

ÖSTERREICHS ERSTES FOOD MAGAZIN

GUSTO

So schmeckt
der NOVEMBER

Hier kommt die Gans

Alle Rezepte
3 mal
getestet

Die besten
Rezepte für das
große Ganslessen

KÜRBIS

Fabelhaftes Herbstgemüse

VORKOCHEN

Knusprige Schweinsstelze

SÜSSES

Himmlische Topfen-Desserts

Österreichische Post AG NZ 02Z032133 M, VGN Medien Holding GmbH, Taborstraße 1-3, 1020 Wien Retouren an Postfach 100, 1850 Wien

4,50 Euro



NESPRESSO®

GRAN LATTISSIMA

FÜR MILCHKAFFEE-REZEPTE AUF KNOPFDRUCK



NEU

what else?

WWW.NESPRESSO.COM

Liebe Leserinnen und Leser!

Zwei Meinungen – diesmal zum Thema **Gansl**



Anna Wagner

wagner.anna@gusto.at

Chefredakteurin

Wolfgang Schlüter

schlueter.wolfgang@gusto.at

Herausgeber

Die Frage nach der Henkersmahlzeit bzw. dem letzten Wunsch-Menü kennen all meine Freunde. Gerne stelle ich diese auch Interviewpartnern. Mein persönliches „Henkersmenü“ würde aus einer Variation aus Gansl, Gansl und wieder Gansl bestehen :-). Sie können sich also vorstellen, wie sehr ich mich auf diese Ausgabe gefreut habe, denn das berühmte Ganslshooting ist jedes Jahr mein absolutes kulinarisches Highlight! Ich kann Ihnen versichern: es gibt ab S. 34 kein einziges Gericht, das nicht von mir auf Herz und Nieren geprüft, getestet und aufgegessen wurde. Ein Riesenkompiment an Schlü, der wieder Einzigartiges auf den Teller, in den Topf und ins Pfandl gezaubert hat! Eine weitere Geschichte, die ich Ihnen ans Herz legen möchte, ist unser skandinavischer Tisch ab S. 18. Auch wenn Sie vielleicht nicht die Zeit und/oder das Geld haben, in den Norden zu reisen (ich habe es bis dato leider auch noch nicht geschafft), wollen wir Ihnen zeigen, wie schnell es mit ein paar Kuscheldecken, Kerzen und gedimmtem Licht geht, nordische Gemütlichkeit in Ihre vier Wände bzw. an Ihren Tisch zu zaubern. Wir würden uns freuen, wenn Sie mit all Ihren Sinnen in unser wunderschönes, köstliches und kuscheliges Novemberheft tauchen. Ich wünsche Ihnen eine schöne Zeit mit Ihren Liebsten und freue mich, Sie im Dezember wieder begrüßen zu dürfen. In der Zwischenzeit darf ich Ihnen auch unsere Kochkurse ans Herz legen. **Unser „Chief of Sugar“ freut sich, mit Ihnen Kekserl zu backen und einen geselligen Abend zu verbringen. Schauen Sie bitte dazu auf GUSTO.at/kochkurse!**

*Ihre
Anna Wagner*

Wir freuen uns,
Sie in der GUSTO
Küche begrüßen
zu dürfen. Unter
GUSTO.at/kochkurse
finden Sie alle
Termine.

Im Herbst, wenn die Temperaturen sinken, gibt es für mich nichts Schöneres, als mit Familie, Freunden oder Bekannten bei einem guten Essen und feinen Weinen einen gemütlichen Abend zu verbringen. Immer wieder toll finde ich es dabei, wie schnell man beim Plaudern auf ein kulinarisches Thema kommt. Egal ob es sich um Rezepte, Restaurants oder Reisen handelt, Essen und Trinken sind Themen, zu denen fast jeder etwas sagen kann. Wer mich kennt, der weiß, dass kulinarische Einladungen meine große Leidenschaft sind und ich stets darauf achte, dass meine Gäste den Tisch weder hungrig noch durstig verlassen. Zu meinen persönlichen Liebesspeisen zählen Schmorgerichte, Braten und Gansl. Das trifft sich natürlich gut, denn was wäre der November ohne ein Gansl – mit Sicherheit um ein besonders „knuspriges“ Ereignis weniger schön! Ich kenne da noch jemanden, der diesbezüglich ebenso denkt wie ich ... Sie sollten mal sehen, welch glänzende Augen Anna bekommt, wenn das alljährliche Ganslshooting ansteht! Sie kann es kaum erwarten, dass der Gänsebraten zum Verschmausen freigegeben wird. Auf S. 96 können Sie von diesem Moment übrigens einen Schnapsschuss sehen, den ich für Sie eingefangen habe. Damit auch Sie in den Genuss dieser kulinarischen Glücksmomente kommen, möchte ich Ihnen unsere (vor allem von Anna) verkosteten Ganslrezepte ans kulinarische Herz legen. **In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude beim Nachkochen und Genießen unserer tollen Rezepte. Weiters viele genussreiche Momente, wo immer Sie Ihren Herbst verbringen.**

Wolfgang Schlüter



22

Inhalt

18 Skandinavische Gemütlichkeit

- 22 Krebsen-Reissalat mit Gemüse und Dille
- 24 Fischeintopf mit Mini-Erdäpfeln

30 Kochschule

- 30 Trüffeltorte

34 Alles vom Gansl

- 36 Maroni-Gnocchi mit Ganslsugo
- 38 Ganslkeule mit Zwetschken-Mohnfülle und Chicorée-Feigengemüse
- 40 Gansl mit Kräuternockerln und Kohlsprossen-Maronigemüse
- 42 Ganslbrust mit Portweinsauce und Rotkraut-Nussstrudel
- 46 Ganslfond
- 46 Ganslsuppe mit Gänseleberknödel
- 47 Ganslgröstl mit Wurzelgemüse und Cranberry-Chutney

48 Kulinarischer Ausflug in die Konditorei Gasser

- 50 Maronischmarrn mit Karamellbirne

54 Kürbis über alles

- 54 Gefüllter Kürbis mit Faschiertem und Wurzelgemüse
- 56 Hokkaido im Tempurateig mit Kürbishummus und Wasabisauce
- 58 Fusilli-Hokkaidoaufguss mit Ziegenfrischkäse
- 60 Butternuss-Shakshuka mit Paradeisern und Petersilie
- 62 Kürbis-Erdäpfelgulasch mit Pimentos

64 Zwerg am Herd

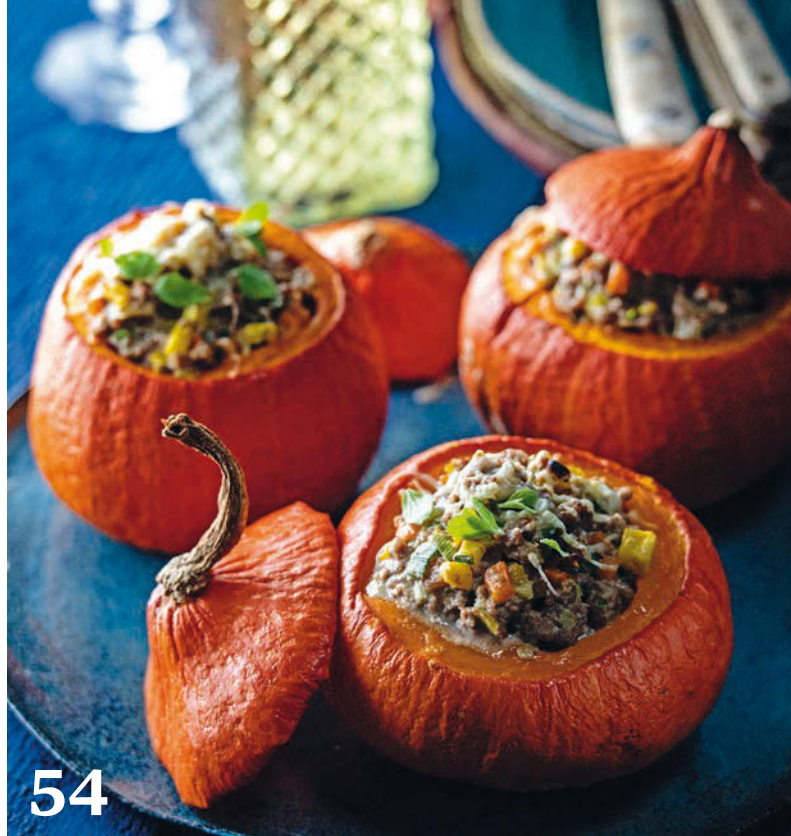
- 64 Tornado-Erdäpfel & bunte Gemüsespieße

68 Vorkochen: Schweinsstelze

- 69 Schweinsstelze (Grundrezept)
- 70 Stelzen-Rotkrautsalat mit Rettich und Nuss-Orangendressing
- 72 Perlweizenrisotto mit Stelzenfleisch und Gemüse
- 74 Röstipizza mit Stelzenfleisch, Brokkoli und Bergkäse
- 76 Stelze mit Thunfischsauce, Mangold, Kapern und Ei



32



78 Heimatkunde: Oberösterreich

80 Blunzentascherl mit Most-Kremsauce

84 Himmlischer Topfen

84 Russischer Zupfkuchen

86 Schillerlocken mit Topfen-Eierlikörcreme

88 Topfen-Powidlbrot

90 Überbackene Topfen-Vanille-Palatschinken

92 Topfenröllchen mit Haselnuss-Rumfülle

Standards

3 Editorial

6 Neues im November

16 Lieblingsprodukte im November

94 Produkttest: Kremser Senf

96 Der Blick hinter die Kulissen

98 Kulinarische Herbststreife

122 Vorschau & Impressum

Abkürzungen: **EL** = Esslöffel (ca. 15 ml), **TL** = Teelöffel (ca. 5 ml),
MS = Messerspitze, **kcal** = Kilokalorien, **EW** = Eiweiß,
KH = Kohlenhydrate, **BE** = Broteinheit, **Chol.** = Cholesterin

Deshalb lieben wir **den NOVEMBER ...**

Der November hat's in sich, es gibt viel zu entdecken! Wir stellen Ihnen spannende Termine, neue Lokale, interessante Bücher, tolle Weine und andere Entdeckungen vor.

Foto: The Alice Fairytale



HAPPY RABBIT

Neueröffnung

An unerwarteter Stelle hat der frühere „Marktlücke“-Macher **Sebastian Neuschler** sein neuestes Lokal eröffnet: im Wiener Shoppingcenter mit Bahnhof „The Mall“ in Wien-Mitte kann man dank ihm nun ausgezeichnet essen. Das „**Happy Rabbit**“ wurde vom russischen Gastronomenpaar Irina und Lazar Safaniev eröffnet, das Neuschler und sein goldenes Händchen in Küchenbelangen für sein international orientiertes Restaurant gewinnen konnte. In der offenen Küche zaubert der Ausnahmekoch nun mit seinem Team **georgische bis mediterrane Gerichte**, etwa eine fabelhafte Polenta-schnitte mit gegrillten Artischocken und Pilzen, Georgiens Nationalspeise Khachapuri oder auch großartige Wildschwein-Ravioli. Obwohl das Lokal kein dezidiertes Familienlokal ist, sind auch Kinder gerne gesehen - und dank der zum Restaurant gehörenden Multimedia-Märchenwelt „The Alice Fairytale“ auch bestens unterhalten.

Happy Rabbit

Invalidenstraße 4, 1030 Wien

Täglich 10 – 22 Uhr

0664 352 80 11



VINEA

Vinothek, Weinbar, Restaurant

VINEA

Gamlitzer Straße 104, 8461 Ehrenhausen
Do. bis Mo. 9 – 22 Uhr
Di. und Mi. 9 – 17 Uhr und küchenfrei
facebook.com/VineaRestaurant

Ein Lokal, drei Konzepte und dahinter ein geniales Trio: **Gastronom Bernhard Langer, 3-Haubenkoch Alexander Posch und Sommelier Udo Riegler.** Die drei sind auch für das 4-Sterne-Superior-Hotel Stainzerhof sowie für das Gourmetrestaurant ESSENZZ zuständig. Als Küchenchef engagierten sie **David Büchl**, der davor im Gourmethotel Rote Wand in Lech am Arlberg wirkte, und als neuen Restaurantleiter den 22-jährigen Grazer **Christopher Pohn.** Er war zuletzt als Chef de Rang im Stüva in Ischgl bei Benjamin Parth. Das Vinea lockt mit slowenischen Köstlichkeiten wie Cevapcici und Meeresfischen, die direkt von Fischern in Slowenien bezogen werden, die Vinothek mit 200 unterschiedlichen Weinen – von der Steiermark übers Burgenland bis ins Burgund.



GAMS ZU ZWEIT

Genießerhotel

Gönnen Sie sich eine Auszeit! Das Genießerhotel „Gams“ im Bregenzerwald ist der perfekte Ort dafür. Alle Suiten sind mit Himmelbett, offenem Kamin, Whirlpool mit Sternenhimmel und Balkon ausgestattet. **Im Restaurant „Eden“ kann man sich bei Kerzenschein jeden Gang auf der Zunge zergehen lassen.** Im Wellnessbereich gibt's auf 2.000 Quadratmetern heißkalte Genüsse: So bringen Kräuter- und Erdsauna die Haut zum Glühen, das Cool Pool sorgt für die nötige Abkühlung. Nehmen Sie sich Zeit zu zweit, es gibt wunderbare Packages. Etwa „Tapetenwechsel“: 4 kuschelige Übernachtungen mit traumhaftem Frühstück und romantischem Abendessen, sowie Wellness nach Lust und Laune. Ab € 799,- pro Person (gültig bis 20. Dezember 2019, Montag bis Freitag).

GAMS zu zweit ****Superiorhotel

Platz 44, 6870 Bezau
www.hotel-gams.at



CARNUNTUM IN WIEN

Veranstaltungstipp

Am 4. November findet zum ersten Mal eine **Carnuntum DAC Präsentation** statt. Dafür haben sich die Winzerinnen und Winzer die ehrwürdigen Räume der Säulenhalle im Wiener Museum für Angewandte Kunst ausgesucht. 38 Weingüter werden vertreten sein und je sechs Weine dabei haben. Darunter ist natürlich auch der neue Jahrgang des berühmten **Rubin Carnuntum-Rotweins**.

Tickets: € 18,-; www.oeticket.com

Jetzt mitspielen!
Wir verlosen 2 Tickets!

Carnuntum in Wien

4. November 2019, 17 bis 21 Uhr
MAK Wien, Säulenhalle
Weiskirchnerstraße 3, 1010 Wien



Gewinnspiele
auf GUSTO.at/gewinnspiele

STEIRISCHE RARITÄTEN- VERKOSTUNG

Veranstaltungstipp

STK Raritätenverkostung

14. November 2019, 15 bis 20 Uhr
Wiener Börsensäle
Wipplingerstraße 34, 1010 Wien



Am 14. November laden die **12 Steirischen Terroir & Klassik Weingüter** zur Raritätenverkostung in die Wiener Börsensäle. Die STK-Winzer präsentieren 96 Raritäten- und Archivweine aus den letzten vier Jahrzehnten. Bei Jahrgangsvertikalen und Winzergesprächen „im Separee“ haben Besucher die Möglichkeit das Reifepotenzial des Steirischen Terroirs zu erkunden.

Tickets: € 59,- (VVK: € 57,-); www.oeticket.com
Jetzt mitspielen! Wir verlosen 2 Tickets!



CHARAKTERVOLLE WEINE

Winzertipp

Das **Weingut Schumitsch-Stocker** liegt im Weinbaugebiet Mittelburgenland und zählt zu den typischen Familienbetrieben in der Region. Hier finden sich in den Lagen Raga, Winkelwald und Deideckwald die besten Bedingungen für hochwertige Weine: mildes Klima und unterschiedliche Böden. **Bewirtschaftet wird ca. 1 Hektar**, wo neben der Hauptsorte Blaufränkisch auch Zweigelt, Cabernet Sauvignon, Pinot Noir, Syrah und Merlot sowie die weißen Sorten Grüner Veltliner, Müller Thurgau und Chardonnay angebaut werden. Christine und Friedrich Schumitsch führen den Betrieb, die Funktion der Kellermeisterin übt seit Kurzem Teresa, die jüngere Tochter des Hauses aus. Unterstützt wird sie von ihrer Schwester Katrin, die sich um das Marketing und die Betreuung der Veranstaltungen im Weinkeller kümmert.



Weingut Schumitsch-Stocker

Lisztstraße 4
7321 Raiding
www.lisztweine.art

DER NEUE 500X SPORT EINFACH UNWIDERSTEHLICH



Der neue **500X Sport**: Unwiderstehlich der neue, dynamische Look mit Voll-LED-Scheinwerfern. Ungetrübter Fahrspaß dank tiefer gelegtem Fahrwerk, Leichtmetallrädern bis zu 19" und sportlichem Interieur.

DER 500X BEREITS AB € 16.990,- BEI FCA BANK FINANZIERUNG.

*Winterräder gratis!****



fiat.at



Gesamtverbrauch 4,0–5,8 l/100 km, CO₂-Emissionen 106–138 g/km. (NEZF korreliert). Symbolbilder. * Angebotspreis Fiat 500X Urban FireFly Turbo 120 gültig bei Kauf bis 30.12.2019 inkl. Modellbonus (enthält Händlerbeteiligung) und € 1.200,- FCA Bank Bonus bei Leasing- oder Kreditfinanzierung über die FCA Leasing GmbH / FCA Bank GmbH. Voraussetzung: Bankübliche Bonitätskriterien, Wohnsitz/Beschäftigung in Österreich. Nicht kumulierbar mit anderen Finanzierungsangeboten. Angebot freibleibend. ** 2 Jahre Neuwagentgarantie ohne Kilometerbeschränkung und 2 Jahre Funktionsgarantie „Maximum Care“ bis 60.000 km Gesamtleistung. *** Lassa Winterreifen auf Stahlfelgen gratis bei Kauf eines neuen Fiat PKW (ausgenommen Fiat 124 Spider) von 01.09.2019 bis 31.10.2019. Angebote freibleibend, solange der Vorrat reicht. Details auf www.fiat.at. Stand 10/2019.





