf dem Tisch und verwöhnen uns im Nu mit mediterraner Gaumenfreude

FOTOS & STYLING | FRAUKE ANTHOLZ

25
Minuten



TRAMEZZINI mit Räucherforelle, Ei und Rucola

Tramezzini con trota affumicata, uovo e rucola

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Avocado
- etwas Bio-Zitronensaft
- 1/2 Bund Rucola
- 250 g geräucherte Forellenfilets
- 4 hart gekochte Eier
- 8 Vollkorntoastbrotcscheiben
- 2 EL natives Olivenöl extra, nach Belieben
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Avocado halbieren und vom Kern befreien. Das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und in einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Forellenfilets in grobe Stücke zupfen. Die Eier pellen und in Scheiben schneiden. Die Toastscheiben entrinden und mit dem Nudelholz flach rollen, dann mit der Avocadocreme bestreichen. 4 der Toastscheiben mit Rucola, Ei und Räucherforelle belegen. Übrige bestrichene Toastscheiben darauflegen und andrücken.

2 Tramezzini nach Belieben in einer Pfanne in heißem Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten, dann kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Tramezzini diagonal halbieren und sofort servieren. Alternativ können die Tramezzini auch ungebraten serviert werden.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten

35
Minuten

INGWER-KAROTTEN-SUPPE mit Croûtons

Zuppa di carote e zenzero con crostini

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer, 2 cm lang, daumendick
- 750 g Karotten
- 250 g mehligkochende Kartoffeln
- 5 Zweige Rosmarin
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 800 ml heiße Gemüsebrühe
- 1 Ciabatta
- 4 TL Crème fraîche
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Den Ingwer schälen und hacken. Karotten und Kartoffeln schälen. Die

Karotten in Scheiben, die Kartoffeln in Würfel schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abzupfen.

2 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer darin andünsten. Karotten, Kartoffeln und die Hälfte der Rosmarinnadeln dazugeben und kurz mitdünsten. Alles mit heißer Brühe ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt ca. 15 Minuten sanft köcheln lassen.

3 Inzwischen den übrigen Rosmarin hacken. Das Ciabatta in Würfel schneiden. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Ciabattawürfel mit Rosmarin darin bei mittlerer Hitze knusprig braten, dann mit etwas Salz würzen.

4 Die Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe in Schüsseln füllen, jeweils 1 TL Crème fraîche leicht einrühren und die Suppe mit den Croûtons garniert sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten





30
Minuten

SALBEI-KÜRBIS-FARFALLE

Farfalle con zucca e salvia

FÜR 4 PERSONEN

- 800 g Hokkaidokürbis**
- 1 Zwiebel**
- 3 EL natives Olivenöl extra**
- 250 ml heiße Gemüsebrühe**
- 400 g Farfalle**
- 1 Knoblauchzehe**
- 5 Stiele Salbei**
- 1 roter Peperoncino**
- 1 EL Butter**
- 100 g Schmand**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Den Kürbis waschen, halbieren, von Fasern und Kernen befreien und in Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Öl

in einer Pfanne erhitzen und beides darin kurz andünsten. Alles mit heißer Brühe ablöschen und zugedeckt 15 Minuten garen.

2 Farfalle nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Den Knoblauch schälen und hacken. Den Salbei waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und in Streifen schneiden. Den Peperoncino waschen, entkernen und in Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Salbei und Peperoncino darin andünsten.

3 Den gegarten Kürbis und Schmand in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Pasta abgießen, dabei ca. 200 ml Kochwasser auffangen. Die Farfalle in die Pfanne geben und in der Salbeibutter schwenden. Die Kürbismischung und das Kochwasser dazugeben und alles gut miteinander vermengen. Die Pasta mit Salz und Pfeffer würzen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT **30 Minuten**

30
Minuten

WIRSINGPFANNE mit Gnocchi & Hähnchenbrustfilet

*Verza in padella con gnocchi
e petto di pollo*

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
1/2 Kopf Wirsing
200 g getrocknete Tomaten in Öl (Glas)
150 g schwarze Oliven
5 EL natives Olivenöl extra
150 ml trockener Weißwein
200 ml heiße Gemüsebrühe
200 g Sahne
400 g Gnocchi (Kühlregal)
4 Hähnchenbrustfilets (à ca. 200 g)
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die äußersten Blätter des Wirsings entfernen. Den Kohl dann vom Strunk befreien und in Streifen schneiden. Diese gründlich waschen und trocken schleudern. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Die Oliven in feine Scheiben schneiden.

2 3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel darin glasig dünsten. Wirsing, getrocknete Tomaten und Oliven dazugeben und alles 5 Minuten unter Rühren anbraten. Alles mit Weißwein ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Wein fast vollständig verkochen lassen, dann Brühe und Sahne dazugeben. Die Mischung zugedeckt 10–12 Minuten garen.

3 Inzwischen die Gnocchi nach Packungsan-
gabe in reichlich kochendem Salzwasser al-
dente garen. Die Hähnchenbrustfilets mit Salz
und Pfeffer würzen. Das restliche Olivenöl in
einer Pfanne erhitzen. Das Hähnchenfleisch
darin bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem
Wenden ca. 10 Minuten braten, bis es gar ist.

4 Die Gnocchi abgießen, abtropfen lassen
und mit dem Wirsinggemüse vermengen.
Den Mix auf Teller verteilen. Die Hähnchen-
brustfilets in Scheiben schneiden und darauf
anrichten. Das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten



25
Minuten



WARMER RADICCHIO-SALAT mit Champignons, Salsiccia und Tomaten

Insalata calda di radicchio, funghi champignon, salsiccia e pomodori

FÜR 4 PERSONEN

600 g Radicchio
6 EL natives Olivenöl extra
3 EL heller Balsamicoessig
1 TL Zucker
4 Salsicce
250 g Champignons
250 g Kirschtomaten
1 Bund Petersilie
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Radicchio in Streifen schneiden, waschen, trocken schleudern und in eine Salatschüssel geben. 5 EL Öl mit Balsamicoessig, Zucker, Salz und Pfeffer verquirlen. Das Dressing zum Radicchio geben und alles 2–3 Minuten mit den Händen verkneten, dann beiseitestellen.

2 Salsicce in mundgerechte Stücke schneiden. Champignons putzen und in breite Scheiben schneiden. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Salsicce und Champignons darin scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Kirschtomaten waschen und vierteln. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und grob hacken.

3 Gebratene Salsicce und Champignons mit Kirschtomaten und Petersilie zum Radicchio geben und alles gut vermengen. Den warmen Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller verteilen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten



KARAMELLISIERTE ÄPFEL mit Rum-Vanille- eis und Cantuccinibröseln

Mele caramellate con gelato alla vaniglia e rum e briciole di cantuccini

FÜR 4 PERSONEN

4 Kugeln Vanilleeis, leicht angetaut

- 4 EL Rum
- 4 säuerliche Äpfel
- 1 TL Butter
- 100 g Zucker
- 50 ml Amaretto
- 80 g Cantuccini

1 Das angetauta Vanilleeis in einer Schüssel mit dem Rum verrühren, das Eis dann bis zum Servieren in den Tiefkühlschrank stellen.

25
Minuten

2 Die Äpfel waschen, vom Kerngehäuse befreien und in Spalten schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, den Zucker darin leicht karamellisieren lassen. Amaretto und Apfelspalten dazugeben und alles bei mittlerer Hitze 6–8 Minuten unter gelegentlichem Wenden sanft köcheln lassen.

3 Die Cantuccini grob zerkleinern. Die warmen karamellisierten Äpfel auf Dessertteller oder -schalen verteilen. Jeweils 1 Kugel Rum-Vanilleeis daraufgeben. Das Apfledessert mit den Cantuccinibröseln bestreuen und sofort servieren.