KRAPFERL, KEKSE & CO

Buchtipps

Die Hochzeitsbäckerei hat im Burgenland eine wunderbare Tradition. Früher wurden Hochzeiten zuhause zelebriert und zum Abschied gab es für die Gäste ein Päckchen mit süßen Köstlichkeiten. Dafür kam die ganze weibliche Verwandtschaft zusammen und es wurde tagelang gebacken. Im Laufe der Zeit entstand die Profession der **Burgenländischen Hochzeitsbäckerin**. Fotograf **Michael Rathmayer** hatte die geniale Idee, die Kunst der Bäckerinnen in einem Buch zu verewigen. Er reiste mit **Bernhard Wieser** durchs Burgenland, sie plauderten mit Bäckerinnen und entlockten ihnen die besten Rezepte. Das Buch umfasst über 70 erprobte Rezepte, Fotos zu wichtigen Arbeitsschritten und praktische Tipps.

Das Beste von den Burgenländischen Hochzeitsbäckerinnen

Bernhard Wieser, Michael Rathmayer
Pichler Verlag, € 27,-

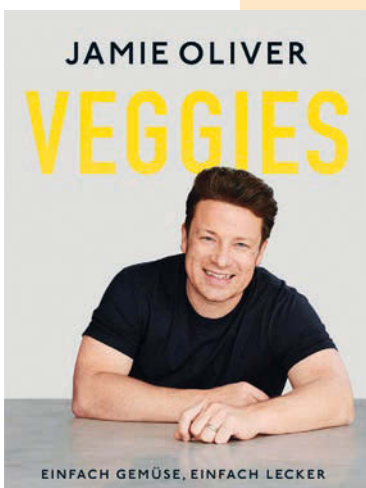
KULTSUPPE AUS VIETNAM

Buchtipps

Pho hat von den Straßenküchen Vietnams aus die Welt erobert. **Simi und Stefan Leistner** haben sich auf Spurensuche begeben und sind der berühmten vietnamesischen Suppe auf den Grund gegangen. Sie haben Suppenküchen besucht, waren in kleinen Nudelmanufakturen und haben die besten Rezepte zusammengetragen. Die beiden erklären **das Um und Auf einer richtigen Pho** und auch alternative Zubereitungsarten. Die wunderbaren Fotos von Essen, Land und Leuten machen Lust darauf, sofort drauf los zu kochen oder überhaupt eine Reise nach Hanoi oder Saigon zu buchen.

Authentic Pho

Simi und Stefan Leistner
Becker Jöst Volk Verlag, € 16,50



EINFACH GEMÜSE, EINFACH MMMH

Buchtipps

Als GUSTO letztes Jahr mit Jamie Oliver in der Toskana war, hat er uns bereits davon erzählt: er habe ein fix und fertiges Veggie-Kochbuch in seiner Lade liegen und warte nur auf den richtigen Moment, es veröffentlichen zu können. Eine Herzensangelegenheit, denn obwohl Jamie Oliver Fleisch liebt, ist ihm das Kochen mit Gemüse überaus wichtig. Stichwort **Nachhaltigkeit, Gesundheit und Umweltschutz!** Auch die Analysen seiner Social-Media-Kanäle zeigen ihm, dass die Nachfrage nach guten, raffinierten, vegetarischen Rezepten immer mehr steigt. Nun ist es endlich soweit: in seinem neuesten Kochbuch „Veggies – einfach Gemüse, einfach lecker“ gibt es **116 Rezepte, die aus aller Welt inspiriert wurden.**

Veggies

Jamie Oliver
Dorling Kindersley, € 27,80



THERMOMIX

.....

Gewinnspiel

Seit nahezu 60 Jahren ist die Küchenmaschine ein praktischer Helfer, der viele Schritte beim Kochen einfacher macht und jeder Lieblingspeise einen besonderen Kick verleiht.

Nun ist mit dem Thermomix® TM6 eine neue Ära der Küchenmaschinen angebrochen. Er bereichert Ihre Küche nämlich mit aufregenden, neuen Funktionen wie Anbraten, Sous-Vide-Garen, Slow Cooking und sogar Fermentieren. Genauso praktisch wie angesagt! Der Thermomix® TM6 ist somit eine wahre kulinarische Revolution.

Mehr Informationen unter: thermomix.vorwerk.at

Wir verlosen einen Thermomix® TM6: gleich mitspielen, fest Daumen drücken und mit etwas Glück gewinnen! Das Gewinnspiel läuft bis 21. November 2019.



Sensationeller
GEWINN
auf GUSTO.at

GUSTO verlost eine Thermomix® TM6 Küchenmaschine!
Mitspielen unter GUSTO.at/gewinnspiele – viel Glück!

LIEBLINGSLOOKS

Die neuen Winter-Trends ... jetzt bei Deichmann!

In puncto Style darf sich frau jetzt so richtig austoben, denn der Trendvielfalt sind keine Grenzen gesetzt: Der Fashion-Fokus liegt auf coolen Booties in zahlreichen Styles, die jede Persönlichkeit individuell unterstreichen und Einzigartigkeit ausstrahlen.

Als absolute Keypieces der Saison gelten jetzt lässige Statement-Schnürboots sowie elegante und mit raffinierten Details veredelte Booties.

Supergirl
€ 34,90



Powerlook
€ 39,90



Bootie
upgrade
€ 44,90



Matchpartner
€ 29,90



Diese und viele andere Winter-Trends gibt es jetzt zum sensationellen Preis-Leistungs-Verhältnis bei Deichmann und im Online Shop unter www.deichmann.com!





MINI COCOTTES

.....
Süße Förmchen

Ob als Marmeladentöpfchen oder zum Servieren von Snacks – die reizenden Cocottes machen immer eine gute Figur. Besonders süß kommen sie daher, wenn man darin ein luftiges Soufflé bäckt und dampfend zu Tisch bringt. Die Förmchen sind aus robustem Steinzeug und sind in zwölf trendigen Farben erhältlich. Das Rezept für diese Zitronentörtchen mit Baiser finden Sie auf www.lecreuset.at

Mini Cocotte

Inhalt 250 ml, € 21,95
www.lecreuset.at

BRATPFANNE

.....
Robustes Stück

Zwei Eisengriffe und ein handgeschmiedeter Pfannenboden machen diese Pfanne unverwundlich. Der Vorteil handgeschmiedeter Pfannen liegt in ihrer Robustheit und den physikalischen Eigenschaften. Sie nehmen Hitze optimal auf und geben sie perfekt an das Bratgut ab. Sie können auf Elektro- und Gasherden, Induktionsplatten und auch auf offenen Feuerstellen verwendet werden.



Eisenpfanne

Ø 28 cm, € 74,90
www.wohlgeraten.de



V-HOBEL

.....
Must-have

Langwieriges Schnipseln ist nun vorbei. Mit diesem Hobel hat man im Handumdrehen akkurate Scheiben, feine Streifen oder grobe Stifte. Ob Obst oder Gemüse – durch die schräg stehenden Klingenkanten verringert sich der Widerstand enorm und selbst harte Sachen werden im Nu zerkleinert. 3 Klingeneinsätze: eine fest eingebaute V-Klinge für Scheiben, ein Einsatz für 6 mm breite Stifte und einer für 3 mm feine Streifen, jeweils in 5 Stärken (1–5 mm) einstellbar.

V-Hobel von Gefu

€ 34,95
www.proidee.at



NUSSKNACKER

.....
Booom

Diese intelligente Konstruktion besteht aus einem Nussbaumkorpus, in den man die zu knackende Nuss gibt. Mit dem gusseisernen Gewicht, das an einem Lederband befestigt ist, knackt man dann selbst die härteste Schale mühelos. Die schwedische Traditionsmanufaktur Skeppshult hat sich auf die Herstellung von gusseisernen Haushaltsprodukten spezialisiert, man setzt auf Qualität und fertigt mit viel Liebe zum Detail von Hand.

Booom von Skeppshult

€ 69,95
www.einrichten-design.de

ÖSTERREICH, SO GEHT'S DIR.



Wir haben Österreich gefragt: **Wie geht's dir?**

Und Österreich hat geantwortet. Erste Ergebnisse gibt es hier – und Lösungen, wie es besser geht. Aber das ist erst der Anfang: Gemeinsam werden wir gesund, Österreich. Seid dabei auf generali.at/sogehtsmir

3,4 MILLIONEN ÖSTERREICHER SIND NICHT AUSREICHEND GEIMPFT.

ÖSTERREICH, SO GEHT'S DIR BESSER:

Tetanus, Diphtherie und Keuchhusten sind alles andere als Kinderkrankheiten. Deshalb sollten auch Erwachsene diese Impfungen auffrischen lassen. Ob man ausreichend geschützt ist, steht im Impfpass. Und den hat man mit der App „Meine Generali“ ab jetzt immer dabei. Über die App kann man den Impftermin dann auch gleich planen.

71 % ALLER RAUCHER IN ÖSTERREICH WOLLEN AUFHÖREN.



**SCHAFFEN'S
ABER NICHT.**

ÖSTERREICH, SO GEHT'S DIR BESSER:

Man kann ins kalte Wasser springen, indem man vom einen auf den anderen Tag aufhört. Oder man raucht in einem festgelegten Rhythmus weniger Zigaretten. Leichter wird es, wenn man sich Unterstützung holt. Zum Beispiel bei einem Raucherentwöhnungskurs. Generali Vitality Mitglieder sparen bei der Buchung eines Kurses beim Partner Allen Carr's Easyway sogar 70 €.

JEDER 2. ÖSTERREICHER ERNÄHRT SICH UNGESUND.



ÖSTERREICH, SO GEHT'S DIR BESSER:

Reichlich Obst und Gemüse sind die Basis einer ausgewogenen Ernährung. Wie gut, dass die Vitaminlieferanten zu allem passen: ob morgens zum Frühstück, als Snack für zwischendurch oder als Hauptgericht. Unsere Generali GesundheitsCoaches sind auch ausgebildete Ernährungsspezialisten und helfen, wie man gesunde Ernährung in den eigenen Alltag integriert.

Quelle: Meinungsumfrage Generali Versicherung AG, Umfragezeitraum: 09/2019, Stichprobe: 3.164 Personen



**GESUNDHEITS
COACHING**

SO IST GESUNDHEIT NUR NOCH EINEN KLICK ENTFERNT.

Die App „Meine Generali“ vereint viele nützliche Funktionen rund um die eigene Gesundheit. Damit behält man den Überblick über vergangene und anstehende Untersuchungen. Planen kann man diese auch direkt über die App. Oder man besucht ganz bequem eine Online Sprechstunde bei einem Arzt oder Spezialisten aus unterschiedlichen Fachgebieten. **So geht GesundheitsCoaching.**



**JETZT BEI
Google play**

**Erhältlich im
App Store**



MARESI
1955

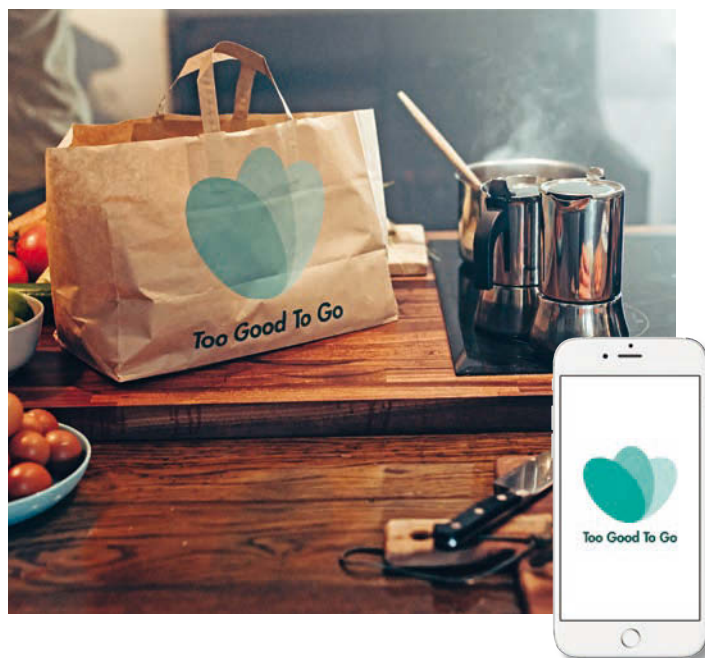
Aus schwarz wird weich

Schwarz und Weiß, Kaffee und Milch. Das ist pure Harmonie. Wir verwenden dafür reine Bergbauernmilch aus Österreich und veredeln sie zu unserer Kaffeeamilch. Für besonders weichen Kaffeeegenuss.

Jetzt probieren: Die Bio

Natürlich von MARESI. Was die alles kann.

www.meinemaresi.at



TOO GOOD TO GO

App für Lebensmittelrettung

Ein Drittel aller Lebensmittel wird verschwendet. Wobei laut dem Institut für Abfallwirtschaft Brot, Süß- und Backwaren sowie Obst und Gemüse am häufigsten entsorgt werden. Too Good To Go will das ändern. Die App ermöglicht es Bäckereien, Restaurants, Cafés, Hotels und Supermärkten, ihr überschüssiges Essen zu einem vergünstigten Preis an Selbstabholer zu verkaufen. So entsteht eine Win-Win-Win-Situation: Ausgezeichnetes Essen für die Kunden, weniger Verschwendung für die Betriebe und Ressourcenschonung für die Umwelt. Einfach kostenlose App herunterladen und gleich schauen, was es in der Nähe gerade so gibt.

toogoodtogo.at

HOHES C LERNFIT

Für kluge Köpfe, damit das Lernen und der Schulalltag noch leichter fallen!



Der köstliche 100% Saft aus Apfel, Erdbeere, Himbeere und Banane ist reich an wertvollem Eisen und veganem Vitamin D, deren Tagesbedarf mit nur einem Glas bereits bis zu 38% gedeckt ist.

hohes C Lernfit kommt ohne jegliche Zugabe von Zucker, Süßungsmittel und Aromen aus und punktet bei den Kids & Teens vor allem durch den tollen Geschmack.

hohes C macht Schüler „lernfit“ – weitere Informationen finden Sie unter **hohesC.at**



FEINKOST-KISTL

Gutes entdecken

Versand monatlicher Überraschungsboxen mit den Spitzenprodukten von über 200 österreichischen Kleinproduzenten. Sorgfältige Auswahl und viel Erfahrung sorgen für ein einzigartiges Geschmackserlebnis.

Infos & Bestellung: feinkostkistl.at | T: 0650/5000 276

KENWOOD

Verwirkliche *deine* KOCH- UND BACKIDEEN

Und erhalte bis zu **DREI ZUBEHÖRTEILE GRATIS**
beim Kauf einer Kenwood Chef Küchenmaschine im
Zeitraum von 15. Oktober 2019 bis 06. Jänner 2020.

#FeedYourImagination

Mehr Infos und
Teilnahmebedingungen unter
www.kenwoodaustria.at





1.



2.



3.



4.



5.

Lieblingsprodukte im November

1. Cranberrys Haben im Herbst Saison und sind kleine Powerpakete, die als Superfood gelten. Passen als Kompott oder Chutney herrlich zu Wild und anderen Fleischgerichten (siehe z.B. Rezept S. 47). **2. NOAN Mediterranean Herbs** Das neue, biologische Extra-Virgin-Olivenöl mit natürlichen Essenzen von mediterranen Kräutern und Zimt (zu gewinnen auf [GUSTO.at/gewinnspiele](https://gusto.at/gewinnspiele)) zaubert sonnige Lebenslust auf den Teller. **3. Barilla Pesto Ricotta e Noci** Sorgt für italienische Geschmackserlebnisse und verleiht Pasta ein wunderbar nussiges Aroma.



- 4. Datteln** Sind frisch nicht nur köstlich, sondern auch sehr gesund und haben weit weniger Zucker als getrocknet.
- 5. Teufelszeux** Die Chili-Werkstatt hat eine Hot-Sauce ohne Zuckerzusatz, aber mit viel Frucht aus österreichischen Habanero Red Chilis kreiert.
- 6. Maroni** Gehören zur kalten Jahreszeit einfach dazu. Vor dem Braten eine halbe Stunde lang wässern. Dabei lassen sich die guten von den faulen unterscheiden (gute Maronen sinken in der Schüssel ab, schlechte nicht), und die Schale löst sich viel leichter von der Frucht.
- 7. NÖM Vollmilch** Die neue 100% rePET Milchflasche der NÖM ist recycelt und recycelbar, und somit die nachhaltigste Milchflasche Österreichs.
- 8. La Gustaríá** Das Familienunternehmen hat sich auf die Erzeugung von Champagner-Gelees und -Confits spezialisiert. Hausgemacht und naturrein, ohne künstliche Inhaltsstoffe und mit hohem Champagneranteil passen diese ideal zu Käse, Roastbeef, Steak & Co.
- 9. Spitzkohl** Ist im Gegensatz zum runden Weißkohl kegelartig geformt und etwas milder im Geschmack.
- 10. Marry - The Berried Ictea** Der Softdrink aus der Steiermark vereint einen Powermix aus Mate- und Rooibostee und Beeren von steirischen Obstbauern.



Skandinavische Gemütlichkeit

Heimeliges Holz, helles Geschirr, selbst gesammelte Dekoelemente, romantisches Kerzenlicht – wir lieben die nordische Behaglichkeit.

FOTOS Dieter Brasch **STYLING** Lucie Lamster Thury **REZEPTE** Wolfgang Schlüter



DF Shop im Lagerhaus

Das alte Lagerhaus strahlt in aufpoliertem Industriedesign – hier gibt's alles, was man für ein gemütliches Zuhause braucht. Da ein gedecktes Tischchen, schräg gegenüber ein Sofa mit kuscheligen Decken und Kissen, eine Vitrine mit stylischen Tellern, Schalen und Schüsseln, ein Kleiderständer mit bunten Textilien. Ein Auge fürs Detail und eine Auswahl exquisiter Stücke heben den DF Shop aus der Masse hervor. Sonja Ladstätter-Fussenegger hat die Kreativ-Abteilung des Textil-Labels David Fussenegger aufgebaut, ist nach wie vor für die Designabteilung verantwortlich und nützt ihren DF Shop als Bühne, um Decken, Kissen, Kimonos, Kindertextilien usw. zu präsentieren. Dazu sucht sie auf Messen Möbel, Geschirr und Accessoires aus, die zur Kollektion passen. Hier findet man Sachen, die morgen erst trendig sind. Sonja Ladstätter-Fussenegger ist der Zeit eine Nasenlänge voraus, und sie liebt es zu kombinieren: „Eine neue Decke mit Kissen, eine passende Schale oder Geschirr, das kann die ganze Stimmung erneuern.“ Übrigens: Wir haben Decken, Pölster, Servietten und Geschirr für diesen Tisch in der Dependence, dem Heimweh Wien, ausgeborgt. **DF Shop im Lagerhaus, 6850 Dornbirn, Schulgasse 70 www.dfshop.at**





Krebsen-Reissalat

mit Gemüse und Dille

4 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten,
zum Marinieren ca. 30 Minuten

- ◆ 400 g Krebschwänze (ausgelöst)
- ◆ 2 EL Zitronensaft
- ◆ 2 Schalotten
- ◆ 150 g Lauch
- ◆ 150 g Fenchel
- ◆ 20 g Butter
- ◆ 125 ml Weißwein
- ◆ 200 g Langkornreis
- ◆ 10 g Dille
- ◆ 200 g Joghurt
- ◆ 100 g Mayonnaise

Garnitur:

- ◆ 2 gekochte Krebse
- ◆ ½ kleine Bio-Zitrone (in Spalten)
- ◆ 10 g Dille (grob abgezupft)

-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Krebschwänze in einem Sieb gut abtropfen lassen und mit Salz und Zitronensaft vermischen. Schalotten schälen. Lauch putzen und waschen. Fenchel längs halbieren und den Strunk ausschneiden. Gemüse klein würfeln und in Butter anschwitzen. Mit Wein ablöschen und das Gemüse bissfest dünsten. Reis in Salzwasser bissfest kochen, abseihen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Dillzweige abzupfen und hacken.

2. Für die Marinade Joghurt und Mayonnaise verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Reis zuerst mit Gemüse, Krebschwänzen und Dille, dann mit der Marinade vermischen. Salat ca. 30 Minuten marinieren lassen.

3. Salat mit Krebsen, Zitronenspalten und Dille garnieren. Dazu passt Baguette.

.....

Pro Portion: 673 kcal | **EW:** 20 g | **Fett:** 28 g | **KH:** 83 g
BE: 6,4 | **Chol:** 156 mg

Weintipp

Dazu passt ein Riesling Federspiel aus der Wachau, mit Nuancen von weißem Pfirsich.







Fischeintopf

mit Mini-Erdäpfeln

4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

- ◆ 150 g Lachsfilet (ohne Haut)
- ◆ 150 g Steinbuttfilet (ohne Haut)
- ◆ 150 g Kabeljaufilet (mit Haut)
- ◆ 2 EL Zitronensaft
- ◆ 150 g Zwiebeln
- ◆ 2 Knoblauchzehen
- ◆ 100 g Gelbe Rüben
- ◆ 100 g Stangensellerie
- ◆ 100 g Karotten
- ◆ 100 g Petersilwurzeln
- ◆ 1 roter Chili
- ◆ 80 ml Olivenöl
- ◆ 50 ml Weißwein
- ◆ 500 ml Fischfond
- ◆ 80 ml Orangensaft
- ◆ 80 ml Passata
- ◆ 2 EL Dille (klein gehackt)
- ◆ 2 EL Petersilie (grob gehackt)
- ◆ 10 g Speisestärke
- ◆ 2 EL Wasser
- ◆ 100 g Cocktailgarnelen (gekocht)

Mini-Erdäpfel:

- ◆ 400 g Mini-Erdäpfel
- ◆ 40 g Butter
- ◆ 2 EL Petersilie (grob gehackt)
- ◆ 1 EL grobes Meersalz
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Eventuell noch vorhandene Gräten aus den Filets entfernen. Filets in mundgerechte Stücke schneiden, salzen, pfeffern und mit Zitronensaft beträufeln. Zwiebeln, Knoblauch und übriges Gemüse schälen. Zwiebeln und Knoblauch in dünne Scheiben, übriges Gemüse in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Chili längs halbieren und die Kerne entfernen. Chili fein schneiden.
2. Erdäpfel waschen, in Salzwasser bissfest kochen, abseihen und abtropfen lassen.
3. Gemüse in der Hälfte des Olivenöls anschwitzen, mit Wein ablöschen und mit Fond und Orangensaft aufgießen. Passata, Chili und die Hälfte der Kräuter einrühren. Mischung ca. 10 Minuten köcheln. Gegen Ende der Garzeit Stärke mit Wasser vermischen, in die Sauce rühren und mitköcheln.
4. In einer großen Pfanne übriges Öl erhitzen, Fischstücke und Garnelen darin rundum anbraten.
5. Fischstücke und Garnelen in die Suppe legen und unter dem Siedepunkt ca. 3 Minuten ziehen lassen. Erdäpfel in aufgeschäumter Butter schwenken. Petersilie untermischen. Erdäpfel anrichten und mit Meersalz bestreuen. Fischfilets und Garnelen mit der Suppe anrichten, mit übrigen Kräutern bestreuen und mit den Erdäpfeln servieren.

Pro Portion: 572 kcal | EW: 31 g | Fett: 36 g | KH: 32 g | BE: 2,3 | Chol: 65 mg

Weintipp

Dazu passt ein dichter Leithaberg DAC Pinot blanc, mit viel gelber Frucht, Orangenzenen und Williamsbirne am Gaumen.



Schenkel's

ZARTE ANCHOVIS

Genießer lieben die echten Sardellenfilets auf traditionelle Art mit Kräutern, naturell in reinem Olivenöl, gerollt mit Kapern oder die beliebten Cocktailspießchen "Ancholive". Besonders köstlich zum Aperitif.



Schenkel's

AUS LIEBE ZUM GUTEN ESSEN

Schenkel Delikatessen erhalten Sie im guten Feinkosthandel.
Weitere Informationen: Tel.: 01/367 11 11 / www.schenkel.at

Bitte höflichst zu Tisch

Tisch- und Benimmregeln sind wieder angesagt. GUSTO widmet sich deshalb beim gedeckten Tisch immer einem speziellen Thema.

In dieser Ausgabe geht es um die Gläser:

Man wählt für jeden Gang ein passendes Getränk und und ein adäquates Glas. Das heißt, meist Rot- und Weißweinglas und eines für das Wasser. Man platziert sie etwa einen Zentimeter oberhalb des Messers. Rechts beginnend in der Reihenfolge der Benutzung: ganz rechts steht das Wasser-, links davon das Weißwein- und dann das Rotweinglas. Falls es zum Dessert Süßwein oder Champagner gibt, kommt dieses Glas ganz links hin. Die Gläser werden leicht versetzt, somit ergibt sich eine schräge Linie.

Bevor man trinkt, tupft man den Mund mit der Serviette ab. Man hält das Glas in der Mitte des Stiels, niemals am Bauch. Ausnahme ist das Cognac-Glas: Das hält man in der Hand, damit sich der Cognac durch die Handfläche leicht erwärmen kann. Spreizen Sie den kleinen Finger nicht ab, wenn Sie ein Glas halten.

In der nächsten GUSTO Ausgabe wenden wir uns dem Thema „Besteck“ zu!

DANKE AN:

Berndorf

Besteck „Alaska“
1010 Wien, Wollzeile 12
www.berndorf-besteck.com

Blumenwerk

Blumen, Zweige, Blumentöpfe
1010 Wien, Marc-Aurel-Straße 6
www.blumenwerk.at

Depot

Bänder, Kerzenhalter, Dekomaterial
www.depot-online.com

Heimweh Wien

Teller und Schalen von Pomax,
Servietten von House doctor, Decken
und Pölster von David Fussenegger
1050 Wien, Wiedner Hauptstraße 81
www.heimwehwien.at







Namenskärtchen

Lucie liebt es, das Material für die Deko in der Natur zu sammeln und jedes Kärtchen individuell zu gestalten. Lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf und gestalten Sie die Kärtchen nach Ihrem Geschmack!

Man braucht:

- Baumrinde
- Kiefernzapfen
- Kastanien
- Federn
- Zweige
- Kreide
- Heißklebepistole



Die Natur auf dem Tisch

Baumrinde, Zweige, Kiefernzapfen, Eicheln, Kastanien und Federn habe ich am Donauufer und im Burggarten gesammelt. Diese einzelnen Elemente finden sich auf dem Tisch, im Strauß und auch im natürlichen Luster wieder.

Lucie kommt aus New York, ist Designerin und Stylistin und hat Wiens erste Shoppingtour ins Leben gerufen: „**Shopping with Lucie!**“ Ob Geschirr, Design, Mode oder Delikatessen – Lucie kennt die besten Adressen, die kleinsten und verstecktesten Läden.
www.shoppingwithlucie.com





Blumenwerk

Iris Hobel liest ihren Kunden alle floralen Wünsche von den Augen ab. Wir haben uns diesmal für einen bunten Herbststrauß entschieden, der dem Tisch den letzten Schliff verleiht. Die Kombination aus bunten Blüten und getrockneten Elementen wirkt harmonisch und zugleich außergewöhnlich.



JULIEJULSEN_OFFICIAL



Julie Julsen®



Erhältlich in Ihrem Uhren- und Schmuckgeschäft
Nähere Informationen unter www.juliejulsen.com

Trüffel- torte

Drei Schichten Biskuit, dazwischen eine luftige Creme, überzogen mit einer zartschmelzenden Glasur – dieser Tortenklassiker weckt Kindheitserinnerungen und schmeckt einfach großartig.

FOTOS Barbara Ster **REZEPT** Charlotte Cerny





EINFACH MEHR

.....



Selbst gemachte Pralinen

200 ml Obers aufkochen und über 200 g gehackte, dunkle Kuvertüre leeren. Glatt rühren, für 6 Stunden kalt stellen, in Kugelform wuzeln, in Kuvertüreraspeln wälzen, fertig! Noch schneller geht's, wenn Sie zerbröselte Kuchenreste mit etwas Creme oder Marmelade vermischen und daraus Pralinen formen. Auf GUSTO.at finden Sie zudem viele Pralinen-Rezepte!



Kuvertüre raspeln

Das funktioniert am besten mit einem Sparschäler. Für größere Raspel kann auch ein glattes Messer über die glatte, flache Seite der Kuvertüretafel gezogen werden.



Trüffelcreme

Wenn es mal flotter gehen soll, gibt es für die Trüffelcreme einen praktischen Trick. Einfach nach dem Zubereiten in ein flaches Gefäß leeren. So entsteht eine größere Oberfläche, durch die die Creme viel schneller auskühlt.





1. Für die Creme Kuvertüresorten und Butter in eine Schüssel geben. Obers aufkochen und zuleeren. Masse 5 Minuten ziehen lassen, dann glatt rühren. Mit Folie abdecken und für 6 Stunden kalt stellen. Rohr auf 180°C vorheizen.



3. Für die Tränke Wasser und Zucker aufkochen und vom Herd nehmen. Likör untermischen und die Tränke auskühlen lassen.



4. Tortenboden zweimal durchschneiden. Trüffelcreme kurz mit dem Mixer aufschlagen. 3 EL davon in einen Dressiersack mit Sterntülle füllen.



6. Für die Glasur Obers aufkochen. Kuvertüre und Butter in eine Schüssel geben, Obers zuleeren. Masse 5 Minuten ziehen lassen, glatt rühren und ca. 10 Minuten im Kühlschrank abkühlen lassen. Torte auf ein Gitter stellen. Glasur darüber leeren, abtropfen lassen und ca. 15 Minuten kalt stellen.



2. Mehl und Kakao sieben. Eier und Zucker ca. 6 Minuten hellcremig aufschlagen. Mehlmischung vorsichtig unterheben. Butter untermengen. Masse in eine Springform (Ø 26 cm) füllen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 35 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

KOCHSCHULTIPP

Wiener Normalkristallzucker - der klassische Zucker, dessen Kristallkörner grob und deutlich sichtbar sind. Garantiert ohne Gentechnik hergestellt. In der Küche universell einsetzbar. Für Gerichte und Getränke, bei denen Zucker mit Flüssigkeiten aufgekocht wird oder zur Zubereitung von Karamell. Rezeptideen finden Sie unter www.wiener-zucker.at



5. Tortenboden mit der Tränke bepinseln. ⅓ der Creme darauf verstreichen. Zweiten Boden darauf legen und leicht andrücken. Mit Tränke bepinseln und Creme darauf verstreichen. Mit dem dritten Tortenboden abschließen und andrücken. Mit der übrigen Creme rundum dünn einstreichen. Torte kalt stellen.



7. Mit dem Dressiersack Rosetten aufdressieren und evtl. Pralinen darauf setzen. Torte für mind. 4 Stunden kalt stellen.

14 Stück,
Zubereitung ca. 2 Stunden,
zum Kühlen ca. 6 Stunden

Trüffelcreme:

- ◆ 300 g dunkle Kuvertüre (gehackt)
- ◆ 300 g Vollmilchkuvertüre (gehackt)
- ◆ 200 g Butter
- ◆ 800 ml Schlagobers

Biskuit:

- ◆ 180 g glattes Mehl
- ◆ 20 g Kakao
- ◆ 6 mittlere Eier
- ◆ 200 g Feinkristallzucker
- ◆ 30 g Butter (zerlassen)

Tränke:

- ◆ 80 ml Wasser
- ◆ 40 g Kristallzucker
- ◆ 4 EL Orangenlikör (optional)

Glasur:

- ◆ 250 ml Schlagobers
- ◆ 300 g dunkle Kuvertüre (gehackt)
- ◆ 50 g Butter

Deko:

- ◆ Pralinen (optional, siehe „Einfach mehr“)

Pro Stück: 781 kcal | EW: 13 g | Fett: 52 g
KH: 70 g | BE: 6 | Chol: 196 mg



Das Ganslessen hat eine lange Tradition, deshalb gibt es auch unzählige
Rezepte für die perfekte Zubereitung. Aber die Gans lässt sich
nicht nur im Ganzen braten, auch aus Brust und Keule kann man
besonders schmackhafte Kreationen zaubern.
Lassen Sie sich auf den nächsten Seiten dazu verführen.

FOTOS Dieter Brasch
REZEPTE Wolfgang Schlüter

A close-up photograph of a whole roasted duck with a golden-brown, crispy skin. A sharp knife is stuck into the duck's back. The duck is resting on a dark, reflective surface, possibly a tray. In the background, there is a wooden table with various items: a small glass jar with a metal lid, a lit candle in a holder, and some other kitchenware. The lighting is warm and focused on the duck.

ALLES

VOM

GANS!

4 Portionen, Zubereitung ca. 90 Minuten

Ganslsugo:

- ◆ 3 Gänsekeulen (gesamt ca. 1,5 kg)
- ◆ 100 g Schalotten
- ◆ 100 g Gelbe Rüben
- ◆ 100 g Petersilwurzeln
- ◆ 100 g Karotten
- ◆ 3 EL Walnussöl
- ◆ 2 EL Paradeismark
- ◆ 100 ml roter Portwein
- ◆ 100 ml Orangensaft
- ◆ 200 ml Ganslfond (Rezept siehe S. 46)
- ◆ 150 g Maroni (essfertig)
- ◆ 2 EL Majoran (gehackt)

Gnocchi:

- ◆ 500 g mehlig-e Erdäpfel
- ◆ 125 g TK-Kastanienreis (angetaut)
- ◆ 4 Dotter
- ◆ 100 g glattes Mehl
- ◆ 100 g Weizengrieß
- ◆ 1 TL Salz
- ◆ 2 EL Butter

.....

- ◆ Salz, Pfeffer, Mehl

1. Für die Gnocchi Erdäpfel in Salzwasser weich kochen. Erdäpfel abseihen, schälen, passieren und mit Kastanienreis, Dottern, Mehl, Grieß und Salz verrühren. Teig mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Aus dem Teig 4 etwa gleich große Rollen mit ca. 3 cm Durchmesser formen. Mit einem scharfen Messer ca. 1 cm breite Stücke abschneiden und diese auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit einer Gabel etwas eindrücken.
3. Für das Sugo die Haut von den Keulen entfernen und die Knochen ausschneiden. Gänsefleisch faschieren. Schalotten und Gemüse schälen, klein schneiden und im Öl anrösten. Fleisch untermischen und mitrösten. Paradeismark einrühren. Die Mischung mit Wein, Orangensaft und Fond aufgießen. Sugo ca. 35 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Gnocchi in kochendes Salzwasser legen, aufkochen, vom Herd nehmen und 3 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Herausheben, abtropfen lassen. Butter aufschäumen, Gnocchi darin schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Für die Garnitur Maroni durch ein Sieb streichen. Sugo mit Majoran verfeinern. Gnocchi mit dem Sugo anrichten und mit passierten Maroni bestreut servieren. Eventuell mit frischem Majoran bestreuen.

.....

Pro Portion: 882 kcal | **EW:** 46 g | **Fett:** 29 g | **KH:** 109 g | **BE:** 6,9 | **Chol:** 366 mg



Weintipp

Klassische Rotweincuvée aus dem Nordburgenland mit saftiger Waldbeeren-Nase und Herzkirschen-Touch am Gaumen und feinen Tanninen.

Maroni-Gnocchi

mit Ganslsugo





Ganslkeule

*mit Zwetschken-Mohnfülle
und Chicorée-Feigengemüse*



4 Portionen, Zubereitung ca. 2 Stunden

- ◆ 4 Gänsekeulen (je ca. 500 g)
- ◆ 1 Suppengrün
- ◆ 4 EL Öl
- ◆ 400 ml Gemüsesuppe
- ◆ 4 kleine Rosmarinzweige
- ◆ 1 TL Speisestärke

Fülle:

- ◆ 50 g Dörrzwetschken (ohne Kern)
- ◆ 50 g Stangensellerie
- ◆ 200 g Toastbrot
- ◆ 1 mittleres Ei
- ◆ 40 ml Milch
- ◆ 40 g Mohn (gemahlen)
- ◆ 1 EL Petersilie (gehackt)

Chicorée-Feigengemüse:

- ◆ 4 Chicorée
- ◆ 12 Minifeigen (gesamt ca. 400 g)
- ◆ 80 g Butter
- ◆ 70 ml Orangensaft
- ◆ Schale von 1 Bio-Orange (Zesten)
- ◆ 3 EL Walnussöl
-
- ◆ Salz, Pfeffer, Muskat

1. Für die Fülle Zwetschken und Sellerie klein würfeln. Toastbrot in ca. 1 cm große Stücke schneiden und mit Ei, Milch, Zwetschken, Sellerie, Mohn und Petersilie vermischen. Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
2. Fleisch beidseitig vom Oberkeulenknochen einschneiden. Knochen freilegen. Keulengelenk durchschneiden. Messerspitze unter dem Knochen entlang führen, den Knochen dabei aus dem Fleisch lösen.
3. Rohr auf 180°C vorheizen. Auf jede ausgelöste Keule ein Viertel von der Fülle geben und im Fleisch einschlagen. Keulen mit Spagat binden.
4. Suppengrün in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Keulen salzen, pfeffern, im Öl rundum anbraten und aus der Pfanne nehmen. Im Bratrückstand Suppengrün anschwitzen und mit Suppe ablöschen. Keulen hineinsetzen, mit Rosmarinzweigen belegen und im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 90 Minuten braten.
5. Für das Gemüse Chicorée und Feigen längs halbieren. In einer Pfanne Chicorée in 50 g von der Butter anschwitzen, mit Orangensaft ablöschen und mit Orangenschale bestreuen. Chicorée ca. 1 Minute bei schwacher Hitze dünsten und mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Parallel dazu Feigen in übriger Butter kurz beidseitig braten und mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Den Spagat von den Keulen entfernen. Bratensaft abseihen (sollte ca. 150 ml sein, eventuell einkochen lassen oder mit Suppe ergänzen) und aufkochen. Stärke mit wenig Wasser vermischen, in die Sauce rühren und kurz mitköcheln.
8. Keulen mit Chicorée-Feigengemüse und der Sauce anrichten.