TIPP: Wer keinen Alkohol verwenden mag, gibt einige Tropfen Rumaroma zum Eis und ersetzt den Amaretto bei den Äpfeln durch die gleiche Menge Apfelsaft.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten



Maximale Ersparnis mit dem 2-Jahresabo

Sichern Sie sich noch heute die *so ist Italien* mit den besten Rezepten Italiens im praktischen Dauerbezug. Erhalten Sie regelmäßig Tipps, Tricks und saisonale authentische Rezepte der Cucina Italia

Keine Ausgabe mehr verpassen

Stets die besten saisonalen Rezepte

Versandkostenfreie Lieferung

Mit kulinarischen Tipps durch das Kalenderjahr



Insgesamt
16 Ausgaben
37 % Rabatt!
für das erste Jahr nur
24,95 €*

Bei Urlaub oder Unpässlichkeiten bequem pausieren

Jede Ausgabe früher als im Kiosk erhalten

Code: SII2JA19





6 Ausgaben
zzgl. 2 Sonderheften
zum Vorzugspreis
statt 48,40
39,90 €

1-Jahresabo mit Gratis-Prämie

Jetzt *so ist Italien* zum exklusiven Vorteilspreis
sichern, 18 % sparen und Gratis-Prämie
im Wert von bis zu 79,95 € bekommen.*

Code: SII190NE



Exklusive
Prämie

Code: F1354



GRATIS

ELO Achat – Bratentopf mit Glasdeckel

Klassisch und praktisch mit edlem Look: Der Edelstahl-Topf (Ø 20 cm) mit stoßfestem Glasdeckel ist für alle Herdarten geeignet. Zudem ist der wertige Topf samt Deckel backofenfest und spülmaschinengeeignet.
Wert: 44,90 €*, für Sie: GRATIS

Code: F1355



GRATIS

Edelstahl-Salatschleuder

Die Salatschleuder „Speedwing®“ von GEFU trocknet Blattsalate besonders schonend und schnell. Das Wasser kann ganz bequem durch eine Öffnung im Deckel abgegossen werden, bevor der Salat in der Edelstahlschüssel serviert wird. Wert: 79,95 €*, für Sie: GRATIS

Code: F1361

* Prämienverfügbarkeit solange der Vorrat reicht. Weitere spannende Prämien finden Sie in unserem Shop.

VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN

www.soisstitalien.de/jahresabo oder www.soisstitalien.de/2jahre
auch per Telefon unter 0711 72 52 291



„SolsstItalien“ auch auf Ihrem Tablet oder Smartphone in der Kiosk-App „falkemedia“ lesen!

Hähnchen

Hähnchenfleisch besitzt ein feines Aroma, das durch Kräuter noch intensiviert wird. Am besten harmonieren Kräuter wie Oregano, Salbei oder Basilikum.





Unsere besten SCHMOR- REZEPTE

Wenn sich ein köstlicher Duft im Haus verteilt, dann kann es sich doch nur um **deftig Geschmortes** handeln! Fast von selbst verwandelt sich Fleisch in zart gegarte aromatische Mahlzeiten

FOTOS & STYLING | IRA LEONI

GESCHMORTE
HÄHNCHENKEULEN
*mit Knoblauch, Tomaten
und Kartoffeln*

Rezept auf Seite 93

Was lange schmort,
WIRD ENDLICH GUT



Wildschwein

Das Fleisch des Wildschweins schmeckt erdig und intensiv. Es harmoniert gut mit den kräftigen Noten von Lorbeerblättern und verträgt auch feine Säuren von Beeren & Früchten.

*Rigatoni mit zartem
WILDSCHWEINRAGOUT*

Rezept auf Seite 94





GESCHMORTES ZITRONEN-KANINCHEN

mit Zucchini-Pilz-Gemüse
und Salbeignocchi

Rezept auf Seite 94



Kaninchen

In Italien ist Kaninchenfleisch gerade in Schmorgerichten sehr beliebt. Das helle Fleisch hat ein sanftes Aroma und sollte nicht von zu starken Gewürzen überlagert werden.

Kalb

Im Vergleich zu Rind weist Kalbfleisch ein milderes Aroma und ein zarteres Fleisch auf. In Schmorgerichten wie diesem kommt das erst richtig zur Geltung.



GESCHMORTE KALBSBÄCKCHEN

*mit Gremolata auf
Sellerie-Kartoffelstampf*



So zart, da kann keiner
WIDERSTEHEN

Geschmorte Kalbsbäckchen mit Gremolata auf Sellerie-Kartoffelstampf

Guance di vitello brasate con gremolata e purè

FÜR 4 PERSONEN

- 4 Kalbsbäckchen (à ca. 250 g), küchenfertig
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Stange Lauch
- 600 g Knollensellerie
- 300 g Karotten
- 3 Zweige Rosmarin
- 5 Stiele Thymian
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 1 EL Tomatenmark
- 1 l trockener Rotwein
- 300 ml Kalbfond
- 2 Lorbeerblätter
- 600 g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bio-Zitrone
- 150 ml Milch
- 40 g Butter
- 1 EL Speisestärke, nach Belieben
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Kalbsbäckchen rundherum salzen und pfeffern. Die Zwiebel und 2 Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. Lauch putzen, gründlich waschen und in dünne Ringe schneiden. 2/3 des Selleries und die Karotten schälen und würfeln. Rosmarin und Thymian waschen und trocken schütteln. Den Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 3 EL Öl in einem Bräter erhitzen. Die Kalbsbäckchen darin bei großer Hitze rundherum scharf anbraten, dann herausnehmen und beiseitestellen. Übriges Öl im Bräter erhitzen. Zwiebel, Knoblauchwürfel, Lauch, Sellerie und Karotten darin anbraten. Tomatenmark dazugeben und kurz mitbraten. Alles mit Rotwein und Fond ablöschen. Lorbeerblätter, Rosmarin, Thymian und Fleisch dazugeben und alles aufkochen. Salzen, pfeffern und zugedeckt im vorgeheizten Ofen ca. 100 Minuten schmoren.

2 Ca. 30 Minuten vor Ende der Bäckchen-Schmorzeit den übrigen Sellerie und die Kartoffeln schälen. Beides grob würfeln und in kochendem Salzwasser je nach Größe 12–15 Minuten garen. Inzwischen für die Gremolata die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Zitrone heiß abwaschen und trocken reiben, die Schale fein abreiben. Übrige Knoblauchzehe schälen und hacken. Petersilie, Zitronenschale und gehackten Knoblauch vermischen.

3 Kartoffel-Sellerie-Mischung abgießen, zurück in den Topf geben und ausdampfen lassen. Milch und Butter erhitzen und dazugießen. Alles nach Belieben grob oder fein zerstampfen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die geschmorten Kalbsbäckchen aus dem Bräter nehmen, in Alufolie wickeln und im ausgeschalteten Ofen ruhen lassen. Die Bratensoße durch ein feines Sieb in einen Topf passieren und etwas einkochen lassen. Ggf. nach Belieben mit in etwas kaltem Wasser angerührter Speisestärke abbinden. Die Bäckchen mit Stampf und Soße auf Teller verteilen und das Gericht mit Gremolata garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 3 Stunden



Geschmorte Hähnchenkeulen mit Knoblauch, Tomaten und Kartoffeln

Cosce di pollo stufate con aglio, pomodori e patate

FÜR 4 PERSONEN

- 4 Hähnchenkeulen (à ca. 250 g)
- 1 EL edelsüßes Paprikapulver
- 1 EL getrockneter Majoran
- 1 Knoblauchknolle
- 1 Peperoncino
- 1/2 Bund Thymian
- 800 g kleine festkochende Kartoffeln
- 3 rote Zwiebeln
- 150 g getrocknete Tomaten in Öl (Glas)
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL brauner Zucker
- 400 ml Hühnerbrühe
- 400 g gehackte Tomaten (Dose)
- 1/2 Bio-Orange
- 2 EL Kapern in Lake (Glas)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Hähnchenkeulen im Gelenk zerteilen, dann rundherum mit Paprikapulver, Majoran, Salz und Pfeffer würzen. Die Knoblauchknolle quer halbieren. Peperoncino waschen, entkernen und in Ringe schneiden. Thymian waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Die Kartoffeln waschen und abtropfen lassen. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Getrocknete Tomaten halbieren oder vierteln.

2 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 3 EL Öl in einem Bräter erhitzen. Das Fleisch darin bei großer Hitze rundherum anbraten, dann herausnehmen und beiseitestellen. Das übrige Öl in den Bräter geben und erhitzen. Kartoffeln, Zwiebeln, Peperoncino und Thymian darin anbraten, dann Tomatenmark und Zucker einrühren. Alles mit Brühe und gehackten Tomaten ablöschen. Hähnchenkeulen und Knoblauch dazugeben, alles salzen und pfeffern und zugedeckt im vorgeheizten Ofen ca. 45 Minuten schmoren.