Pro Portion: 1236 kcal | EW: 42 g | Fett: 85 g | KH: 96 g | BE: 6 | Chol: 259 mg

Weintipp

Dazu passt ein Pinot Noir aus der Thermenregion, elegant und saftig am Gaumen mit dezent blumigen Aromen.



SIZILIEN IST, *wo ich bin.* **AVERNA**



@Averna_Austria



Enjoy responsibly.

Gansl

mit Kräuternockerln und Kohlsprossen-Maronigemüse

4 Portionen, Zubereitung ca. 3 Stunden

- ◆ 1 Gans (bratfertig, ca. 3 kg)
- ◆ 1 Apfel
- ◆ 1 Orange (unbehandelt)
- ◆ 2 EL Majoran (getrocknet)
- ◆ 1 Handvoll Kräuterblätter (Petersilie, Liebstöckel)
- ◆ 200 ml weißer Portwein
- ◆ 250 ml Gemüsesuppe

Kräuternockerl:

- ◆ 250 g glattes Mehl
- ◆ 2 Eier
- ◆ 50 g Butter (zerlassen)
- ◆ 125 ml Sauermilch
- ◆ 3 EL Walnussöl
- ◆ 1 EL Petersilie (gehackt)

Kohlsprossen-Maronigemüse:

- ◆ 500 g Kohlsprossen
- ◆ 40 g Butter
- ◆ 200 g Maroni (essfertig)

-
- ◆ Salz, Pfeffer, Muskat

1. Gans waschen und trockentupfen. Apfel halbieren und das Kerngehäuse ausschneiden. Apfel und Orange (mit Schale) in 2–3 cm große Stücke schneiden und mit Majoran würzen.
2. Rohr auf 200°C vorheizen. Gans innen und außen mit Salz würzen, mit Kräuterblättern sowie Apfel- und Orangenstücken füllen und mit Spagat binden.
3. Bratenpfanne fingerhoch mit Wasser füllen. Gans mit der Brustseite nach oben hineinsetzen und im Rohr (unterste Schiene) ca. 2 ½ Stunden braten. Nach halber Garzeit Portwein zugießen und Gans fertig braten.
4. Für die Nockerl Mehl, Eier, Butter, Sauermilch, Salz, Pfeffer und Muskat zu einem zähen Teig verrühren. Reichlich Salzwasser aufkochen. Aus dem Teig mit einem Löffel Nockerl ausstechen und ins kochende Wasser legen. Hitze reduzieren, Nockerl ca. 10 Minuten köcheln. Nockerl abseihen und abtropfen lassen.
5. Kohlsprossen putzen und in Salzwasser weich kochen. Abseihen, abschrecken und abtropfen lassen.
6. Gegen Ende der Bratzeit die an der Oberfläche schwimmende Fettschicht abschöpfen, Suppe zugießen. Gans aus dem Rohr nehmen, ca. 10 Minuten rasten lassen, Spagat entfernen.
7. Inzwischen Bratensaft abseihen und auf ca. 400 ml einkochen lassen. In einer Pfanne Butter aufschäumen, Kohlsprossen und Maroni darin schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer zweiten Pfanne Nockerl in Nussöl schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie untermischen.
8. Gans tranchieren und mit Saft, Nockerln und Kohlsprossen-Maronigemüse anrichten.

.....

Pro Portion: 2271 kcal | EW: 87 g | Fett: 170 g | KH: 102 g | BE: 7,5 | Chol: 555 mg

Weintipp

Dazu passt ein jugendlicher Zweigelt aus der Südsteiermark mit Preiselbeer-Kirschnoten, saftigen Tanninen und feiner Säurestruktur.









Ganslbrust mit Portweinsauce und Rotkraut-Nussstrudel

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 ½ Stunden



- ◆ 4 Gänsebrüste (mit Haut, ohne Knochen; je ca. 320 g)
- ◆ 80 g Zwiebeln
- ◆ 1 Bund Suppengrün
- ◆ 4 EL Öl
- ◆ 100 ml roter Portwein
- ◆ 300 ml Ganslfond (Rezept siehe S. 46, ersatzweise Gemüsesuppe)
- ◆ 4 Lorbeerblätter
- ◆ 1 EL Speisestärke
- ◆ 2 EL Wasser

Rotkrautstrudel:

- ◆ 500 g Rotkraut
- ◆ 80 g Zwiebeln
- ◆ 50 g Walnüsse
- ◆ 2 EL Petersilie
- ◆ 2 EL Walnussöl
- ◆ 60 ml roter Portwein
- ◆ 125 ml Schlagobers
- ◆ 1 Dotter
- ◆ 1 EL Powidl
- ◆ 1 Pkg. Strudelteig (2 Blätter)
- ◆ 100 g Butter (geschmolzen)

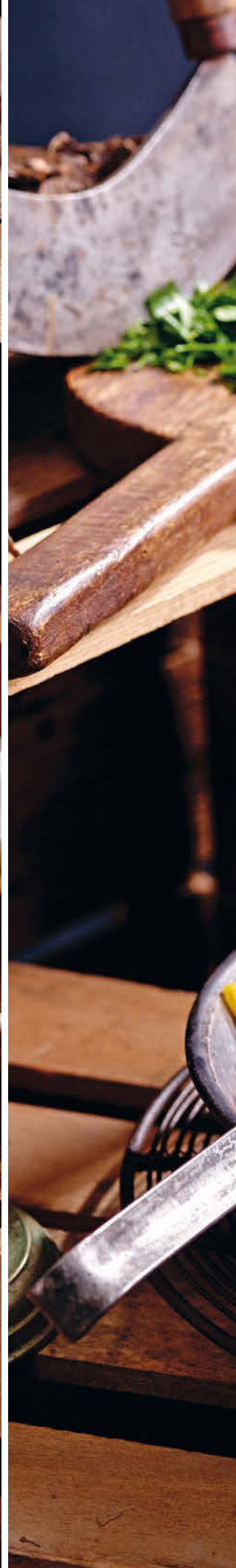
.....
◆ Salz, Pfeffer, Kümmel, Öl

1. Für den Strudel Kraut vierteln und den Strunk ausschneiden. Kraut in feine Streifen schneiden, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und gut vermischen. Zwiebeln schälen und klein schneiden. Nüsse grob und Petersilie fein hacken. Zwiebeln im Öl anschwitzen und mit Wein ablöschen. Kraut ausdrücken und zugeben. Topf bis auf einen Spalt zudecken und Kraut weichdünsten. Dabei öfters umrühren.
2. Obers zugießen und das Kraut offen dick einkochen. Umfüllen und etwas abkühlen lassen. Dotter, Nüsse, Powidl und Petersilie unterrühren, Masse auskühlen lassen.
3. Rohr auf 180°C vorheizen. Haut der Gänsebrüste nicht zu tief quer einschneiden. Zwiebeln schälen. Suppengrün und Zwiebeln in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Gänsebrüste mit Salz und Pfeffer würzen. Im Öl beidseitig anbraten (mit der Hautseite nach unten zuerst) und herausnehmen.
4. Im Bratrückstand Gemüse und Zwiebeln anschwitzen und mit Portwein und Ganslfond aufgießen. Lorbeer zugeben. Gänsebrüste einlegen (Hautseite nach oben) und im Rohr (unterste Schiene / Gitterrost) ca. 50 Minuten braten.
5. Backblech mit Backpapier belegen. Ein Strudelblatt auf ein feuchtes Tuch legen, mit Butter bestreichen. Zweites Strudelblatt darauflegen, ebenfalls mit Butter bestreichen. Fülle am unteren Teigrand auftragen, seitliche Teigränder einschlagen und den Teig über die Fülle einrollen. Strudel auf das Blech setzen, mit Butter bestreichen, zum Gansl ins Rohr (mittlere Schiene) schieben und ca. 30 Minuten goldgelb backen.
6. Gänsebrüste aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Saft abseihen und aufkochen. Stärke mit Wasser mischen, einrühren und kurz mitköcheln. Ganslbrüste quer in Scheiben schneiden, Strudel portionieren. Ganslbrüste mit Sauce und Strudel anrichten.

Pro Portion: 1393 kcal | EW: 82 g | Fett: 96 g | KH: 43 g | BE: 2,3 | Chol: 413 mg

Weintipp

Dazu passt eine tannin-kraftige Mittelburgenland DAC Reserve, feinwürzig und beerenfruchtig.







Ganslfond

Ca. 1 l, Zubereitung ca. 2 Stunden

- ◆ Gänseklein von 1 Gans (Flügel, Hals, evtl. Karkasse vom gebratenen Gansl, Innereien ohne Leber)
- ◆ 50 g Zwiebeln
- ◆ 1 Knoblauchzehe
- ◆ 1 Lorbeerblatt
- ◆ 1 MS Majoran
-
- ◆ Salz, Pfefferkörner

1. Gänseklein waschen und in ca. 2 l kaltem, leicht gesalzenem Wasser aufkochen. Zwiebel halbieren, Knoblauch grob hacken und mit einigen Pfefferkörnern, Lorbeer und Majoran zum Gänseklein geben.
2. Fond bei schwacher Hitze ca. 1 ½ Stunden köcheln, aufsteigenden Schaum immer wieder abschöpfen. Fond durch ein feines Sieb gießen – sollte ca. 1 Liter sein, eventuell einkochen oder mit Wasser ergänzen.

Ganslsuppe mit Gänseleberknödel

6 Portionen, Zubereitung ca. 75 Minuten, zum Kühlen ca. 30 Minuten

- ◆ 1 l kalter Ganslfond (siehe Rezept oben)
- ◆ 2 l Gemüsesuppe
- ◆ 3 mittlere Äpfel (Granny Smith; geschält, entkernt)
- ◆ 2 EL Zitronensaft
- ◆ 1 EL Butter
- ◆ 8 mittlere Salbeiblätter

Klärfleisch:

- ◆ 120 g Karotten
- ◆ 120 g Knollensellerie
- ◆ 120 g Lauch
- ◆ 500 g Gansl-Keulenfleisch (ohne Haut und Knochen)
- ◆ 4 Eiklar

Leberknödel:

- ◆ 70 g Zwiebeln
- ◆ 40 g Butter
- ◆ 2 EL Majoran (gehackt)
- ◆ 150 g frische Gänseleber (fein faschiert)
- ◆ 1 Ei
- ◆ 3 Knoblauchzehen (zerdrückt)
- ◆ 100 g Toastbrot (gerieben)
- ◆ 80 g Semmelbrösel

.....
◆ Salz

1. Für das Klärfleisch Karotten und Sellerie schälen. Lauch längs halbieren und waschen. Gut gekühltes Fleisch und Gemüse faschieren (grobe Scheibe). Mit Eiklar und 500 ml von der Suppe gut vermischen und für ca. 30 Minuten kühl stellen.
2. Fleischmischung in einen Topf geben. Fond und übrige Suppe zugießen und langsam erhitzen. So lange rühren, bis das Fleisch nach oben steigt (knapp, bevor die Suppe zu sieden beginnt). Sobald die Suppe kocht, nicht mehr umrühren. Das Klärfleisch schwimmt nun als kompakte Masse an der Oberfläche. Hitze reduzieren, ca. 1 Stunde köcheln.
3. Für die Knödel Zwiebeln schälen, klein würfeln und in Butter anschwitzen. Majoran zugeben, vom Herd nehmen und auskühlen lassen. Leber mit Ei verrühren, Zwiebeln untermischen und mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen. Toastbrotbrösel und Semmelbrösel einrühren. Masse ca. 30 Minuten ziehen lassen.
4. Salzwasser aufkochen, aus der Masse 6 Knödel formen, ins kochende Wasser legen und darin ca. 25 Minuten köcheln.
5. Für die Garnitur Apfel vierteln, dann in ca. 3 cm große Stücke schneiden und mit Zitronensaft vermischen. Butter aufschäumen, Apfelstücke darin bissfest braten, in ein Sieb leeren und abtropfen lassen.
6. Ein Spitzsieb mit einem Tuch auslegen, über einen Topf hängen und die geklärte Suppe durchgießen (sollten 1,5 l sein). Salbei grob hacken.
7. Suppe mit Knödeln und Apfelstücken anrichten und mit Salbei bestreut servieren.

☞ Weintipp

Die perfekte Begleitung ist ein Neusiedlersee DAC mit würzigen Anklängen.

Pro Portion: 413 kcal | EW: 33 g | Fett: 18 g | KH: 40 g | BE: 2,4 | Chol: 244 mg

Ganslgröstl mit Wurzelgemüse und Cranberry-Chutney

4 Portionen, Zubereitung ca. 70 Minuten

- ◆ 800 g speckige Erdäpfel
- ◆ 150 g rote Zwiebeln
- ◆ 1 Knoblauchzehe
- ◆ 200 g Karotten
- ◆ 200 g Gelbe Rüben
- ◆ 120 g Stangensellerie
- ◆ 400 g gebratenes Gänsefleisch (Reste)
- ◆ 60 ml Öl
- ◆ 3 EL Majoran (grob gehackt)

Cranberry-Chutney:

- ◆ 200 g Lauch
- ◆ 150 ml roter Portwein
- ◆ 70 g Braunzucker
- ◆ 50 ml Balsamico
- ◆ ½ TL Salz
- ◆ 1 EL helle Senfkörner
- ◆ 150 g Cranberrys

.....
◆ Salz, Pfeffer

1. Für das Chutney Lauch längs aufschneiden, waschen und klein würfeln. Portwein, Zucker, Balsamico, Lauch, Salz und Senfkörner verrühren und aufkochen. Cranberrys einrühren und die Mischung ca. 35 Minuten köcheln. Dabei öfters umrühren.

2. Erdäpfel bissfest kochen, abseihen, ausdampfen lassen und schälen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln in Spalten schneiden, Knoblauch klein würfeln.

3. Karotten, Rüben und Sellerie schälen und in 2 cm große Stücke schneiden. Gemüse in Salzwasser bissfest kochen, abseihen, abschrecken und abtropfen lassen. Erdäpfel in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Ganslfleisch in Scheiben schneiden.

4. In einer Pfanne die Hälfte vom Öl erhitzen und die Erdäpfel darin beidseitig knusprig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Im Bratrückstand übriges Öl erhitzen. Gemüse darin braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln, Knoblauch und Majoran unterrühren und mitbraten. Gegen Ende der Garzeit Gansfleisch und Erdäpfel einrühren und kurz mitbraten. Gröstl anrichten und mit dem Chutney servieren.

.....
Pro Portion: 753 kcal | **EW:** 30 g | **Fett:** 24 g
KH: 100 g | **BE:** 7,7 | **Chol:** 84 mg

☞ Weintipp

Klassischer Sankt Laurent aus Niederösterreich verwöhnt mit dunkelbeerigen Aromen, mineralischem Abgang und feinen Tanninen.

MIT Cynarix FORTE FETT WEGVERDAUEN



- » Die Kraft der Artischocke
- » Behandelt Völlegefühl und Blähungen
- » Reguliert die Blutfettwerte
- » Schützt die Leber
- » Erhältlich in Ihrer Apotheke

Pflanzliches Arzneimittel

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels zur Linderung von Verdauungsbeschwerden beruht ausschließlich auf langjähriger Erfahrung.



www.montavit.com



Herwig Gasser

Kulinarischer AUSFLUG *in die Konditorei Gasser*

Herwig Gasser zählt zu den besten und innovativsten Konditoren und Pâtissiers Österreichs. Er liebt es, mit seinen Mitarbeitern an neuen Kreationen zu tüfteln und so lange daran zu feilen, bis sie seinen hohen Qualitätsansprüchen entsprechen. Ein Besuch in einer seiner beiden Konditoreien in Wien und Baden ist ein Genuss für Augen und Gaumen.