3 Die Orange heiß abwaschen und trocken reiben. Die Schale abreiben, dann den Saft auspressen. Kapern abtropfen lassen. Ca. 10 Minuten vor Ende der Hähnchen-Garzeit getrocknete Tomaten, Orangensaft und Kapern dazugeben und mitgaren. Den Bräter aus dem Ofen nehmen. Den Backofengrill auf 220 °C vorheizen. Hähnchen aus dem Bräter nehmen, auf einen Rost legen und unter dem heißen Grill in 5–10 Minuten knusprig grillen. Soße und Kartoffeln mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Hähnchen anrichten. Das Gericht mit etwas Orangen-Schale bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Geschnörktes Zitronen-Kaninchen mit Zucchini-Pilz-Gemüse und Salbeignocchi

Coniglio al limone con zucchine, funghi e gnocchi

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Bio-Zitronen
- 1/2 Bund Salbei
- 1 Kaninchen (ca. 1,4 kg), küchenfertig
- 6 EL natives Olivenöl extra
- 2 Knoblauchzehen, geschält, gehackt
- 500 ml trockener Weißwein
- 250 ml heiße Gemüsebrühe
- 500 g mehligkochende Kartoffeln
- 200 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 3 Eigelb
- 1-2 EL Butter
- 2 Zucchini, geputzt, in mundgerechten Stücken
- 500 g gemischte Pilze (z.B. Champignons, Pfifferlinge), geputzt, in mundgerechten Stücken
- 1 Zwiebel, geschält, fein gewürfelt
- 75 g frisch gehobelter Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zitronen heiß abwaschen, trocken reiben und in Scheiben schneiden. Salbei waschen und trocken schütteln. Kaninchen in 8 Stücke teilen. 3 EL Öl in einen großen Schmortopf mit Deckel geben und erhitzen. Die Kaninchenteile darin bei großer Hitze anbraten. Salzen und pfeffern, dann Knoblauch sowie 2 grob zerzupfte Stiele Salbei dazugeben und alles mit Wein und Brühe ablöschen. Zitronenscheiben dazugeben, alles aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 90 Minuten schmoren.

2 Inzwischen die Kartoffeln je nach Größe 25–30 Minuten in kochendem Wasser garen. Die Blättchen von 2 Stielen Salbei abzupfen und hacken. Die Kartoffeln abgießen und kurz ausdampfen lassen, dann pellen und noch warm durch eine Kartoffelpresse drücken. Mehl, gehackten Salbei, Muskat, Salz, Pfeffer und Eigelb dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Daraus auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche daumendicke Rollen formen. Von diesen ca. 2 cm breite Stücke abschneiden und über einen Gabelrücken rollen. Die Gnocchi portionsweise in siedendem Salzwasser garen, bis sie an die Oberfläche steigen, dann herausheben und abtropfen lassen. In einer Pfanne in heißer Butter anbraten. Restlichen Salbei dazugeben, alles salzen und pfeffern.

3 Zucchini und Pilze in einer Pfanne im übrigen Öl anbraten. Zwiebel kurz mitbraten. Alles salzen, pfeffern und ca. 5 Minuten vor Ende der Garzeit des Kaninchens mit in den Schmortopf geben. Die Salbeignocchi mit Parmesan bestreuen und mit Kaninchen und Gemüse servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden



Rigatoni mit zartem Wildschweinragout

Rigatoni con spezzatino di cinghiale

FÜR 4 PERSONEN

- 1,2 kg Wildschweinfleisch (Schulter)
- 3 Knoblauchzehen
- 300 g rote Zwiebeln
- 3 Karotten
- 7 Zweige Rosmarin
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 2 EL Tomatenmark
- 300 ml trockener Rotwein
- 500 ml Wildfond
- 800 g geschälte Tomaten (Dose)
- 3 Lorbeerblätter
- 100 g Mandelstifte
- 200 g grüne Oliven, entsteint
- 1/2 Bio-Orange (Saft)
- 400 g Rigatoni
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Das Wildschweinfleisch von Sehnen und Silberhaut befreien, dann in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Knoblauch und Zwiebeln schälen. Den Knoblauch in Scheiben schneiden, die Zwiebeln fein würfeln. Die Karotten ebenfalls schälen und in kleine Würfel schneiden. Rosmarin waschen und trocken schütteln, die Zweige grob zerzupfen.

2 3 EL Öl in einem Bräter erhitzen. Das Fleisch darin bei großer Hitze scharf anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen. Restliches Öl in den Bräter geben und Knoblauch, Zwiebeln und Karotten darin anbraten. Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten. Alles mit Rotwein ablöschen, diesen fast vollständig verkochen lassen. Wildfond, Tomaten, ca. 2/3 des Rosmarins sowie Lorbeerblätter und Fleisch dazugeben und alles aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 90 Minuten schmoren.

3 Die Mandeln ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun anrösten, dann aus der Pfanne nehmen. Die Oliven abtropfen lassen und zum Ragout geben. Den Orangensaft ebenfalls dazugeben und das Wildschweinragout weitere 15–20 Minuten offen köcheln lassen. In der Zwischenzeit die Rigatoni nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Die Lorbeerblätter aus dem Ragout entfernen. Die Rigatoni abgießen und mit dem Wildschweinragout auf Tellern anrichten. Das Gericht mit dem übrigen Rosmarin und den gerösteten Mandeln garnieren und sofort servieren.

TIPP: Wieder aufgewärmt, schmeckt das Ragout besonders gut!

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2,5 Stunden

Scharf wie Arrabbiata

MESSEN VON BALLARINI

Der italienische Kochgeschirrhersteller **BALLARINI**, seit 2015 Teil der **ZWILLING**-Gruppe, feiert in diesem Jahr bereits sein 130-JÄHRIGES JUBILÄUM und stellt zu diesem Anlass eine Sortimentserweiterung vor. Diese überzeugt mit sehr **HOCHWERTIGEN MESSERN**, Küchenhelfern und Bestecken und bringt italienisches Lebensgefühl in die eigenen vier Wände

BESTENS GEEIGNET, um Fleisch, Fisch und Gemüse in Form zu bringen, sind die neuen Messer von Ballarini. Als besondere Hommage an ihr Heimatland tragen die drei neuen Messerserien Namen italienischer Flüsse. So etwa die Serie „Tevere“, die nach dem Tiber benannt wurde. Dieser fließt durch Italiens Hauptstadt Rom und mündet ins Tyrrhenische Meer. Wie auch der Fluss, zeichnet sich die Serie „Tevere“ durch fließende Materialien aus. Der ergonomisch geformte Griff besteht aus hellem Pakkaholz und liegt rutschfest in der Hand. Vor der scharfen Klinge aus rostfreiem Stahl ist ein Fingerschutz, der sogenannte Kropf, angebracht. Dieser verleiht dem Messer Balance und verhindert ein Abrutschen der Hand.

DAMIT DIE MESSER LANGE FREUDE BEREITEN, empfiehlt es sich, sie stets von Hand zu reinigen. So bleiben die Klingen länger scharf und die Griffe geschmeidig. Wer seinen Messern zusätzlich etwas Gutes tun möchte,

nutzt das passende Schneidebrett von Ballarini aus hellem Holz. Dieses passt sich aufgrund des Materials beim Schneiden dem Druck der Klinge an und kann somit die Qualität der Messerklinge länger erhalten. Eine praktische Safrille im Brett fängt zudem austretende Flüssigkeiten von Lebensmitteln sicher auf. Und die Rückseite des Bretts lässt sich ideal zum Schneiden von Ciabatta & Co. verwenden – hier fangen sieben Rillen alle Krümel sicher auf.

DIE MESSERSERIE ist im 7-teiligen Set (Schälmesser, Spick- und Garniermesser, Universalmesser, Fleischmesser, Kochmesser und Brotmesser) mit einem hochwertigen Holzmessersetblock erhältlich, der die Messer sicher aufbewahrt und darüber hinaus ein Blickfang auf der Arbeitsplatte ist. Italienische Schärfe ist ab sofort also nicht nur bei der Arrabbiata angesagt, sondern dank dieser Messer bereits bei der Zubereitung von köstlichen Pasta- und Fleischgerichten wie in Bella Italia.



Weitere Informationen und Bestellung unter
www.zwilling.com



CULTURA

Im Zeichen der Schokolade

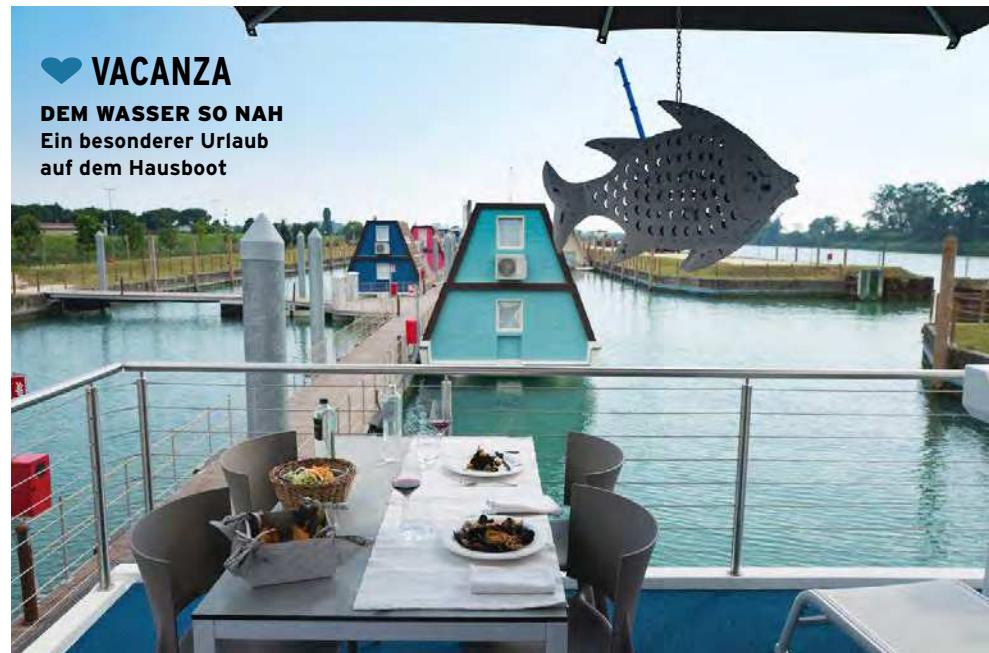
Perugia, die Hauptstadt Umbriens, bietet eine Woche lang stilvollen Genuss für alle Schokoladenliebhaber. Die Veranstaltung „Eurochocolate“ findet in diesem Jahr vom 18.–27. Oktober statt und lockt mit einem herausragenden Programm. Die Besucher können sich z. B. durch diverse Schokoladensorten probieren, mit einer heißen Schokolade die Lesungen italienischer Autoren besuchen oder an Workshops teilnehmen und dabei alles über Kakao und Schokolade lernen. Die „Eurochocolate“ und Perugia sind definitiv einen Besuch wert! Weitere Infos finden Sie unter www.eurochocolate.com

Italiano - Deutsch

<i>assaporare</i>	<i>genießen</i>
<i>leggere</i>	<i>lesen</i>
<i>la vacanza</i>	<i>der Urlaub</i>
<i>stufare</i>	<i>schmoren</i>
<i>il forno</i>	<i>der Backofen</i>
<i>dorato</i>	<i>golden</i>
<i>accogliente</i>	<i>gemütlich</i>
<i>il caminetto</i>	<i>der Kamin</i>
<i>l'autunno</i>	<i>der Herbst</i>
<i>fresco</i>	<i>kühl</i>
<i>rilassarsi</i>	<i>entspannen</i>
<i>passeggiare</i>	<i>spazieren gehen</i>

LA DOLCE VITA

Spannende Geschichten, kulinarische Neuheiten und interessante Hotelempfehlungen **für die italienischen Momente** in Ihrem Leben



Abwechslungsreiche Ferien an der Adria

Egal ob man Urlaub lieber am Meer oder am Fluss, auf dem Schiff oder im eigenen Feriendomizil macht, im „Marina Azzurra Resort“ in Lignano muss man auf nichts davon verzichten. Die bunten Hausboote liegen teils am Flussufer des Tagliamento, teils im Hafenbecken und sind den traditionellen Fischerhütten „Casoni“ nachempfunden. Auf zwei Etagen kann man hier zu sechst ganz individuell Urlaub machen und sich gleichzeitig wie auf einem Kreuzfahrtschiff verwöhnen lassen. Denn Abendessen und Frühstück werden ganz nach Seemannsart auf einem charmanten Flusskreuzer serviert, der früher den Rhein entlangfuhr und heute für Ausflüge bis nach Latisana zur Verfügung steht. Wer als Kapitän gerne selbst Hand ans Steuer legt, sollte den Tagliamento-Fluss am besten mit einem Elektroboot entlangschnippern. Landratten können sich beim Basketball und Tennis vergnügen, in der großzügigen Poollandschaft entspannen, auf dem Grillplatz mitten im Grünen das eigene Mittagessen zubereiten oder mit E-Bikes das Umland erkunden: die idyllische Lagunenlandschaft, sattgrüne Weingärten oder der nur zweieinhalb Kilometer entfernte Strand bieten Abwechslung für die ganze Familie. Und nach einem erfüllten Urlaubstag lässt man sich von den sanften Wellen in der „Kajüte“ in den Schlaf wiegen. www.marinaazzurraresort.com

Soßen mit italienischer Seele

Das Geheimnis der beiden Pesti von **ORO d'Italia** liegt in der auserlesenen Qualität der Zutaten und Rezepturen. Sie werden nach original italienischem Rezept in Italien hergestellt und enthalten ausschließlich Zutaten aus Italien. Mit dem Zug werden sie nach der Herstellung auf nachhaltige Art und Weise von Italien nach Deutschland gebracht. Schonend getrocknete Tomaten und die hochwertige Käsesorte Parmigiano Reggiano gehen im „ORO d'Italia Pesto Rosso“ eine Verbindung ein und sorgen für einen fruchtig-intensiven Geschmack. Im „ORO d'Italia Pesto Verde“ treffen Pecorino, Grana Padano und Parmigiano Reggiano auf aromatisches Basilikum. Molto delicato! Die Pesti sind in gut sortierten Supermärkten erhältlich und zaubern mediterrane Würze in Pasta, Salate und mehr. www.orodiparma.de



Kuschelige Zeiten

Wenn der Sommer endet und die ersten kühleren Tage vor der Tür stehen, sind weiche Decken und anschmiegsame Kissen unsere liebsten Accessoires für Bett und Sofa. Die Herbst-/Winter-Kollektion von Madam Stoltz (www.madamstoltz.dk) bietet eine riesige Auswahl an Wohntextilien – da weiß man gar nicht, womit man als Erstes kuscheln soll.



Geballte Knoblauch-Power

Was wären Pasta, Pesto & Co. ohne Knoblauch? Ganz egal ob gerieben, gepresst oder geschnitten – für jede Form der Verarbeitung und jede persönliche Vorliebe hält GEFU (www.gefu.com) das passende Küchenutensil bereit:

1 DER KNOBLAUCHSCHNEIDER „AGLIOLI“ bietet sich für größere Mengen an. Eine spezielle Drucktechnik, die die drei Klingen aus hochwertigem Edelstahl antreibt, sorgt dank integriertem Abweiser für beste Ergebnisse. Der Antirutschfuß garantiert zudem einen sicheren Stand. Spülmaschinengeeignet (bis auf den Antriebsdeckel), ca. 15 Euro.

2 DIE KNOBLAUCHREIBE UND -HOBEL „RAFINO“ ist besonders vielseitig einsetzbar. Auf der scharfen Reibefläche lässt sich ein feines Mus herstellen, gleichmäßige Knoblauchscheiben (1 mm dünn) können auf der Rückseite mit dem beidseitig geschliffenen Hobel hergestellt werden. Spülmaschinengeeignet, ca. 15 Euro.

3 DIE KNOBLAUCHPRESSE „GARLICO“ zeichnet sich durch ergonomisches Design, ein spezielles Lochbild und eine extra große Presskammer aus, die es zulässt, auch ungeschälte Knoblauchzehen mühelos zu pressen. Mit integriertem Abstreifer und automatisch ausklappbarem Siebeinsatz für eine besonders leichte Reinigung. Spülmaschinengeeignet, ca. 35 Euro.