FOTOS Nadine Poncioni

Ursprünglich wollte Herwig Gasser ja Elektriker werden. Was auch fast geklappt hätte, wenn sich nicht die bereits zugesicherte Lehrstelle in Luft aufgelöst hätte. Andere Stellen in Elektrikerbetrieben waren zu dem Zeitpunkt nicht verfügbar. Schließlich riet ihm ein Bekannter, es doch mit einer Lehre in seiner Konditorei zu probieren. Und siehe da, die Arbeit mit süßen Produkten gefiel ihm. Das Thema „Elektriker“ war damit abgeschlossen. Nach dem Abschluss seiner Lehre in der Konditorei Lorenz in Villach ging Herwig auf Wanderschaft und sammelte in renommierten Hotels, Restaurants und Konditoreien berufliche Erfahrungen – etwa in dem Hotel Löwe Serfaus, der Konditorei Zniva in Bodensdorf, der Konditorei Korso in Pörttschach, dem Parkhotel Bellevue in Bad Gastein, dem Hotel Mozabon in Lech und dem Hotel Bellevue in St. Christoph. Besonders interessant waren seine Beschäftigungen als Chefpâtissier bei Karl Eschlböck am Mondsee und im Palais Schwarzenberg in Wien. Herwig und unser Schlä lernten einander übrigens kennen, als sie gemeinsam im Hilton Vienna werkten. Obwohl sich die Wege danach trennten, haben sich die beiden nie aus den Augen verloren. Herwig wurde schließlich mit der Planung und dem Aufbau von Landtmann's feiner Pâtisserie (einer Produktionsstätte in Wien-Liesing) beauftragt. Von dort aus versorgte er nicht nur den heimischen Markt mit Mehlspeisen, sondern versendete seine süßen Köstlichkeiten unter anderem auch nach Deutschland, Spanien und Dubai. So nebenbei machte er sich auch als Autor einen Namen und veröffentlichte einige Koch-

**„Unser Leitspruch ist:
weil es Freude macht!“**

Herwig Gasser



bücher im Bereich „Backen und Mehlspeisen“. Dazu passend war Herwig auch des Öfteren als Rezeptautor für GUSTO tätig. Seine Macadamia Crackles (das Rezept finden Sie übrigens auf GUSTO.at) sind für Schlä noch heute ein absolutes Highlight unter den Weihnachtskekzen. Auch wenn es darum ging, die österreichischen Süßspeisen in aller Welt bekannt zu machen, war Herwig zur Stelle – etwa als Mitstreiter bei den Österreichischen Wochen der Hotellerie, die ihn nach Japan, Deutschland und Italien brachten. Seine Mühen blieben nicht unbelohnt: für seine Pâtisserie-Künste erhielt er 1999 die Goldene Medaille für Verdienste um die Republik Österreich. ➡

**„Ich habe großen Respekt vor
all jenen, die es schaffen,
anhaltend beste Qualität auf
den Tisch zu bringen!“**

Herwig Gasser

MARONISCHMARRN

mit Karamellbirnen

4 Portionen, Zubereitung ca. 35 Minuten

- ◆ 4 mittlere Eier
- ◆ 250 ml Milch
- ◆ 120 g glattes Mehl
- ◆ 100 g Maronipüree
- ◆ 1 EL Rum
- ◆ 10 g Vanillezucker
- ◆ 50 g geschälte Maroni *(essfertig)*
- ◆ 40 g Kristallzucker
- ◆ 1 Prise Salz
- ◆ 40 g Butter
- ◆ 20 g Preiselbeerkompott

Karamellbirnen:

- ◆ 2 Birnen *(Williams)*
 - ◆ 20 g Butter
 - ◆ 1 Prise Zimtzucker
-
- ◆ Staubzucker

1. Eier in Dotter und Klar trennen. Milch und Mehl mit einem Schneebesen glatt rühren. Maronipüree, Rum, Vanillezucker und Dotter einrühren. Masse ca. 20 Minuten quellen lassen. Maroni in kleine Stücke schneiden.
 2. Birnen schälen, vierteln und das Kerngehäuse ausschneiden. Fruchtfleisch in ca. 1 cm große Stücke schneiden.
 3. Eiklar mit Zucker und Salz zu cremigem Schnee schlagen. Schnee behutsam unter die Maronimasse haben.
 4. In einer Pfanne (Ø ca. 24 cm) Butter erhitzen und die Maronistücke darin anbraten. Teig gleichmäßig in der Pfanne verteilen und bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten an der Unterseite goldbraun anbraten.
 5. Schmarrenmasse auf einen großen Teller oder Deckel stürzen und zurück in die Pfanne gleiten lassen. Die weniger elegante Methode (bei der der Schmarren leider auch an Saftigkeit und Flaumigkeit verliert): Masse halbieren oder vierteln und jedes Stück mit Hilfe einer breiten Palette und einer Gabel umdrehen.
 6. Parallel dazu in einer zweiten Pfanne die Birnenstücke in Butter anschwitzen, mit Zimtzucker bestreuen und karamellisieren lassen.
 7. Schmarren mit zwei Gabeln in kleine Stücke teilen und kurz weiter backen. Schmarren mit den karamellisierten Birnen vermischen, anrichten, mit Staubzucker bestreuen und mit Preiselbeerkompott servieren.
-

Pro Portion: 515 kcal | **EW:** 15 g | **Fett:** 19 g | **KH:** 74 g | **BE:** 5,9 | **Chol:** 251 mg





Den sehr erfolgreichen Schritt in die Selbstständigkeit wagte Herwig schließlich im Jahr 2009, als er die Kaffeehaus-Konditorei „Süßes vom Feinsten“ im Wiener Auhof Center eröffnete, die von Beginn an all seine Erwartungen übertraf. Sein zweites Geschäft eröffnete er schließlich 2012 im Kaiserhaus Baden. Diese Location hat viel Tradition, denn im Untergeschoß waren früher die kaiserliche Küche und die Hofbackstube untergebracht. Während der Sommerfrische residierte dort im 1. Stock der Kaiser, ein Stockwerk darüber die Kaiserin. Außerdem wurden in diesen Räumlichkeiten auch die kaiserlichen Gäste bewirtet.

Herwigs Philosophie ist eindeutig festgelegt und wird auch ganz konsequent durchgezogen. Was regional zu beziehen ist, wird auch regional besorgt. Besonderer Wert wird auf Nachhaltigkeit und deren Ausbau gelegt. In der Backstube werden nur Produkte verwendet, die frei von chemischen Substanzen sind. Rollfondant, Palm- und Kokosfett wird man hier vergeblich suchen: Torten und Co. werden ausschließlich mit Ganache-Glasuren, die aus natürlichen

Zutaten bestehen, überzogen. Für die Zubereitung werden natürliche, zum Teil auch Bio-Produkte verwendet. Klassische Mehlspeisen wird man in den Konditoreien übrigens ebenfalls vergeblich suchen. Herwig hat vielmehr eine eigene Linie entwickelt: ein Mix aus kreativen, internationalen Ideen und seinem ganz persönlichen Stil. In den Backstuben in Wien und Baden sind gesamt 16 Mitarbeiter tätig. Die Produktion ist logistisch aufgeteilt: in Baden werden alle Mehlspeisen produziert, die in Wien tätigen Mitarbeiter beschränken sich auf die Produktion von Eis und Dekorationen. Wenn man die Backstube betritt, verspürt man sofort das großartige Flair und die gute Stimmung, die unter den Mitarbeitern herrscht. Sie fühlen sich sichtlich wohl an ihrem Arbeitsplatz und haben Spaß an ihrer Arbeit. Von Stress scheint man hier weit entfernt zu sein, alles läuft wie am Schnürchen und ist bestens organisiert. Herwig Gasser hat wohl den richtigen Weg gefunden, um seine Mitarbeiter auf seine Linie einzuschwören. Sein Erfolgsgeheimnis? Eigenverantwortung, Mitbestimmung in der Backstube und das Vertrauen, das er seinen Mitarbeitern in vielerlei Hinsicht schenkt. Herwig hat das geschafft, was leider nur wenigen Chefs gelingt: er hat bewusst den patriarchalischen Führungsstil hinter sich gelassen und beschreitet neue Wege. Am Anfang was das nicht leicht, aber inzwischen beweist ihm der Erfolg, dass die Entscheidung richtig war. Angenehmer Nebeneffekt: er hat sich dadurch auch mehr Freiraum geschaffen und kann sich nun intensiver auf die Qualitätskontrolle der Produkte, die Wirtschaftlichkeit und die Weiterentwicklung konzentrieren. Wie es bei ihm weitergeht? In Planung steht noch ein Altwiener Kaffeehaus, das Herwig Gasser nicht in Wien, sondern in Baden eröffnen möchte. Dort sollen die Gäste dann Klassiker wie Doboschtorte oder Apfelstrudel genießen können. Wir freuen uns schon jetzt darauf!

Welche Zutaten hast du immer bei dir zu Hause im Kühlschrank?

Butter, Milch, Gemüse und Eier.

Dein größtes Missgeschick in der Küche?

Beim Ausliefern einer siebenstöckigen Hochzeitstorte waren wir in einen Auffahrunfall verwickelt. Dabei wurde die im Kofferraum verstaute Hochzeitstorte stark in Mitleidschaft gezogen. Es half nichts, die ganze Mannschaft musste in der Backstube antreten. Mit vereinten Kräften schafften wir es, eine neue Torte auf die Beine zu stellen.

Dein Lieblingslokal?

Ich bin zwar viel international unterwegs und sehe mir natürlich gewisse Betriebe an, aber ich bin kein Kopierer, sondern eher ein Mensch, der Trends selbst setzen möchte. Meinen ganzen Werdegang entscheidend beeinflusst hat mit Sicherheit Karl Eschlböck, Österreichs erster Drei-Hauben-Koch (Restaurant „Mein Plomberg“ am Mondsee), bei dem ich in der Pâtisserie gearbeitet habe.

Was sind deine Zukunftsträume?

Mein Wunsch ist es, mein in 40 Jahren erworbenes Know-how an junge Konditoren weiterzugeben. Ich sehe es als große Verpflichtung, der Jugend mit Rat und Tat zur Seite zu stehen.

Aus welchen Gerichten würde deine Henkersmahlzeit bestehen?

Wenn schon, denn schon! Ich würde mir ein dreigängiges Menü wünschen. Die Vorspeise wäre ein Gemüsesalat mit Kohlrabi, Paradeisern, Gurken, Radieschen, Karotten, Zucchini, Kürbissen und Blattsalaten. Das Gemüse dafür müsste allerdings aus meinem Garten sein. Hauptspeise müsste eine Eierspeise mit Kurkuma und Kürbiskernöl sein. Die Eier dafür müssten natürlich aus meiner privaten Seidenhühnerzucht stammen. Und als Dessert würde es ein leichtes Limettensorbet geben.



SÜSSES VOM FEINSTEN

.....

Konditoreien

Auhof Center
Albert-Schweitzergasse 6,
1140 Wien

Öffnungszeiten:
Mo. bis Sa. 8:30 - 20 Uhr
So. & Feiertage 9 - 18 Uhr

Kaiserhaus Baden
Hauptplatz 17, 2500 Baden

Öffnungszeiten:
Mo. bis So. 8 - 19 Uhr
(7. Jänner – 31. März)
Mo. bis So. 8 - 20 Uhr
(1. April – 6. Jänner)

www.suessesvomfeinsten.eu



Kürbis

ÜBER ALLES

Was wäre der Herbst ohne das wunderbare Orange und den fabelhaften Geschmack von Kürbissen? Das Lieblingsgemüse lässt sich in zahlreichen Varianten immer wieder neu einsetzen. Man kann es füllen, frittieren, schmoren oder auch zu einem g'schmackigen Auflauf verarbeiten. Wir zelebrieren Kürbisse in fünf stimmungsvollen Herbstrezepten, die Sie unbedingt ausprobieren sollten!

FOTOS Michael Rathmayer **REZEPTE** Wolfgang Schlüter

Gefüllter Kürbis

MIT FASCHIERTEM UND WURZELGEMÜSE

4 Portionen, Zubereitung ca. 90 Minuten, zum Kühlen ca. 30 Minuten

- 4 mittlere Hokkaido (je ca. 500 g)

Fülle:

- 100 g Lauch
- 300 g Wurzelgemüse
(Karotte, Gelbe Rübe)
- 1 kg Faschiertes vom Rind
- 3 EL Öl
- 70 g glattes Mehl
- 70 g Butter
- 125 ml Weißwein
- 650 ml Milch
- 150 g Crème fraîche
- 100 g Bergkäse (gerieben)
- 2 EL Zitronensaft
- 1 TL Petersilie (gehackt)

- Salz, Pfeffer, Muskat

1. Rohr auf 180°C vorheizen. Die Kappen der Kürbisse im oberen Drittel als Deckel abschneiden. Kerne aus den Kürbissen herauslösen. Kürbisse, falls sie nicht gerade stehen, an der Unterseite gerade schneiden. Kürbisse und Deckel im Rohr ca. 50 Minuten backen.

2. Für die Fülle Lauch längs aufschneiden und waschen. Wurzelgemüse schälen. Lauch und Wurzelgemüse in ca. 1 cm große Stücke schneiden und in Salzwasser bissfest kochen. Abseihen und abtropfen lassen. Parallel dazu Faschiertes in Öl rundum anbraten, in ein Sieb leeren und gut abtropfen lassen.

3. Mehl in Butter hell anschwitzen, mit Wein ablöschen und mit Milch aufgießen. Crème fraîche einrühren und die Sauce dickcremig einköcheln. Faschiertes unterrühren und mitköcheln. Ragout vom Herd nehmen, mit der Hälfte vom Käse verfeinern und mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen. Petersilie einrühren.

4. Rohr auf Grillstellung vorheizen. Ragout in die Kürbisse füllen, mit übrigem Käse bestreuen und im Rohr (mittlere Schiene) überbacken. Als Beilage passt dunkles Brot.

Pro Portion: 1555 kcal | **EW:** 75 g | **Fett:** 102 g | **KH:** 82 g | **BE:** 6,3 | **Chol:** 293 mg

Weintipp

Dazu sollten Sie einen zart nussigen, mineralischen Neuburger Smaragd aus der Wachau mit Kernobst- und Kräuteraromen am Gaumen probieren.

Hokkaido im Tempurateig

MIT KÜRBISHUMMUS UND WASABISAUCE



4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten, zum Kühlen ca. 40 Minuten

- 750 g Hokkaido
- 20 g Koriander

Tempurateig:

- 100 g glattes Mehl
- 100 g Speisestärke
- 1 MS Backpulver
- 230 ml Wasser (*kalt*)
- 1 EL Weißwein
- 1 Prise Salz

Kürbishummus:

- 1 Dose gekochte Kichererbsen
(*Abtropfgewicht ca. 230 g*)
- 2 Knoblauchzehen
- 200 g Hokkaido
- 3 EL Zitronensaft
- 100 ml Gemüsesuppe
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Tahin
- ½ TL Kreuzkümmel (*gemahlen*)

Sauce:

- 100 g Lauch
- 100 g Stangensellerie
- 150 ml Gemüsesuppe
- 70 g Crème fraîche
- 1 TL Wasabi

- Salz, Pfeffer, Öl zum Backen

1. Für den Tempurateig alle Zutaten glatt rühren und zugedeckt für ca. 40 Minuten kühl stellen.
2. Für den Hummus Kichererbsen abspülen und abtropfen lassen. Knoblauch schälen und hacken. Kürbis grob raspeln, in ein Tuch einschlagen und gut ausdrücken. Kichererbsen, Knoblauch, Zitronensaft, Suppe, Olivenöl, Tahin und Kümmel pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Für die Sauce Lauch putzen, Sellerie schälen, beides klein schneiden. Suppe und Gemüse verrühren und ca. 8 Minuten köcheln. Crème fraîche einrühren und die Sauce cremig einkochen. Sauce mit Salz, Pfeffer und Wasabi verfeinern.
4. Rohr auf ca. 60°C vorheizen. Kürbis halbieren und die Kerne entfernen. Fruchtfleisch in dünne Spalten schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Ca. 3 Finger hoch Öl erhitzen. Kürbisspalten in den Teig tauchen und im heißen Öl in mehreren Arbeitsgängen backen. Herausheben, abtropfen lassen und im Rohr warm stellen.
6. Korianderblättchen von den Stielen zupfen. Kürbisspalten anrichten, mit Koriander garnieren und mit Hummus und Wasabisauce servieren.

Pro Portion: 885 kcal | EW: 15 g | Fett: 31 g | KH: 98 g | BE: 7,4 | Chol: 17 mg

Weintipp

Die perfekte Begleitung ist ein traubiger, extraktsüßer Gewürztraminer. Alte Reben mit Rosenaromen aus der Steiermark.





Fusilli-Hokkaido-auflauf

MIT ZIEGENFRISCHKÄSE

6 Portionen, Zubereitung ca. 90 Minuten

- 250 g Fusilli
 - 2 EL Semmelbrösel
 - 350 g Hokkaido
 - 100 g getrocknete Paradeiser
 - 3 mittlere Eier
 - 125 g weiche Butter
 - 125 g Saurrahm
 - 125 g Ziegenfrischkäse
 - 1 EL Salbei *(gehackt)*
 - 1 EL Thymian *(gehackt)*
 - 50 g Bergkäse *(gerieben)*
 - 2 EL Butter *(zerlassen)*
- Salat:**
- 250 g grüner Salat
 - 100 g Babyspinat
 - 30 ml weißer Balsamico
 - 30 ml Nussöl
-
- Salz, Pfeffer, Muskat, Butter

1. Fusilli in Salzwasser bissfest kochen, abseihen, abschrecken und gut abtropfen lassen.
2. Rohr auf 200°C vorheizen. Auflaufform (Inhalt ca. 2 l) mit Butter ausstreichen und mit Bröseln austreuen.
3. Vom Kürbis die Kerne entfernen. Kürbis in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Paradeiser trockentupfen und klein schneiden. Eier trennen. Butter cremig rühren, Dotter nach und nach untermischen. Abtrieb mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Zuerst Rahm und Frischkäse, dann Fusilli, Kürbis, Paradeiser, Salbei und Thymian in den Abtrieb rühren.
4. Eiklar mit 1 Prise Salz zu cremigem Schnee schlagen, die Hälfte vom Schnee in die Masse rühren, übrigen Schnee unterheben. Masse in die Form füllen, gleichmäßig verstreichen und mit Käse bestreuen. Auflauf mit Butter beträufeln und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 45 Minuten backen.
5. Salat zerpflücken, waschen, in mundgerechte Stücke teilen und mit dem Spinat mischen. Für die Marinade Balsamico salzen, pfeffern und mit dem Öl verrühren. Salat mit der Marinade vermischen.
6. Auflauf aus dem Rohr nehmen, portionieren, anrichten und mit dem Salat servieren. Eventuell mit Thymianblättchen bestreuen.

Pro Portion: 503 kcal | EW: 12 g | Fett: 42 g | KH: 22 g | BE: 1,5 | Chol: 187 mg

Weintipp

Hier bietet sich ein beerenfruchtiger Blauer Portugieser aus der Thermenregion an.



Butternuss-Shakshuka

MIT PARADEISERN UND
PETERSILIE

2 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

- 100 g rote Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 300 g Butternusskürbis
- 2 kleine Dosen Pelati (Abtropfgewicht 380 g)
- 150 g Feta
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Paprikapulver
- 1 kleiner Chili (gehackt)
- 5 EL Petersilie (gehackt)
- 4 mittlere Eier

• Salz, Pfeffer

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch klein würfeln. Kürbis schälen und grob raspeln. Pelati grob hacken. Feta in kleine Stücke teilen.
2. Rohr auf 190°C vorheizen. In einer beschichteten Pfanne (Ø ca. 26 cm) Olivenöl erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Kürbis darin bissfest schmoren. Dabei gelegentlich umrühren. Kreuzkümmel, Paprikapulver, Chili, Pelati und 2 EL von der Petersilie einrühren. Mischung salzen, pfeffern und ca. 10 Minuten köcheln.
3. Feta in die Sauce rühren. In die Sauce mit einem Löffel Vertiefungen drücken und die Eier behutsam hineingleiten lassen. Shakshuka im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 10 Minuten backen. Shakshuka salzen, pfeffern und mit übriger Petersilie bestreut servieren.