♥ ASSAPORARE



Mediterrane Ernährung

Im Rahmen des „Insieme Day“ präsentierte Barilla kürzlich in Berlin das „Recipe for Good Living“ (dt. „Rezept für ein gutes Leben“): Eine neue Ernährungsphilosophie, bei der eine ausgewogene Ernährung gemäß dem Modell der mediterranen Küche, eine italienische Lebensweise und die Freude am Essen mit dem Umweltschutz verknüpft werden. „The Taste 2013“-Gewinnerin Felicitas Then und Marianus von Hörsten, Gewinner des Global Young Chefs Award 2017, bereiteten im Anschluss ihre eigene Interpretation des „Rezepts für ein gutes Leben“ zu. Weitere Infos zum Konzept unter www.barilla.de

♥ LEGGERE



Italien genießen

In Barbara Baumanns Buch „Dolce Vita. Italien kulinarisch“ ist der Name Programm! Lassen Sie sich mitnehmen auf eine kulinarische Reise durch das Land, in dem die Sonne bei jeder Mahlzeit zu Gast ist. Dabei wechseln sich klassische Rezepte mit neuen Variationen ab. Tolle Fotos zeigen die köstlichsten Rezepte und Must-haves für alle Fans der italienischen Küche. Das Lebensgefühl Italiens für Auge, Herz & Kühle! **Busse Verlag, 20 Euro**

Auf der Suche nach Glück

Das „Borgo Vecchio“ heißt übersetzt „altes Stadtviertel“ und befindet sich in Palermo: uralte Gassen in Hafennähe, in denen die Armut zu Hause ist und das Gesetz der Straße gilt. Hier wachsen drei Kinder auf, die von einem besseren Leben träumen und ihren Platz in der harten Welt des Borgo Vecchio suchen. Der neue Roman von Giosuè Calaciuras, „Die Kinder des Borgo Vecchio“, ist zugleich grausam und sehr schön! **Aufbau Verlag, 18 Euro**



Die italienische Eisdiele kommt zu Ihnen nach Hause

Wer an Italien denkt, der denkt an Sommer, Sonne, la Dolce Vita und Eis. Kein Wunder, denn weltweit gelten die Italiener als ungeschlagene Meister in der Eisherstellung. Ganz in diesem Sinne hat bofrost*, europäischer Marktführer im Direktvertrieb von Eis- und Tiefkühlspezialitäten, eng mit dem erfolgreichen Gelatiere Antonio Cafarelli zusammengearbeitet und ein herausragendes Eiscreme-Erlebnis kreiert. Besonders viel Sahne und Frucht machen „dolcedo“ zur italienischen Lieblings-Eisdiele für zu Hause. Genießen Sie mit Freunden und Familie die leckeren Sorten (ganz neu: „Weiße Schokolade-Heidelbeer“ und „Schokolade-Minze“)! www.bofrost.de



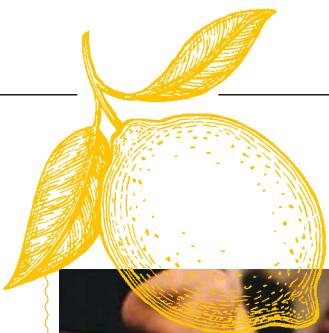
Ewige Liebe

Risotto ist vielseitig und schmeckt allen. Kein Wunder also, dass sich der italienische Exportschlager so großer Beliebtheit erfreut. „Risotto, ti amo!“ von Riso Gallo ist nicht nur eine Liebeserklärung an das herrliche Gericht, sondern zeigt auch noch die 101 besten Rezepte von Spitzenköchen. **Callwey, 39,95 Euro**



Weingenuss in Friaul

Johannes Gans und Eva Wradzil stellen in ihrem Buch „Weingeschichten aus Friaul“ 40 Weingüter vor, die nicht für die Masse produzieren. Dabei stehen jedoch nicht allein die köstlichen Weine im Fokus, vielmehr fragt Johannes Gans nach den Philosophien und Geschichten der Winzer und Eva Wradzil setzt das mit ihren Fotos wunderbar in Szene. Ein Muss für Liebhaber von italienischen Weinen! **Verlag Anton Pustet, 25 Euro**



Die Seele Siziliens

SEIT JAHRHUNDERTEN vereint die sizilianische Küche aromatische Einflüsse unterschiedlichster Länder zu einer außergewöhnlichen Essenz: Pasta mit Mandelpesto oder Couscous mit Sardinen - auf Sizilien schon lange Klassiker. Der bittersüße sizilianische Insider-Amaro Averna darf dabei natürlich nicht fehlen, sein Geschmack nach Zitrusfrüchten und Kräutern verbindet sich perfekt mit den Gerichten der Insel. Genau dieses Aroma ist es, das „die Seele Siziliens“ als After-Dinner-Drink nach Deutschland bringt und dazu inspiriert, unvergessliche sizilianische Nächte zu feiern.

AUF SIZILIEN hat man erkannt, dass es die kleinen Dinge sind, die einem geselligen Abend das gewisse Etwas geben: Freunde, Zeit und ein guter After-Dinner-Drink. Averna lädt passend dazu ein, sich den Charme Siziliens ganz einfach in die eigenen vier Wände zu holen. Dabei gilt es, das Schöne mit dem Praktischen zu verbinden. Statt ausgefallener Dekoration kommen frische Zitrusfrüchte und mediterrane Kräuter auf den Tisch. Auf die Gästeliste setzt man, ganz unkompliziert, eine gute Mischung aus alten Bekannten und neuen Freunden. Und beim Menü gilt es, unterschiedliche Aromen zu kombinieren.

SEINEN GROSSEN AUFTRITT hat Averna nach dem Dinner. Sizilianisch lässig werden die Teller zur Seite geschoben, um Platz für das traditionelle Averna Ritual zu schaffen. Und spätestens beim gemeinsamen „Salute!“ spürt man dann „die Seele Siziliens“ auch in Deutschland.

Das Averna-Ritual:
Averna wird mit Eis in
bauchige Gläser gefüllt
und individuell mit me-
diterranen Zutaten wie
Kräutern oder Zitrus-
schale verfeinert



Mehr Infos unter www.amaroaverne.com/de

ALLES, WAS SIE LÉSEN WOLLEN!

Über 200 Buch- und Hörbuchtipps.
3 Ausgaben jetzt nur 14,90 Euro

SIE SPAREN
28%



BEQUEM DIREKT NACH HAUSE:
0711 7252 295
buecher-magazin.de/probeabo

Südtirol im Herbst **HÜTTENZAUBER**

Packen Sie den Wanderrucksack und reisen Sie mit uns in die **Alpenregion Italiens!** Einmalige Ausblicke, gemütliche Stunden und traditionelle Speisen fürs Herz erwarten Sie





SO WEIT DAS AUGE REICHT
Südtirol bietet ein unüber-
troffenes Bergpanorama,
das die Besucher begeistert
und staunend zurücklässt





WARMER APFELSTRUDEL

Rezept auf Seite 106



SÜDTIROL

Die nördlichste Provinz Italiens steckt voller Kontraste und sorgt gerade dadurch für eine entspannte Atmosphäre. Südtirol vereint mediterrane Lebensart mit alpiner Bodenständigkeit. Die Natur Südtirols bietet eine vielfältige und kontrastreiche Landschaft, geprägt von sanften Weinhangeln, endlosen Apfelgärten, duftenden Kiefernwäldern, klaren Bergseen und schroffen Felsen. Gekrönt wird das Panorama von den stets im Hintergrund emporragenden Bergen. Hier kann man entspannen oder aktiv sein, egal zu welcher Jahreszeit. Der goldene Herbst aber lädt mit seinen angenehmen Temperaturen und wunderschönen, herbstlichen Pfaden zum Wandern und Entdecken ein. Urgemütliche Stimmung und köstliche traditionelle Speisen machen aus dem Einkehren auf der Hütte nach einem langen Wandertag ein kleines, privates Südtiroler Hüttenfest.

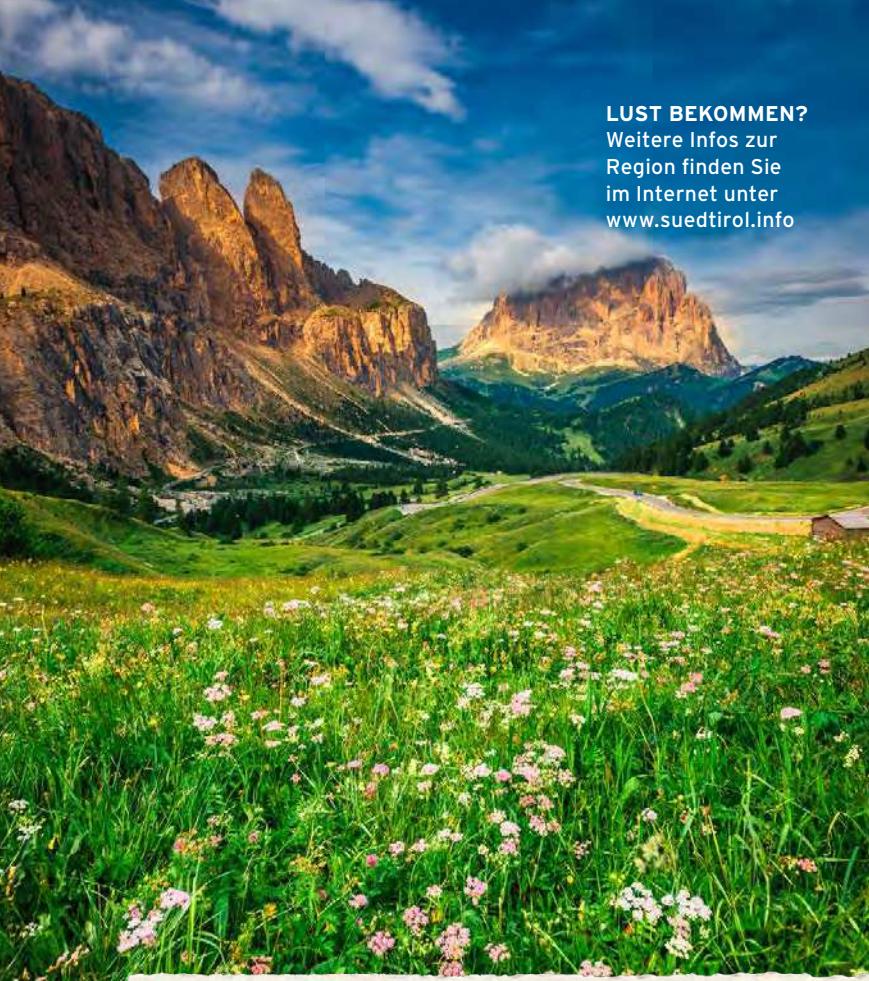
SPECKKNÖDEL *in Brühe*

Rezept auf Seite 107



WÜRZIG & DEFTIG

KÄSESPÄTZLE
mit Zwiebeln
Rezept auf Seite 106



LUST BEKOMMEN?
Weitere Infos zur
Region finden Sie
im Internet unter
www.suedtirol.info



Kaiserschmarrn mit Zwetschgenkompott

Kaiserschmarrn con composta di prugne

FÜR 4 PERSONEN

- 100 g Rosinen
- 575 ml Milch
- 500 g Zwetschgen
- 200 g Zucker
- 5 EL Honig (z.B. „Breitsamer Alpenhonig“)
- 60 g Traubensaft
- 1 TL Vanillezucker
- 1 Zimtstange
- 2 Gewürznelken
- 10 g Speisestärke
- 5 Eier
- 1 Prise Salz
- 350 g Mehl
- 20 ml Mineralwasser
- etwas Butter zum Braten
- 10 g Puderzucker zum Bestäuben

1 Die Rosinen ca. 30 Minuten in 75 ml Milch einweichen. In der Zwischenzeit die Zwetschgen waschen, entsteinen und vierteln. Mit 130 g Zucker, 2 EL Honig, Traubensaft, Vanillezucker, Zimtstange

und Gewürznelken in einen Topf geben und 20 Minuten einkochen lassen. Zimtstange und Nelken entfernen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und das Kompott damit abbinden. Das Zwetschgenkompott beiseitestellen.

2 Die Eier trennen. Eiweiß mit dem Salz steif schlagen. Eigelb mit 70 g Zucker und 3 EL Honig mit dem Handrührgerät schaumig schlagen. Nach und nach das Mehl sowie die restliche Milch dazugeben. Den Eischnee vorsichtig unterheben. Das Mineralwasser sowie die abgetropften Rosinen vorsichtig unterheben.

3 Butter in einer Pfanne erhitzen. Den Teig hineingießen und bei mittlerer Hitze etwas backen. Wenden und mit dem Pfannenwender gleich zerzupfen. So lange braten, bis alles goldbraun ist. Den Kaiserschmarrn mit Puderzucker bestäuben und mit dem Zwetschgenkompott servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten

EXTRA-TIPP



Spezialität aus den Alpen*

„Breitsamer Alpenhonig“ ist ein echter Naturgenuss für alle, die das Ursprüngliche lieben. Für den dunklen und würzigen Waldhonig sammeln die Bienen den Honigtau in den Wäldern der Alpen und den Nektar von blühenden Kräutern und Beeren. „Breitsamer Alpenhonig“ stammt ausschließlich von Imkern aus dem Naturraum der Alpen, die mit ihren Bienen die biologische Vielfalt schützen. 500-g-Glas für ca. 8,50 Euro. Erhältlich im Lebensmitteleinzelhandel und online bestellbar unter www.breitsamer.de



WANDERN Gemeinsame Zeit auf malerischen Pfaden (l.)
GEMÜTLICH Hüttenstimmung bei einem Glas Wein (Mitte)
BEEINDRUCKEND Prächtiges Farbenspiel der Natur (r.)



Warmer Apfelstrudel

Strudel di mele caldo

FÜR 4 PERSONEN

- 170 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 1 1/2 EL Sonnenblumenöl
- 40 g Puderzucker zzgl. etwas mehr zum Bestäuben
- 1/2 TL Salz
- 60 g Butter
- 600 g Äpfel in kleinen Stücken
- 50 g Zucker
- 50 g Semmelbrösel
- 50 g Mandelblättchen
- 40 g Rosinen
- 20 ml Rum
- 1 Pck. Vanillezucker

- 1 TL Zimtpulver
 1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale)

1 Mehl, 100 ml lauwarmes Wasser, 1 EL Öl, Puderzucker und Salz zu einem glatten Teig verkneten. Diesen zu einer Kugel formen, auf einen mit etwas Öl gefetteten Teller legen und abgedeckt ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Butter zerlassen. Die Hälfte davon mit Äpfeln, Zucker, Semmelbröseln, Mandeln, Rosinen, Rum, Vanillezucker, Zimt und Zitronenschale mischen.

3 Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche sehr dünn rechteckig (30 x 40 cm) ausrollen. Apfelmix darauf verteilen, dabei 3 cm Rand lassen. Die Teigränder über die Füllung schlagen und alles einrollen. Den Apfelstrudel auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit der übrigen Butter bestreichen, dann in ca. 40 Minuten im vorgeheizten Ofen goldbraun backen. Lauwarm mit Puderzucker bestäubt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten zzgl. 30 Minuten Ruhezeit