Pro Portion: 408 kcal | EW: 24 g | Fett: 23 g | KH: 33 g
BE: 1,7 | Chol: 486 mg

Getränketipp

Dazu sollten sie ein Bier oder einen trockenen, steirischen Roten Muskateller probieren.





Kürbis-Erdäpfelgulasch

MIT PIMENTOS

6 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

- 600 g speckige Erdäpfel
 - 600 g Hokkaido
 - 400 g Zwiebeln
 - 100 g Pimentos
 - 80 ml Öl
 - 30 g Paprikapulver (edelsüß)
 - 2 EL Apfelessig
 - 1,4 l Gemüsesuppe
 - 1 Lorbeerblatt
 - 2 EL Majoran (getrocknet)
 - 1 TL Kümmel (ganz)
 - 4 Knoblauchzehen
 - 20 g Speisestärke
 - 2 EL Wasser
 - 2 EL Majoran (gehackt)
-
- Salz, Pfeffer

1. Erdäpfel schälen, vom Kürbis die Kerne entfernen. Erdäpfel und Kürbis in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren und klein würfelig schneiden. Pimentos längs halbieren und die Kerne entfernen.

2. Zwiebeln in Öl goldgelb rösten, Paprikapulver einrühren und mit Essig ablöschen. Suppe zugießen, Kürbis, Erdäpfel und Lorbeer zugeben. Gulasch mit Salz, Pfeffer, Majoran, Kümmel und zerdrücktem Knoblauch würzen und 25 Minuten köcheln.

3. Gegen Ende der Garzeit Pimentos einrühren. Stärke mit Wasser mischen, in das Gulasch rühren und kurz mitköcheln. Lorbeerblatt entfernen. Gulasch anrichten und mit Majoran garniert servieren.

Pro Portion: 420 kcal | EW: 12 g | Fett: 18 g | KH: 59 g | BE: 3,8 | Chol: 5 mg

Weintipp

Eine vielschichtige Weißweincuvée von Rotgipfler und Zierfandler aus der Thermenregion verführt mit Düften von Litschi, Mango und Blütenhonig.



„Wie man sich füttert, so wiegt man“

Sabrina Krauland

Abnahme: 26,4 kg

**5 kg in 5 Wochen abnehmen!
MIT GARANTIE!**



Meine Erfolgsgeschichte

Ich kämpfe schon seit meiner Kindheit mit Übergewicht. Unzählige Diäten brachten keinen Erfolg. Eine Arbeitskollegin mit einer großartigen Figur erzählte mir schließlich von **WW**. Bereits vom ersten Workshop-Besuch an **purzelten die Kilos**, und rasch bekam ich ein Kompliment nach dem anderen. Ich musste nie hungern und lernte schnell, die Punkte für mich optimal einzuteilen. Mein Essverhalten wurde geregelter und vor allem bewusster! Ich konnte durch meine Abnahme viele Freundinnen begeistern, die ebenfalls tolle Erfolge erzielt haben. Wir tauschen Tipps aus und laden uns gegenseitig zum Essen ein. Durch WW bin ich auch zur Bergsteigerin geworden. Bewegung gibt

mir zusätzliche Kraft. Ich bin um **26 kg leichter** als letzten Sommer und kann meine Hosen um vier Nummern kleiner kaufen. Das ist ein unglaubliches Gefühl.

Der Anfang ist immer heute! All jenen, die mit ihren Kilos kämpfen, rate ich, nicht zu zögern – das Konzept ist wirklich lebbar. Ich bin unendlich dankbar, WW kennengelernt zu haben!

Sabrina Krauland

Aktion: jetzt mit gratis Einschreibung!

Gleich anmelden, und du sparst € 35,-.

**weightwatchers
Österreich**

WW ist nicht geeignet für Schwangere, Personen mit Essstörungen und Kinder unter 10 Jahren. Vor Beginn einer Abnahme sollte ärztlicher Rat eingeholt werden.
© 2019 WW International, Inc. Alle Rechte vorbehalten.

www.weightwatchers.at | Tel. 01 532 53 53

f WW Österreich | @ww_oesterreich



Tornado-Erdäpfel & bunte Gemüsespieße

FOTOS Barbara Ster REZEPT Charlotte Cerny

Unsere kleinen Gastköche Alexander und Johannes gingen sehr ambitioniert ans Werk und hatten großen Spaß in der GUSTO-Küche. Ihre Spieße schmeckten großartig.

6 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

- ♦ 4 Erdäpfel (möglichst längliche)
 - ♦ 2 Knoblauchzehen
 - ♦ 2 Zweige Rosmarin
 - ♦ 60 ml Olivenöl
 - ♦ 4 Mini-Paprika
 - ♦ 2 Pastinaken
 - ♦ 2 Karotten
 - ♦ 8 Schalotten
 - ♦ 100 g braune Champignons
 - ♦ 200 g Halloumi
- Dip:**
- ♦ 1 Knoblauchzehe
 - ♦ 250 g Sauerrahm
 - ♦ Schale und Saft von ½ Bio-Zitrone
-
- ♦ Meersalz, Pfeffer

Gut zu wissen:

Die Ja! Natürlich Bio-Bauern und andere nachhaltig wirtschaftende Bauern sind intensiv darum bemüht, allen Lebewesen im und über dem Boden ein gesundes Zuhause zu bieten, in dem sie sich wohlfühlen und gedeihen. Denn der Kreislauf der Natur ist so clever eingerichtet, dass das Zusammenspiel von Schädlingen und Nützlingen gut funktioniert.



1. Rohr auf 200°C Umluft vorheizen. 2 Backbleche mit Backpapier belegen. Erdäpfel waschen, auf Holzspieße stecken, spiralförmig einschneiden und auf ein Blech legen.
2. Knoblauch schälen und fein hacken. Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und fein hacken. Knoblauch, Rosmarin und Olivenöl vermischen, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Erdäpfel großzügig mit dem Rosmarinöl bestreichen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 45 Minuten goldbraun backen.





3. Paprika halbieren und putzen. Pastinaken und Karotten schälen und in Stücke schneiden. Schalotten schälen. Pilze putzen und halbieren. Halloumi in große Würfel schneiden.



4. Gemüse und Käse abwechselnd auf Spieße stecken und mit dem Rosmarinöl bestreichen. Mit den Erdäpfeln im Rohr ca. 30 Minuten backen.

5. Für den Dip Knoblauch schälen und fein hacken. Rahm, Knoblauch, Zitronenschale und -saft verrühren. Dip mit Salz und Pfeffer würzen und zu den Spießen servieren.



*Aufgespießtes
Bio-Gemüse
schmeckt und
bringt Freude an
den Tisch.*



Alexander & Johannes

.....

Unter der Leitung des älteren Bruders Alexander wurde geschält, geschnippelt und vor allem – viel genascht. Voller Begeisterung erzählten sie von den Koch- und Backerlebnissen mit Mama Leni. Johannes, der eine richtige Naschkatze ist, hat Gugelhupf, Muffins und Palatschinken mit Marillenmarmelade am liebsten. Alexander hingegen liebt es, mit seiner Mama zusammen Spaghetti Bolognese zu kochen und Pizza Margherita zu backen.

VORKOCHEN



Schweinsstelze



Einmal vorbereiten, danach ohne großen Aufwand vier abwechslungsreiche Gerichte zaubern: die „Vorkochen“-Rubrik ist zu einem beliebten Fixpunkt in GUSTO geworden. Diesmal machen wir Fleischtigern eine Freude und widmen uns der Stelze.

FOTOS Michael Rathmayer **REZEPTE** Wolfgang Schlüter



Schweinsstelze *Grundrezept*

8 Portionen, Zubereitung ca. 3 ½ Stunden

- ♦ 2 mittlere Schweinsstelzen
- ♦ 8 Knoblauchzehen
(zerdrückt)
- ♦ 4 EL Öl
- ♦ 1 Bund Wurzelwerk
- ♦ 1 Zwiebel
- ♦ 800 ml Gemüsesuppe
-
- ♦ Salz, Kümmel (gemahlen)

- 1.** Stelzen ca. 3 Stunden vor der Zubereitung zum Akklimatisieren aus dem Kühlschrank nehmen. Schwarte der Stelzen einschneiden, mit Salz, Kümmel und Knoblauch einreiben.
- 2.** Rohr auf 200°C vorheizen. Pfanne mit Öl ausstreichen. Stelzen in die Pfanne stellen, ins Rohr (untere Schiene / Gitterrost) schieben und knusprig braten (ca. 3 Stunden).
- 3.** Wurzelwerk putzen, Zwiebel schälen. Beides klein schneiden. Nach ca. 30 Minuten der Garzeit Gemüse zugeben und die Stelzen mit zwei Drittel von der Suppe untergießen.
- 4.** Gegen Ende der Garzeit Hitze auf 180°C reduzieren und die Stelzen fertig braten. Übrige Suppe zugießen. Stelzen aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Bratensaft abseihen und aufkochen.

Pro Portion: 520 kcal | EW: 43 g | Fett: 36 g | KH: 10 g | BE: 1 | Chol: 10 mg

Stelzen-Rotkrautsalat

mit Rettich und Nuss-Orangendressing

2 Portionen, Zubereitung ca. 30 Minuten

- ◆ 400 g Rotkraut
- ◆ 125 ml Orangensaft
- ◆ 40 ml Balsamico
- ◆ 2 MS Kümmel (*gemahlen*)
- ◆ 40 ml Walnussöl
- ◆ 100 g weißer Rettich
- ◆ 1 Bund kleine Radieschen
- ◆ 100 g Granatapfelkerne
- ◆ 1 EL Bohnenkraut (*gehackt*)
- ◆ 400 g Fleisch von der Schweinsstelze (*siehe Grundrezept*)

.....
◆ Salz, Pfeffer

1. Vom Rotkraut den Strunk ausschneiden, Kraut in möglichst feine Streifen schneiden. Für die Marinade Orangensaft, Balsamico, Salz, Pfeffer und 2 MS Kümmel verrühren und aufkochen. Kraut mit der Marinade und dem Öl übergießen, gut durchmischen, mit Frischhaltefolie zudecken und ca. 20 Minuten ziehen lassen.

2. Rettich schälen und Radieschen putzen. Beides in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Rettich, Radieschen, Granatapfelkerne und Bohnenkraut mit dem Salat vermischen. Von der Stelze die Kruste entfernen und in Stücke brechen. Fleisch in ca. 2 cm große Stücke schneiden und unter den Salat rühren. Salat anrichten und mit Schwartenstücken garnieren.

.....
Pro Portion: 748 kcal | **EW:** 45 g | **Fett:** 45 g | **KH:** 42 g | **BE:** 1,9 | **Chol:** 20 mg

Weintipp

Die perfekte Begleitung ist ein mineralischer Neuburger Federspiel aus der Wachau, mit Aromen von Walnuss, Mandeln und Quitte.





Perlweizenrisotto

mit Stelzenfleisch und Gemüse

4 Portionen, Zubereitung ca. 35 Minuten

- ◆ 100 g Karotten
- ◆ 100 g Gelbe Rüben
- ◆ 80 g Kohl
- ◆ 400 g Fleisch von der Schweinsstelze (siehe Grundrezept)
- ◆ 200 g Perlweizen
- ◆ 3 Knoblauchzehen (fein gehackt)
- ◆ 5 EL Rapsöl
- ◆ 300 ml Gemüsesuppe
- ◆ 2 EL Majoran (gehackt)
- ◆ 80 g Bergkäse (gerieben)

.....
◆ Salz, Pfeffer

1. Karotten und Gelbe Rüben schälen und grob raspeln. Vom Kohl die dicken Mittelrippen ausschneiden. Kohl in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Fleisch in ca. 2 cm große Stücke schneiden.

2. Perlweizen, Gemüse und Knoblauch im Öl anschwitzen, Suppe zugießen und aufkochen. Weizen bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten dünsten. Gegen Ende der Garzeit Fleisch und jeweils die Hälfte von Majoran und Käse einrühren.

3. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anrichten und mit übrigem Käse und Majoran bestreut servieren.

.....
Pro Portion: 655 kcal | **EW:** 34 g | **Fett:** 38 g | **KH:** 47 g | **BE:** 1 | **Chol:** 16 mg

Weintipp

Dazu passt ein fassgereifter, steirischer Morillon mit Geschmacksnoten von Macadamia, Kreuzkümmel, Kletzen und Piment.

Röstipizza

mit Stelzenfleisch, Brokkoli und Bergkäse

2 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten

- ◆ 500 g speckige Erdäpfel
- ◆ 1 mittleres Ei
- ◆ 1 EL glattes Mehl
- ◆ 2 EL Öl

Belag:

- ◆ 400 g Fleisch von der Schweinsstelze (siehe Grundrezept)
- ◆ 250 g Brokkoli
- ◆ 60 g Dijon-Senf
- ◆ 3 Knoblauchzehen (zerdrückt)
- ◆ 2 EL Kren (gerissen)
- ◆ 2 EL Öl
- ◆ 100 g Bergkäse (gerieben)

.....
◆ Salz, Pfeffer

1. Für den Belag Fleisch in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und eventuell halbieren. Brokkoli in Röschen teilen. Senf mit Knoblauch und Kren vermischen.

Erdäpfel schälen, grob raspeln und ausdrücken. Rasper salzen, pfeffern und mit dem Ei und Mehl vermischen.

2. In einer beschichteten Pfanne Öl erhitzen, Brokkoli darin unter öfterem Schwenken bissfest braten, salzen, pfeffern und aus der Pfanne nehmen.

3. Rohr auf Grillstellung vorheizen. Backblech dünn mit Öl bestreichen. Pfanne säubern und Öl darin erhitzen. Die Hälfte der Erdäpfelmasse darin verteilen, wenig flach drücken und beidseitig knusprig braten. Mit der zweiten Hälfte der Masse ebenso verfahren.

4. Erdäpfelpizzen auf das Backblech legen, mit der Senfmischung bestreichen, mit Stelzenfleisch und Brokkoli belegen und mit Bergkäse bestreuen. Pizzen im Rohr (mittlere Schiene) kurz überbacken.

.....
Portion: 1172 kcal | **EW:** 70 g | **Fett:** 77 g | **KH:** 58 g | **BE:** 4,3 | **Chol:** 153 mg

Weintipp

Dazu sollten Sie ein Glas jugendlichen Rosé aus dem Burgenland mit Beeren-Mandarinen-Nuancen am Gaumen probieren.





Stelze mit Thunfischsauce, Mangold, Kapern und Ei

2 Portionen, Zubereitung ca. 30 Minuten

- ◆ 400 g Fleisch von der Schweinsstelze
(siehe Grundrezept)

Thunfischsauce:

- ◆ 1 Dose Thunfisch (200 g Abtropfgewicht)
- ◆ 100 ml Gemüsesuppe
- ◆ 100 ml Weißwein
- ◆ 125 ml Schlagobers
- ◆ 1 EL Kapern
- ◆ 3 Sardellenfilets
- ◆ 3 Knoblauchzehen
- ◆ Schale von ½ Bio-Zitrone (abgerieben)
- ◆ 2 EL Zitronensaft

Garnitur:

- ◆ 1 gekochtes Ei
- ◆ 1 Salatherz
- ◆ 100 g roter Mangold
- ◆ 16 kleine Kapernbeeren mit Stiel

- ◆ Salz, Pfeffer

1. Für die Sauce Thunfisch in einem Sieb abtropfen lassen und zerteilen. Suppe, Wein und Obers verrühren, ca. 1 Minute köcheln, umfüllen und abkühlen lassen. Thunfisch, Kapern und Sardellen zugeben und die Mischung mit einem Stabmixer pürieren. Sauce mit Salz, Pfeffer, zerdrücktem Knoblauch sowie Zitronenschale und -saft würzen.

2. Kruste behutsam vom Fleisch lösen und eventuell klein schneiden. Fleisch in dünne Scheiben schneiden. Für die Garnitur Ei schälen und hacken. Salatherz zerpfücken.

3. Salat und Mangold anrichten, mit Fleisch, Kapern und Krustenstücken belegen. Mit Eiern bestreuen und mit der Sauce beträufelt servieren.

Pro Portion: 972 kcal | EW: 73 g | Fett: 68 g | KH: 12 g | BE: 1 | Chol: 195 mg

Weintipp

Dazu passt ein gelbgrüner, Apfel-Stachelbeer-duftiger Wiener Gemischter Satz DAC mit zarter Muskatnote.



Ehrlich nährt AM LÄNGSTEN. Bio mit Sicherheit.

Mit den Bio-Produkten von „natürlich für uns“ versprechen wir Ihnen nicht nur hochwertige Spezialitäten zu fairen Preisen – wir garantieren Ihnen darüber hinaus absolute Sicherheit und Ehrlichkeit. Konkret durch externe Gütesiegel und umfangreiche Informationen zu unseren Lieferanten und Produzenten.



Das ist Bio mit Mehrwert.



www.natuerlich-fuer-uns.at

Nah&Frisch
bei ausgewählten Kaufleuten

UNIMARKT
Genuss verbindet



Heimatkunde

Oberösterreich

Foto: iStockphoto.com

Ob man die Kulturhauptstadt Linz besucht, sich im Salzkammergut auf den Spuren der Kaiser bewegt oder durchs Mühlviertel wandert – in Oberösterreich findet man überall charmante Fleckchen, hervorragendes Essen und gastfreundliche Menschen.

Linz hat das Image als graue Industriestadt abgelegt und sich zu einer pulsierenden Metropole entwickelt. Die Altstadt hat sich reizend herausgeputzt, man findet historische Gebäude, schicke Läden, trendige Cafés, coole Bars, traditionsreiche Restaurants und Kaffeehäuser. Eine Institution ist die Konditorei Jindrak in der Herrenstraße. Hier bäckt man seit 90 Jahren die „Original Linzer Torte“. Sie gilt als die älteste Torte der Welt, wurde bereits 1696 namentlich im Kochbuch einer Gräfin erwähnt. Seit damals hat man die Rezeptur nicht großartig verändert, doch die Verpackung wird jedes Jahr von einem anderen Künstler gestaltet. Ein Hotspot für Genießer ist der Südbahnhofmarkt. Er ist der größte und



ich

bunteste der Linzer Lebensmittelmärkte und hat sechs Tage die Woche geöffnet. Besonders an Samstagen trifft man sich nach dem Einkauf bei einem der vielen Gastrostände, plaudert beim Essen und einem Gläschen. Der Treffpunkt für Nachtschwärmer ist der legendäre Leberkas Pepi in der Rathausgasse, wo man bis vier Uhr morgens snacken kann.