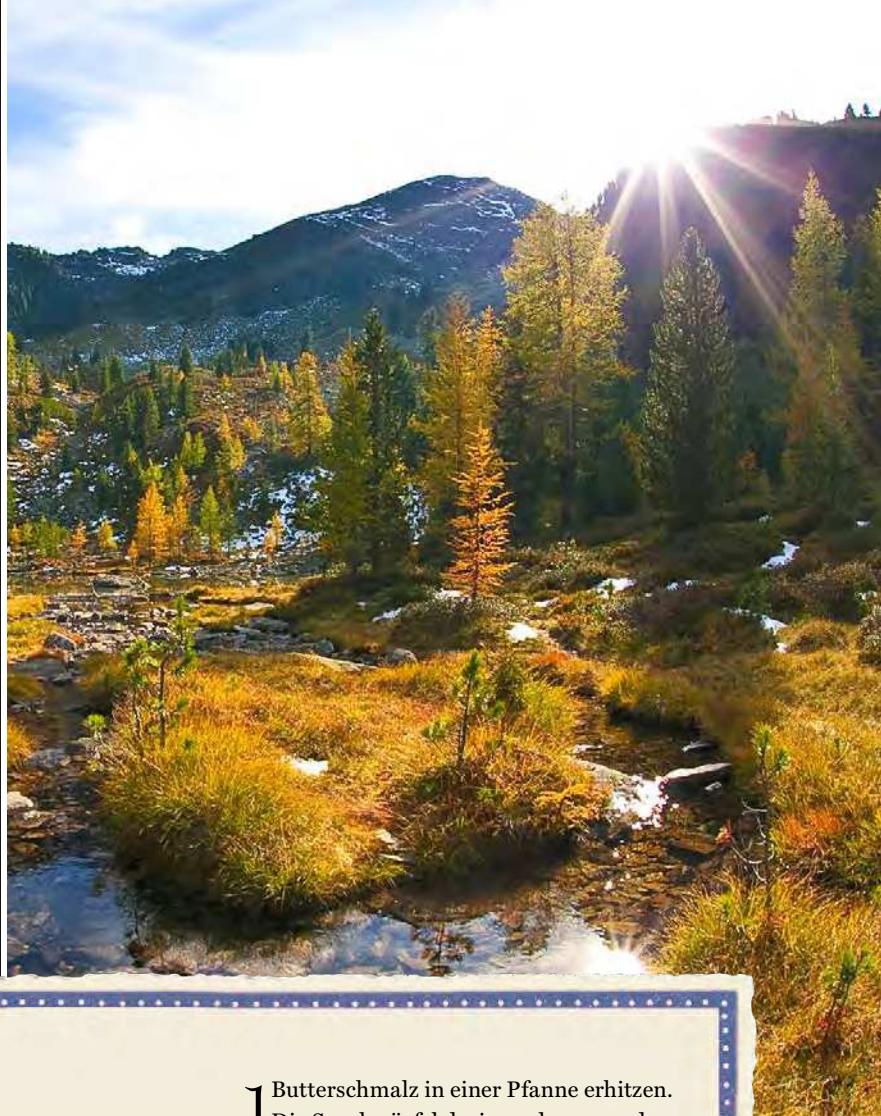
Käsespätzle mit Zwiebeln

Spätzle al formaggio con cipolle

FÜR 4 PERSONEN

- 4 Eier
- 400 g Mehl
- je 120 g Bergkäse und Emmentaler
- 80 g Gouda
- 1/2 Bund Petersilie
- 2 große Zwiebeln
- 2 EL Butterschmalz
- 200 g Sahne
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Eier mit Mehl, 1 TL Salz und 120 ml Wasser zu einem glatten Teig verrühren,



anschließend ruhen lassen. Alle Käsesorten grob raspeln. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne zerlassen und die Zwiebelringe darin knusprig braten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

2 In einem Topf ca. 2 l Salzwasser zum Kochen bringen. Den Teig portionsweise durch eine Spätzlepresse in das siedende Wasser geben. Alternativ den Teig von einem Spätzlebrett ins siedende Salzwasser schaben. Die Spätzle, sobald sie an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen.

3 Die Sahne langsam in einem Topf erhitzen, aber nicht aufkochen. Den Käse unter Rühren darin schmelzen lassen. Die Spätzle unterheben und alles mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Käsespätzle auf Teller verteilen oder in der Pfanne anrichten. Das Gericht mit Zwiebeln, Petersilie und etwas Pfeffer garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



Speckknödel in Brühe

Canederli alla pancetta in brodo

FÜR 4 PERSONEN

- 20 g Butterschmalz**
- 150 g Schinkenspeck, gewürfelt**
- 1 Zwiebel, geschält, gewürfelt**
- 6 altbackene Brötchen (alternativ Knödelbrot)**
- 5 Stiele Petersilie, gehackt**
- 240 ml Milch**
- 2 Eier**
- 1/2 TL frisch geriebene Muskatnuss**
- einige Semmelbrösel, bei Bedarf**
- 1,2 l Fleischbrühe**
- 1/2 Bund Schnittlauch**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Speckwürfel darin auslassen und die Zwiebel darin andünsten. Die altbackenen Brötchen in grobe Würfel schneiden und in einer großen Schüssel mit der Speck-Zwiebel-Mischung und der Petersilie vermischen.

2 Die Milch mit Eiern, Muskat, Salz und Pfeffer in einem Topf verrühren und vorsichtig erhitzen, aber nicht zum Kochen bringen. Die warme Eiermilch zum Brotmix geben. Alles kurz vermengen und ca. 15 Minuten ruhen lassen.

3 Die Knödelmasse kurz mit den Händen verkneten. Ggf. einige Semmelbrösel dazugeben, sollte der Teig noch zu feucht sein. Aus der Masse 16 Knödel formen, diese in der heißen Fleischbrühe in ca. 20 Minuten gar ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Mit einer Schöpfkelle aus dem Wasser heben und kurz abtropfen lassen. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Die Knödel auf Suppenteller verteilen und mit Brühe übergießen. Mit Schnittlauch garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten

GENUSS-RÄTSEL



**Gewinnen Sie
ein Küchenmaschinen-Set der
italienischen Designschmiede SMEG!**

Mit der formschönen und kraftvollen Küchenmaschine von **SMEG** im Stil der 1950er-Jahre macht sich die Pasta fast schon von allein. Mithilfe von zehn Geschwindigkeitsstufen und einem Direkt-Drive-Motor stellt auch fester Teig kein Problem für das Planet-Rührwerk dar. Eine große Edelstahlschüssel und verschiedene Rührhaken sind inklusive. Gewinnen Sie ein Set, bestehend aus einer Küchenmaschine in Rot und dem passenden Pasta-Roller- und -Schneideaufsatz für Fettuccine und Taglioni. Teilnahme unter www.soisstitalien.de/

Verlosung. Teilnahmeschluss ist der 30.10.2019. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Kalifername	Espresso mit Milchschaum (Latte ...)	ital. Rotwein	schmales Gartenbeet	Brot-hersteller	▼	Nebenfluss der Drau (Steiermark)	Brotkrume, Krümel	▼	Anhänglichkeit	▼	schweiz. Kurort im Tessin	Baumteile
►	▼	▼	▼	Götterspeise	►	▼	▼	▼	3	▼	▼	▼
Laien, nicht Profis	►								Geschwindigkeiten (Musik)		Misere, missliche Situation	
Taxi in England	►		4	geröstete Weißbrotwürfel	10				▼		▼	
synth. Rauschgitt	►					hilfsbedürftige Lage e. Schiffs	5					
rhythmisich stark betonte Jazzmusik	1			maßlos, ungeheuer		Welthilfs-sprache		südamerik. Teesorte	►		9	
Zwischenzeit	►				▼			Hinterhalt (auf der ... liegen)		Halsband		Fein-gebäck
landwirtschaftl. Tätigkeit	2			wohlschmeckend	►				7		▼	
Figur in franz. Märchen	►	▼				schrulliger Mensch	essbare Meeresmuschel					
sehr großes ind. Wildrind	Echsenart		Rohrverbindungsstück	►				Hauptstadt von Ghana		Utensil für ein Aufgussgetränk		
sehr hartes Gestein	►			Acker-ränder		Fischknochen	►		▼			
Bezeichnung f. d. US-Amerikaner						weidm.: schieße hoch	Abk.: Satellit			Musik: Halbton über h	Abk.: Nord-nordost	
Fechtausdruck	12					Opernsolo-gesänge	►		11			
Spitzname von Erik Zabel	►		ital. Hartkäse	►								

LÖSUNGSWORT

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Spannende Rezepte für das ganze Jahr

STÖBERN SIE DURCH UNSER SORTIMENT
UND ENTDECKEN SIE UNSERE SONDERAUSGABEN!

25 %
Rabatt!*



IM PRAKTISCHEN
KOMPAKTFORMAT ↑



ÜBRIGENS:

In Zusammenarbeit mit unseren Partnern bieten wir auch eine exklusive Auswahl
an preislich attraktivem Küchenzubehör!

📱 +49(0)711 - 72 52 291

@ www.falkemedia-shop.de

* gültig bis 31.10.2019 nur für Zeitschriften von
falkemedia, Mindestbestellwert: 5 Euro. Code auf der
Webseite eingeben: „genießen“



Jetzt alle Ausgaben auch auf Ihrem Tablet oder
Smartphone in der Kiosk App „falkimedia“ lesen!

Laden im
App Store

ANDROID APP BEI
Google play



1.

VARIATION

Würzig, süß und kernig
kommt dieser herbstliche
Salat daher



Fotos: Fra Leoni (2)

VIER VARIATIONEN

Leckeres mit Birnen

Wir haben uns in dieser Ausgabe **saftigen Birnen** gewidmet und servieren sie in einem bunten Herbstsalat, im Schlaufrock, als Kuchen und in einem raffinierten Pastagericht

LINSENSALAT mit Roter Bete und Birnen

Insalata di lenticchie, barbabietole e pere

FÜR 4 PERSONEN

- 150 g Berglinsen
- 300 g Rote Bete
- je 100 g Radicchio und Eichblattsalat
- 100 g gemischte Kerne
- 150 g Gorgonzola
- 1 Schalotte
- 2 Birnen
- 6 EL natives Olivenöl extra
- 5 EL heller Balsamicoessig
- 1 EL Birnenkonfitüre
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Linsen in ein Sieb geben, abspülen und in kochendem Wasser ca. 30 Minuten zugedeckt garen. Rote Bete schälen und in Scheiben hobeln. Salate in mundgerechte Stücke zupfen, waschen und trocken schleudern. Die Kerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne rösten, dann abkühlen lassen.

2 Den Gorgonzola in Würfel schneiden. Die Schalotte schälen und in Ringe schneiden. Birnen waschen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in Spalten schneiden. Für das Dressing Öl, Essig und Konfitüre verquirlen, kräftig salzen und pfeffern. Linsen abgießen, abschrecken, abtropfen lassen und mit dem Dressing vermischen. Rote Bete, Salate, Birnen, Schalotte, Gorgonzola und Kerne unterheben und den Linsensalat sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten



2.

VARIATION

Birnen mit feiner Füllung
im goldbraunen Teigmantel
- unwiderstehlich!

GEBACKENE BIRNE im Schlaufrock

Pera cotta in crosta di sfoglia

FÜR 4 PERSONEN

- 375 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 1/2 Pck. Backpulver
- 100 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 1 Ei
- 200 g kalte Butter in Stückchen
- 100 g Marzipanrohmasse
- 4 Birnen
- 50 g Rosinen
- 50 g Mandelkerne, gehackt
- 1 Eigelb
- etwas Puderzucker zum Bestäuben

1 Mehl, Backpulver, Zucker, Salz, Ei und kalte Butter in einer Schüssel zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten kalt stellen. Inzwischen das Marzipan klein würfeln. Birnen schälen. Das Kerngehäuse mit einem Apfelausstecher entfernen. Jeweils etwas Marzipan sowie einige Rosinen und Mandeln in die Birnen geben.

2 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten, in 4 Portionen teilen und jeweils rund ausrollen. Je 1 Birne auf 1 Stück Teig setzen und die Birne damit ummanteln. Den Teig mit Eigelb bestreichen. Die Birnen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und im vorgeheizten Ofen in ca. 25 Minuten goldbraun backen. Abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäubt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 110 Minuten



3.

VARIATION

Ein fruchtiger Kuchen,
der die ganze Familie
glücklich macht

BIRNEN-HEFEKUCHEN mit Streuseln

Torta di pere e crumble

FÜR 1 KUCHEN (30 X 40 CM)

700 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 Prise Salz
1 Würfel Hefe
270 g Zucker
160 ml lauwarme Milch
5 Eier
80 g weiche Butter zzgl. 200 g kalte Butter in Stückchen
2 Pck. Vanillezucker
1 TL Zimtpulver
1,5 kg Birnen
1-2 EL Bio-Zitronensaft
400 g Mascarpone

1 400 g Mehl und Salz in einer Schüssel vermengen, eine Mulde hineindrücken. Hefe und 90 g Zucker in der lauwarmen Milch auflösen. Die Hefemischung in die Mulde gießen und mit etwas Mehl vom Rand bestäuben. Den Vorteig mit einem Küchenhandtuch abdecken und 15 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen. 1 Ei sowie die weiche Butter zum Vorteig geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen weitere 45 Minuten abgedeckt an einem warmen Ort ruhen lassen.

2 Inzwischen für die Streusel 300 g Mehl mit 100 g Zucker, Vanillezucker, 1/2 TL Zimt und der kalten Butter zu Streuseln verkneten. Die Birnen schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien, in Spalten schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Mascarpone mit 4 Eiern, 80 g Zucker und restlichem Zimt verrühren. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein tiefes Backblech (30 x 40 cm) mit Backpapier belegen. Den Hefeteig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche auf Blechgröße ausrollen und darauflegen. Die Creme auf dem Teig verstreichen. Birnenspalten und Streusel darauf verteilen. Den Kuchen im vorgeheizten Ofen in 20–25 Minuten goldbraun backen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten

WISSENSWERTES ÜBER BIRNEN

Damit Birnen knackig und frisch bleiben, sollten die empfindlichen Früchte nicht übereinander gelagert werden, denn das führt schnell zu Druckstellen. Legen Sie sie am besten nebeneinander und außer Reichweite von anderem Obst. Kühl gelagert bleiben sie bis zu fünf Tage frisch. Haben Sie unreife Birnen gekauft, können Sie sie ein paar Tage neben Äpfeln liegend aufbewahren. Diese strömen ein Gas aus, von dem die Birnen nachreifen.

PAPPARDELLE mit Birnen, grünen Bohnen und Pancetta

Pappardelle con pere, fagiolini e pancetta

FÜR 4 PERSONEN

500 g grüne Bohnen
1 Zwiebel
3 Stiele Bohnenkraut
200 g Pancetta
2 Birnen
400 g Pappardelle
1/2 Bund Schnittlauch
1 EL Butter
150 ml heiße Geflügelbrühe
1-2 EL Bio-Zitronensaft
4 EL Schmand
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Bohnen waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Bohnenkraut waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Den Pancetta in kleine Würfel schneiden. Die Birnen waschen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien, dann in Spalten schneiden.

2 Die Pappardelle nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. In den letzten 5 Minuten der Garzeit die Bohnen dazugeben und mitgaren.

3 In der Zwischenzeit Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Den Pancetta darin goldbraun und knusprig anbraten, dann aus der Pfanne nehmen. Zwiebel und Birnen im Bratfett andünsten und mit der heißen Brühe ablöschen. Beides mit Bohnenkraut, Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

4 Pappardelle-Bohnen-Mix abgießen und in die Pfanne geben. Pancetta ebenfalls dazugeben und alles gut vermengen. Die Pasta auf Teller verteilen. Jeweils mit 1 EL Schmand und Schnittlauch garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten

4.

VARIATION

Ein herrlich deftiges
Pastagericht mit süßem
Geschmackskick



VORSCHAU

Freuen Sie sich auf folgende Themen:



Ein glanzvolles Fest steht uns bevor. Und was wäre es ohne ein köstliches 3-Gänge-Menü für unsere Liebsten in gemütlicher Stimmung? Wir zeigen Ihnen je zwei Rezepte pro Gang, so können Sie sich Ihr Festtagsmenü ganz nach Gusto zusammenstellen.



SÜSSE GESCHENKE

In der Adventszeit bietet es sich an, kleine kulinarische Aufmerksamkeiten zuzubereiten. Diese Mitbringsel werden Ihre Freunde begeistern!



PASTA MIT KOHL

Das Wintergemüse kann was! Vielseitig, lecker und gesund, passt es perfekt zur Pasta. Freuen Sie sich auf sechs geniale Nudelgerichte mit Kohl!

LINSEN ZU NEUJAHR

Linsen bringen Glück, sagen die Italiener. Seien Sie gespannt auf unsere Rezeptideen zum Start ins neue Jahr.

Die angekündigten Themen sowie die Rezeptauswahl können sich kurzfristig ändern.
Foto: Fra Leoni (1); Desirée Pekert (1); gettyimages/Anna Shepelya (1); Frauke Antholz (1); Illustration: Anne Wassersäßl (1)

Jetzt abonnieren & sparen!

GOLD EDITION

im Jahresbezug

mein ZauberTopf® ist eine Publikation aus dem Haus Falkmedia und steht in keinster Weise in Verbindung zu den Unternehmen der Vorwerk Gruppe.
Die Marke Thermomix® und die Produkteigentum des „Thermomix®“ sind eingetragene Marken der Unternehmen der Vorwerk Gruppe.
Für die Rechte des Verlags gelten die „mein ZauberTopf®“-Klausurenbedingungen.



NEU

4 Ausgaben
für nur
29,90 €
(statt € 35,96 Einzelpreis)
Mehr unter
www.zaubertopf.de

Code: MZTGOLD

Bestellung per Post

Schreib an:
Abo-Service falkemedia
mein ZauberTopf
Postfach 810640
70523 Stuttgart

Bestellung online

www.zaubertopf.de/gold

Bestellung per Telefon

Ruf einfach an unter:
0711 - 72 52 293

Das Buch für Italien-Fans

FÜR NUR
24,90
EURO

DIE GESCHENKIDEE



- ◊ Die beliebtesten Rezepte aus Italien
- ◊ Vier umfassende Kategorien
- ◊ Viele Tipps und Tricks
- ◊ Raffiniert und klassisch
- ◊ Mit den besten Grundrezepten

220 Seiten



AB SOFORT BESTELLEN UNTER WWW.SOISSTITALIEN.DE/100-REZEPTE

falkemedia