Für all jene, die sich für die Technik der Zukunft interessieren, ist ein Besuch im Ars Electronica Center ein Must, für Kunstsinnige das Lentos Kunstmuseum und die Open-Air-Galerie Mural Harbor sollte sich sowieso niemand entgehen lassen. Auf den alten Industriebauten und Hauswänden im Hafen haben sich Künstler aus

30 Nationen mit teilweise überdimensionalen Graffitis verewigt. Ein Ausflug auf den Pöstlingberg ist für Groß und Klein ein Abenteuer. Steigt man am Hauptplatz in die Pöstlingbergbahn, macht man eine wunderbare Sightseeingtour, kann auf halber Strecke beim Zoo einen Stopp einlegen, bevor es dann zur Endstation am Linzer Hausberg geht. Von dort oben hat man den perfekten Blick, kann einen Spaziergang zum Wahrzeichen der Stadt, der Wallfahrtsbasilika, machen. Wer mit Kindern unterwegs ist, sollte eine Fahrt mit der Grottenbahn einplanen. Wem der Sinn nach Hausmannskost steht, kann sich beim Kirchenwirt oder im Schössl Restaurant stärken, wer eine pikante Jause möchte, kehrt beim Freiseder ein.

Blunzentascherl mit Most-Kremsauce



4 Portionen, Zubereitung ca. 1 ¼ Stunden

Erdäpfelteig:

- ♦ 500 g gekochte Erdäpfel (vom Vortag)
- ♦ 100 g griffiges Mehl
- ♦ 50 g Maisgrieß
- ♦ 60 g Speisestärke
- ♦ 1 mittleres Ei

Fülle:

- ♦ 250 g Blutwurst
- ♦ 1 mittlere Zwiebel
- ♦ 1 Knoblauchzehe
- ♦ 2 EL Butterschmalz
- ♦ 1 mittleres Ei
- ♦ 1 EL Majoran

Most-Kremsauce:

- ♦ 100 g Zwiebeln
- ♦ 2 EL Butter
- ♦ 100 ml Most
- ♦ 125 ml Gemüsesuppe
- ♦ 125 ml Schlagobers
- ♦ 1 TL Speisestärke
- ♦ 2 TL Wasser
- ♦ 3 EL frischer Kren (gerissen)

- ♦ Salz, Pfeffer, Mehl, Butterschmalz

1. Für die Fülle Blutwurst enthäuten und fein raspeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, klein würfeln und in Butterschmalz anschwitzen. Mischung umfüllen und mit der Blutwurst vermischen. Ei und Majoran untermengen. Fülle mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Für die Sauce Zwiebeln schälen, klein würfeln und in Butter anschwitzen. Mit Most und Suppe ablöschen. Obers zugießen, Sauce ca. 1 Minute köcheln. Stärke mit Wasser vermischen, in die Sauce rühren und mitköcheln. Kren einrühren, Sauce mit dem Stabmixer aufschlagen.
3. Für den Teig Erdäpfel schälen, fein raspeln und mit Mehl, Grieß, Stärke, Ei und 1 Prise Salz glatt verkneten. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 5 mm dick ausrollen. Aus dem Teig 24 Scheiben (Ø ca. 7 cm) ausstechen, die Ränder mit Wasser bestreichen. Etwas außerhalb der Mitte jeder Scheibe ein Häufchen von der Fülle setzen. Teig über die Fülle klappen und die Ränder gut zusammendrücken.
4. Reichlich Salzwasser aufkochen. Tascherl darin ca. 2 Minuten köcheln, herausheben, abschrecken und mit Küchenpapier trockentupfen.
5. In einer großen Pfanne ca. 1 cm hoch Butterschmalz erhitzen, Tascherl einlegen und beidseitig knusprig braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier trockentupfen. Tascherl mit der Sauce anrichten. Dazu passt Chinakohlsalat.

Foto: Dieter Brasch Rezept: Sabina Hohnjec

Pro Portion: 776 kcal | EW: 15 g | Fett: 59 g | KH: 51 g | BE: 3,3 | Chol: 150 mg

Regionales

Quer durch
Oberösterreich

Most

Sei es aus Äpfeln, Birnen oder aus beiden – Most ist leicht alkoholisch, sehr erfrischend und schmeckt fruchtig mit einer herben Note. In Oberösterreich gibt es rund 1,2 Millionen Streuobstbäume auf rund 15.000 Hektar Fläche, jährlich werden hier 3,5 Millionen Liter Most produziert. Man setzt vermehrt auf Qualität, die Verarbeitungstechnik gleicht inzwischen jener von Wein und die Produktion von Qualitätsmost ist in der Obstweinverordnung geregelt. Für viele ist er ein Kultgetränk, es gibt Verkostungen, Prämierungen und Vereinigungen, die sich für den Erhalt der Streuobstwiesen einsetzen und den Most als Kulturgut sehen. War er früher nur Durstlöscher, ist er heute für viele der perfekte Speisenbegleiter und wird gekühlt aus einem Stielglas getrunken.



Leinöl aus dem Mühlyviertel

Die Leinpflanze ist eine der ältesten Kulturpflanzen. Schon die alten Ägypter gewannen daraus die Leinenfaser, Leinsamen und das Öl, dem wohltuende und sogar heilende Wirkung zugeschrieben wurde. Kalt gepresstes Leinöl enthält viele Vitamine, Omega-3-Fettsäuren und Linolsäure. In der Mühlyviertler Ölmühle, die seit 250 Jahren im Besitz der Familie Kolbmiller ist, presst man seit mehr als 600 Jahren wertvolles Lein-, Hanf-, Kürbiskern-, Sesam-, Mohn-, Distel-, Raps- und Sonnenblumenöl. Zudem gibt's hier auch sämtliche Mehle und Saaten. Übrigens, Leinölerdäpfel sind eine Mühlyviertler Spezialität. Dafür werden Erdäpfel gekocht, in Scheiben geschnitten, mit heißer Milch verrührt, mit Rahm verfeinert und mit Leinöl beträufelt.

Mühlyviertler Ölmühle

4170 Haslach; www.oelmuehle-haslach.at



Tragweiner Bier

In Oberösterreich gibt es 56 Brauereien, darunter viele Klein- und Gasthausbrauereien. Das Mühlyviertel, wo sich das größte Hopfenanbaugebiet Österreichs befindet, gilt als die Bierhochburg, schließlich blickt man auf eine weit über 500 Jahre alte Brautradition zurück. Doch hier gibt es nicht nur traditionelle, sondern auch sehr innovative Brauer. So etwa die Beer Buddies. „Wir, das sind Dr. Andreas Weilhartner und Dr. Christian Semper, sind schon lange leidenschaftliche Bierbrauer. 2014 beschlossen wir endgültig unser Hobby zum Beruf zu machen und uns ganz dem Bierbrauen zu widmen. Mit dem Tragweiner Gut, einem Hof mit historischen Wurzeln im schönen Mühlyviertel, fanden wir den perfekten Standort. In naturnaher Umgebung entstehen nun unsere Bierspezialitäten.“ Die Beer Buddies setzen auf Regionalität, Nachhaltigkeit und Natürlichkeit. Sie beziehen den Großteil des Hopfens direkt aus der Region, das Malz stammt aus österreichischer Landwirtschaft und der eigene Tiefbrunnen garantiert die Reinheit der Biere, die alle mit hochwertigem, natürlichem Mühlyviertler Urgesteinswasser gebraut werden. Die Biere gibt's in ausgesuchten Läden und Lokalen, sowie jeden Freitag von 14 bis 18 Uhr beim Rampenverkauf in Tragwein.

Bier Buddies

4284 Tragwein, Zeller Straße 44
www.thebeerbuddies.at



Mühlthalhof

Die Lage am aufgestauten Fluss „Große Mühl“ ist idyllisch, das Haus eine lässige Mischung aus Altem, Designem, zeitgenössischer Kunst, regionalen Einsprengseln und ausgefallenen Details. Ob in der Suite oder im Mansardenzimmer – hier wohnt man einfach traumhaft. Entspannung findet man in „Iras Kosmetik- und Beauty-Oase“ mit Ruheraum am Flussufer, Sanarium und Dampfbad. Das Essen im Mühlthalhof ist einfach großartig. Experimentierfreudige setzen auf die „Carte blanche“, heißt vier oder sechs Gänge, mit dem Besten, was die Region zu bieten hat. Philip Rachinger widmet sich gekonnt den Produkten der Umgebung, um ihnen einen neuen, oft verblüffenden Auftritt zu geben. So wird das Mühlviertel auf raffinierte Weise schmeckbar, ebenso wie bei seinem Vater Helmut. Dieser lädt gleich nebenan im Fernruf 7, einem ehemaligen Stadl, zu sehr individuellen Gourmeterlebnissen mit Bodenhaftung.

Hotel-Restaurant Mühlthalhof

4120 Neufelden, Unternberg 6, www.muehlthalhof.at

Gutes vom Gustergut

Barbara Wallisch und Irene Wurm veredeln alles, was auf ihrem Gustergut schon lange gepflegt wird: Äpfel, Birnen, Trauben und viele andere Früchte und Obstsorten. Sie produzieren Edelbrände, Wein, Schaumwein, Most, Saft, Pesto und Fruchtaufstriche. „Jedes Obst und jede Frucht geht durch unsere Hände, denn wir pflücken zu 100 Prozent ohne Hilfe von Maschinen. Mit viel Gespür für die Eigenschaften der Frucht wird weiterverarbeitet, gepresst, vinifiziert – kurz: veredelt. Durch Professionalität in der Herstellung und mit Respekt vor dem Gewachsenen entstehen unsere Erzeugnisse am Gustergut, die Essenz aus der Natur“, so die Geschwister Wurm.

Gustergut Geschwister Wurm

4490 St. Florian, Weilling 10, www.wwurm.at



Private Suite im Kloster

Die Familie Gröller hat in Traunkirchen ein genussvolles Urlaubsrefugium geschaffen: Das Traunsee ist bekannt für die 3-Haubenküche von Lukas Nagl und die schicken Suiten. Das Hotel Post beherbergt das gemütliche Wirtshaus Poststube 1327. Das neue Hideaway heißt **Private Suite Kloster Refugium**. In der großzügigen Wohnung in einem historischen Gebäude aus dem 11. Jahrhundert auf der Halbinsel des Sees macht das Klosterleben Freude. „Manche Gäste möchten im Urlaub individuell wohnen und dennoch die Annehmlichkeiten, wie Restaurants und Spa, eines Hotels genießen. Diese Möglichkeit wollen wir mit der Neueröffnung schaffen“, so Wolfgang Gröller. Man kann ein Kloster-Doppelzimmer (ab € 140,-) oder die gesamte Wohnung inklusive Wohn- und Esszimmer, Küche, Extra-Raum für Besprechungen und den beiden Doppelzimmern (für 4 Personen, ab € 350,-) buchen.

Seehotel Das Traunsee, Klosterplatz 4, 4801 Traunkirchen
www.traunseehotels.at



Da bin ich mir sicher.

FRISCH AUS DER... BACKBOX



Meisterbrezen,
Altheim,
Oberösterreich



Fischer Brot,
Linz,
Oberösterreich



RING Die Bäckerei,
Linz,
Oberösterreich



Kuchen-Peter,
Hagenbrunn,
Niederösterreich



**Wildschönauer
Backstube,**
Hochtal Wildschönau/
Oberau, Tirol



**Guschlbauer
Backwaren,**
Waizenkirchen,
Oberösterreich



Ur-Guat Backstube,
Liesing,
Wien



**Thurner
Feinbackwaren,**
Steinberg-Dörfel,
Burgenland



Knusperstube,
St. Gertraud,
Kärnten



Alpenbäck,
Graz,
Steiermark

Brot & Gebäck von unseren regionalen
Lieferanten aus ganz Österreich

BACKBOX

**Chrunchy Nuss-Nougat-
Croissant**



per Stück

7,89

BACKBOX

**Vitales
Eiweißweckerl**



per Stück

7,59

BACKBOX

**Saftiges
Krustenbrot**

750 g



per Stück

1,59

2,12/kg

Abgabe nur in Haushaltsmengen und solange der Vorrat reicht. Kein Flaschenpfand, inkl. sämtlicher Steuern. Alle Artikel ohne Dekoration. Die Abbildungen verstehen sich als Serviervorschläge bzw. Symbolfotos. Bitte beachten Sie, dass vereinzelte Filialen ein abweichendes Sortiments- und Aktionsartikelangebot führen. Diese sind auf hofer.at/filialen zu finden sowie vor Ort entsprechend gekennzeichnet. Technische und optische Änderungen sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten.



hofer.at



Himmlicher Topfen

Ob in einem saftigen Kuchen, in knusprigem Blätterteig, flaumigen Palatschinken, in Kombination mit fruchtigem Powidl oder feinen Nüssen – Süßes mit Topfen schmeckt einfach himmlisch.

FOTOS Barbara Ster REZEPTE Charlotte Cerny

Russischer Zupfkuchen

12 Stück, Zubereitung ca. 1 ½ Stunden, zum Kühlen ca. 1 Stunde

Mürbteig:

- 300 g glattes Mehl
- 30 g Kakao
- 1 TL Backpulver
- 150 g Kristallzucker
- 1 mittleres Ei
- 150 g weiche Butter
- 4 EL Milch

Fülle:

- 500 g Topfen (20 % Fett)
- 250 g Butter (zerlassen)
- 180 g Kristallzucker
- 3 mittlere Eier
- 1 Pkg. Vanille-Puddingpulver

-
- Mehl

1. Für den Teig Mehl, Kakao, Backpulver, Zucker, Ei, Butter und Milch verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und für ca. 1 Stunde kalt stellen.

2. Topfen, Butter, Zucker, Eier und Puddingpulver verrühren.

3. Rohr auf 180°C vorheizen. Drei Viertel vom Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und eine Springform (Ø 20 cm) damit auslegen. Überstehenden Rand wegschneiden. Topfenmasse darin verstreichen. Übrigen Teig zerpulfen und darauf verteilen.

4. Kuchen im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 1 Stunde backen. Rohr ausschalten und den Kuchen bei leicht geöffneter Tür im Rohr auskühlen lassen. Zupfkuchen aus der Form lösen und servieren.

Pro Stück: 527 kcal | EW: 11 g | Fett: 31 g | KH: 53 g | BE: 4,1 | Chol: 147 mg

Tipp: Die Mengenangaben passen auch für Springformen mit 22 oder 24 cm Durchmesser. Der Kuchen wird dadurch etwas flacher und die Backzeit ein wenig kürzer.

Schillerlocken

mit Topfen-Eierlikörcreme

12 Stück, Zubereitung ca. 1 Stunde

- 2 Rollen Blätterteig (je ca. 270 g)
- 1 Ei (verquirlt)

Topfencreme:

- 150 ml Schlagobers
- 400 g Topfen (20 % Fett)
- 80 ml Eierlikör
- 80 g Kristallzucker
- 150 g weiße Kuvertüre (geschmolzen)

- Öl, Staubzucker

1. Rohr auf 200°C vorheizen. Backpapier auf ein Backblech legen. Schillerlocken-Formen mit Öl bepinseln.

2. Blätterteig in 3 cm breite Streifen schneiden und überlappend um die Schillerlocken-Formen wickeln. Schillerlocken auf das Blech legen und mit Ei bestreichen. Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 20 Minuten goldbraun backen.

3. Herausnehmen und noch warm von den Formen lösen.

4. Für die Creme Obers steif schlagen. Topfen, Eierlikör und Zucker verrühren. Kuvertüre untermischen. Obers unterheben. Creme in einen Dressiersack mit Sterntülle füllen. Schillerlocken mit der Creme füllen und mit Staubzucker bestreut servieren.

Pro Stück: 382 kcal | EW: 8 g | Fett: 25 g | KH: 31 g | BE: 2,4 | Chol: 77 mg







Topfen-Powidlbröt

10 Stück, Zubereitung ca. 1 ½ Stunden, zum Gehenlassen ca. 1 ½ Stunden

Germteig:

- 200 ml Milch
- 1 Würfel Germ (42 g)
- 80 g Kristallzucker
- 100 g weiche Butter
- 1 mittleres Ei
- 500 g glattes Mehl

Fülle:

- 200 g Topfen (20 % Fett)
- 80 g Kristallzucker
- 1 Pkg. Vanillezucker
- Schale von ½ Bio-Zitrone (abgerieben)
- 120 g Powidl

Glasur:

- 150 g Staubzucker
- 2 EL Zitronensaft

.....
• Mehl, Butter

1. Milch erwärmen, Germ darin auflösen. Zucker, Butter, Ei, Mehl und die Germmischung zu einem glatten Teig verkneten. Teig mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.
2. Für die Fülle Topfen, Zuckersorten und Zitronenschale verrühren.
3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und rechteckig ausrollen. Ränder evtl. begradigen. Teig in Quadrate (10 x 10 cm) schneiden. Teigstücke zuerst mit etwas Powidl und dann mit der Topfenfülle bestreichen.
4. Kastenform (22 x 11 cm) mit Butter einfetten und hochkant auf die Arbeitsfläche stellen. Teigquadrate übereinander in die Form schichten. Mit Frischhaltefolie abdecken. An einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.
5. Rohr auf 180°C vorheizen. Frischhaltefolie entfernen. Powidlbröt im Rohr (zweite Schiene von unten) ca. 1 Stunde backen. Wird die Oberfläche zu schnell dunkel, das Brot mit Alufolie locker abdecken.
6. Für die Glasur Zucker und Zitronensaft glatt rühren. Topfenbröt mit der Glasur beträufeln und noch warm servieren.

.....
Pro Stück: 449 kcal | EW: 11 g | Fett: 10 g | KH: 80 g | BE: 5,9 | Chol: 46 mg

Überbackene Topfen-Vanille-Palatschinken

6 Portionen, Zubereitung ca. 2 Stunden

Teig:

- 300 g glattes Mehl
- 20 g Kakao
- 500 ml Milch
- 6 mittlere Eier

Guss:

- 400 ml Schlagobers
- 200 ml Milch
- 3 mittlere Eier
- 80 g Kristallzucker
- 1 Pkg. Vanillepudding-Pulver

Fülle:

- 2 mittlere Eier
- 400 g Topfen (20 % Fett)
- 80 g Kristallzucker
- 1 Pkg. Vanillezucker

- Öl, Staubzucker

1. Für den Palatschinkenteig Mehl, Kakao und Milch glatt rühren. Eier zugeben und kräftig einrühren. Teig ca. 20 Minuten rasten lassen.
2. In einer Pfanne (Ø 20 cm) 1 TL Öl erhitzen – der Boden sollte nur mit einem dünnen Fettfilm überzogen sein. Teig eingießen. Pfanne drehen und den Teig gleichmäßig verlaufen lassen, so dass der Boden zur Gänze bedeckt ist.
3. Palatschinke backen, bis die Oberfläche trocken ist. Palatschinke behutsam mit einer Palette lösen und in einem Schwung wenden. Auf der zweiten Seite gar backen. Aus dem übrigen Teig 9 weitere Palatschinken backen.
4. Für die Fülle Eier trennen. Topfen, Zuckersorten und Dotter verrühren. Eiklar cremig schlagen und unterheben.
5. Rohr auf 180°C vorheizen. 1 Palatschinke auflegen, im unteren Drittel überlappend eine zweite Palatschinke auflegen und mit der Fülle bestreichen. Palatschinken von unten nach oben eng aufrollen. Restliche Palatschinken ebenso verarbeiten.
6. Für den Guss Obers, Milch, Eier, Zucker und Puddingpulver verrühren und in eine Auflaufform (25 x 20 cm) füllen. Palatschinken in dicke Stücke schneiden, so dass sie mit der Schnittseite noch leicht über den Guss herausragen. Stücke in die Form schichten. Im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 40 Minuten backen. Herausnehmen und mit Staubzucker bestreuen.

Pro Portion: 799 kcal | EW: 32 g | Fett: 38 g | KH: 84 g | BE: 6,5 | Chol: 466 mg







Topfenröllchen

mit Haselnuss-Rumfülle

6 Stück, Zubereitung ca. 1 ½ Stunden

Topfenteig:

- ♦ 300 g glattes Mehl
- ♦ 150 g Topfen (20 % Fett)
- ♦ 80 ml Milch
- ♦ 50 ml Öl
- ♦ 80 g Kristallzucker
- ♦ 1 Pkg. Vanillezucker
- ♦ 1 Pkg. Backpulver

Nussfüllung:

- ♦ 150 g Haselnüsse (*gerieben*)
- ♦ 80 g Rosinen
- ♦ 80 g Kristallzucker
- ♦ 70 ml Schlagobers
- ♦ 3 EL Rum
- ♦ ½ TL Zimt

Zum Fertigstellen:

- ♦ 1 Ei (*verquirlt*)
- ♦ 30 g Mandelblättchen

♦ Mehl, Staubzucker

1. Rohr auf 180°C vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Für den Teig Mehl, Topfen, Milch, Öl, Zuckersorten und Backpulver glatt verkneten.
2. Für die Fülle Nüsse, Rosinen, Zucker, Obers, Rum und Zimt vermischen.
3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rechteckig ausrollen und in 6 Streifen schneiden. 1 EL der Nussfülle am unteren Ende von jedem Streifen verteilen. Teigstreifen von unten nach oben über die Fülle einrollen.
4. Teigröllchen auf das Blech legen. Mit Ei bestreichen und mit Mandelblättchen bestreuen. Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 25 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und mit Staubzucker bestreut servieren.

Pro Stück: 683 kcal | EW: 15 g | Fett: 32 g | KH: 84 g | BE: 6,6 | Chol: 48 mg



Kremser Senf

Der eher süßliche Kremser Senf zählt neben dem Estragonsenf zu den beliebtesten Senfsorten des Landes. Welche von insgesamt sieben in Österreich gängigen Kremser-Senf-Marken den höchsten Genuss verspricht, hat die ÖGVs – Gesellschaft für Verbraucherstudien – nun in Kooperation mit der Universität Wien ermittelt.

Gesamturteil: Kremser Senf

Note	Marke	in Punkten
1,0	Lomée	6,71
1,1	Mautner Markhof	6,56
1,5	Winarom	6,19
1,8	Clever	5,87
1,9	Albatros	5,82
3,3	Ramsa	4,37

EINFACH MEHR

Aus grob gemahlenden Senfsamen wurde im Jahr

1851 in Krems

an der Donau eine Paste hergestellt, die rund 170 Jahre später als „Kremser Senf“ buchstäblich in aller Munde war.

Foto: istockphoto

So wurde getestet

Die vom Department für Ernährungswissenschaften der Universität Wien durchgeführte Untersuchung gliedert sich in zwei Teile. Im ersten Schritt unterzogen die Prüfer die Produkte einer Quantitativen Deskriptiven Analyse (QDA nach Stone et al. (1974)). Es wurden 21 produkt-spezifische Attribute der Kategorie Aussehen, Geruch, Flavour, Geschmack, Mundgefühl & Textur sowie Nachgeschmack inklusive Definitionen festgelegt, anhand derer der Kremser Senf beschrieben werden konnte. Anschließend evaluierten die Prüfer alle Produkte in randomisierter Reihenfolge entsprechend dieser Attribute auf einer Skala von 0 bis 10 (0 = nicht wahrnehmbar, 10 = sehr intensiv) und erstellten für jede Marke ein spezifisches sensorisches Produktprofil. Auf Basis dieser Auseinandersetzung mit den Senf-Proben nahmen die Prüfer in einem zweiten Schritt eine Gesamtbewertung für jede der untersuchten Marken vor. Die Prüfung fand im Sensorik-Labor des Departments für Ernährungswissenschaften der Universität Wien statt.

Testsieger

Mit dem besten Gesamteindruck konnte sich der Lomée Kremser Senf auf dem ersten Rang platzieren. Dabei war es vor allem die gelungene Gesamtkonzeption, die die Prüfer für sich einnahm. Er zeigte – bis auf den intensivsten Senfgeruch – keine Auffälligkeiten, sondern bewegte sich sowohl beim Flavour als auch Geschmack im Vergleich zu den anderen in allen Aspekten eher im Ausprägungs-Mittelfeld. Den zweiten Platz sicherte sich der Kremser Senf von Mautner Markhof. Das mit einem Einschlag ins Dunkelbraune auch farblich markante Produkt des Traditionsunternehmens wies den intensivsten Senf-Flavour auf und präsentierte sich weniger süß und salzig, dafür etwas saurer und bitterer als der Lomée-Senf. Einen ebenfalls intensiven Senfgeruch sowie einen ausgeprägten Senf-Flavour attestierten die Prüfer dem Winarom Kremser Senf. Kein anderer Senf fühlte sich zudem glatter, homogener im Mund an als das Produkt aus dem Hause Lidl, so dass der Winarom-Senf den drittbesten Gesamteindruck aller verkosteten Varianten hinterließ. Auf den weiteren Plätzen folgten die Produkte von Clever, Albatros und Ramsa.



Kochen Sie mit uns!

DIE KOCHKURSE IN
DER **GUSTO-KÜCHE**

Jetzt buchen auf: **GUSTO.at**

GUSTO
KOCHKURSE

Der Blick hinter die Kulissen ...

Die Redaktion gibt an dieser Stelle persönliche Einblicke in die GUSTO-Welt und zeigt kulinarische Entdeckungen inner- und außerhalb der Arbeit. Viel Spaß!



Bei unseren Ausflugsgeschichten geht es immer fürchterlich seriös zu. Spaß und Gelächter? Auf gar keinen Fall! In der Konditorei Gasser war die Stimmung besonders ernst ;-)



Unsere Anna hat ein erklärtes Liebesshooting im Jahr: das Gansl-Shooting! Diesmal fand sie die Gerichte (ab S. 34) so gelungen, dass das Gansl gleich ein dickes Bussi kassiert hat.

Von Lesern nachgekocht:

Sebastian schneidet Mama Marion Bichler die GUSTO-Rezepte aus, die ihm gefallen. Zum 4. Geburtstag hat er sich eine „Schweinchen im Schlammbad“-Torte und eine Regenbogentorte ausgesucht! Alles Liebe auch von uns!



Sie haben ein GUSTO-Rezept ausprobiert? Schicken Sie uns ein Foto davon an redaktion@gusto.at! Jedes abgedruckte Bild wird mit einem Kochbuch belohnt.



Die Arbeit unseres Fotografen Dieter Brasch gleicht beim Tischshooting der eines Zirkusartisten. Über Tische balancieren, feines Porzellan hin- und herjonglieren, und zwischendurch Clowns und wilde Tiere (ja, damit könnte die GUSTO-Redaktion gemeint sein) davon abhalten, zu früh etwas vom Tisch zu naschen.



Bei uns wird seit Wochen fürs große Kekserlshooting gebacken. Ständig riecht es nach Weihnachtskekzen ... und niemand darf zugreifen! Was für eine Qual ...

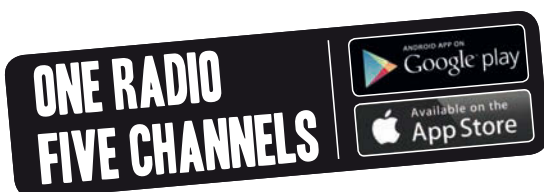


Im letzten Heft haben wir es schon verraten: unser Schlü ist 60 geworden! Nun haben wir ihn so richtig hochleben lassen. Davon, dass es bei der rauschenden Geburtstagsfeier auch eine Photobox gab, haben die anderen Gäste übrigens nicht so viel gehabt. Wie die Fotos zeigen, war sie wohl die meiste Zeit vom GUSTO-Team blockiert. Entschuldigung ;-)

Bei der Recherche für eine Geschichte in unserer aktuellen Lola (Haben Sie schon reingelesen? Nein? Dann wird es aber höchste Zeit!) haben Natascha und Susanne ihr Lieblingsshirt entdeckt: „Eat spaghetti to forgetti your regretti!“ Kurze Zeit später sind die beiden Nudelverdrücker damit schon in der Redaktion aufgekreuzt #teamspaghetti



GEHT ZUM EINEN OHR REIN. UND BLEIBT DANN DRIN.



Superfly.fm
Your Soul Radio

ENDL



Impressum: Head of Sales: Klaus Edelhofer. Erstellt von: VGN Content Marketing & Corporate Publishing. Leitung: Mag. Sabine Fanfule, MBA.
Redaktion: Barbara Knapp, Patrick Schuster. Layout und Bildbearbeitung: Lubomir Tzolov. Fotoredaktion: Susanne Gröger

ICH

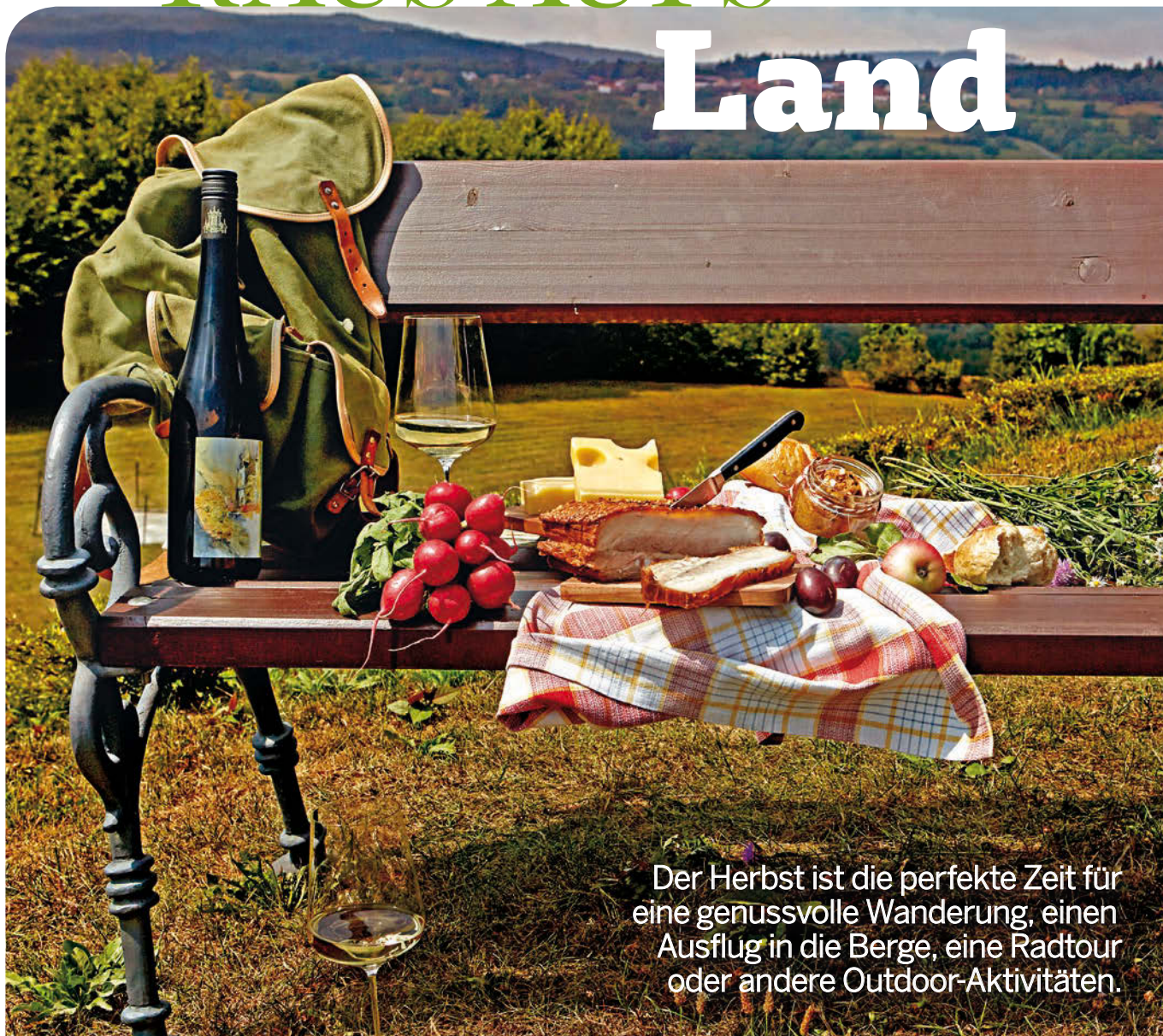
Jetzt heißt es die letzten warmen Sonnenstrahlen genießen! Egal, ob Sie eine Wanderung oder einen Kurzurlaub planen oder es sich einfach zuhause gemütlich machen – nützen Sie die Zeit!

Herbst



Foto: Istockphoto

RAUS AUF'S Land



Der Herbst ist die perfekte Zeit für eine genussvolle Wanderung, einen Ausflug in die Berge, eine Radtour oder andere Outdoor-Aktivitäten.

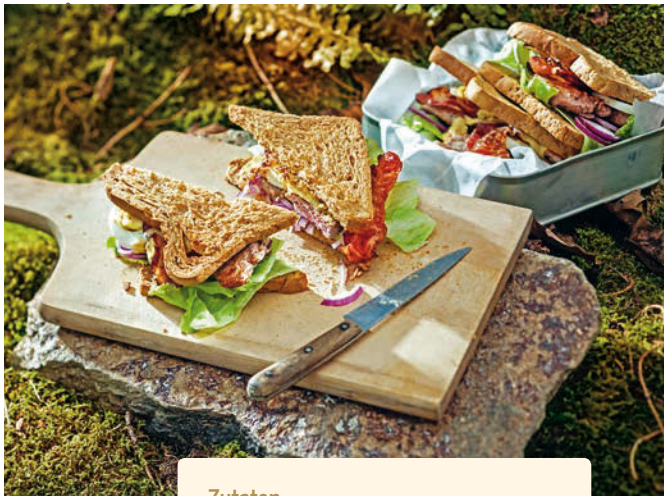
Auch wenn die Tage nun rasant kürzer werden und die Temperaturen sinken, ist das kein Grund, sich zuhause zu verkriechen. Mit dem richtigen Outfit und einem vollgepackten Rucksack macht ein Tag an der frischen Luft großen Spaß, und Bewegung tut unserem Körper gut. Wenn dann auch noch die Sonne vom Himmel lacht, füllen die UV-Strahlen unseren Vitamin-D-Speicher auf – das hebt die Stimmung ungemein, und der Herbst-Blues hat keine Chance. Also, machen Sie einen Spaziergang, die Natur war schon lange nicht mehr so bunt wie jetzt. Oder fahren Sie an einen See und lassen Sie sich verführen, wenn sich die Herbstlandschaft im Wasser widerspiegelt.

In Sachen Kulinarik hat der Herbst besonders viel zu bieten. Es ist Jagdsaison, in vielen Gasthöfen und Restaurants gibt's die obligaten „Wildbret-Tage“, wo Gams, Hirsch, Reh und Wildschwein aufs Köstlichste zubereitet werden. Kürbis ist das Herbstgemüse schlechthin, ihm werden in vielen Regionen eigene Feste gewidmet. Es gibt Märkte, Umzüge, Verkostungsstände, Schnitzbewerbe u.v.m. Rund um den 11. November dreht sich alles um das Martinigansl, das dann in allen Varianten auf den Speisekarten steht. Im Burgenland gibt's schon seit Anfang Oktober Veranstaltungen rund um die Gans, der Höhepunkt ist von 9. bis 11. November das „Festum Martini Novum“ in St. Martin an der Raab.

REZEPT

Holzfällersandwich

4 Stück, Zubereitung ca. 30 Minuten



Zutaten

8 Scheiben Vollkorntoast
2 Eier
50 g Eisbergsalat
1 rote Zwiebel
500 g Schweinsfilet
150 g Bauchspeck
(dünn geschnitten)
2 EL Senf
Salz, Pfeffer, Öl

- 1 Eier ca. 10 Minuten kochen, kalt abschrecken und auskühlen lassen. Eier schälen und in Scheiben schneiden.
- 2 Eisbergsalat zerpfücken, waschen und trocken schleudern. Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden.
- 3 Fleisch in dünne Scheiben schneiden, salzen und pfeffern. Speck in einer beschichteten Pfanne bei schwacher Hitze knusprig braten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Im Bratrückstand 2 EL Öl erhitzen, Fleisch darin beidseitig kurz braten, herausnehmen und abkühlen lassen.
- 4 Brote toasten, 4 davon mit Senf bestreichen, mit Salatblättern und Zwiebelringen belegen. Fleisch, Speck- und Eischeiben darauf verteilen, mit den übrigen Toastscheiben bedecken. Toasts behutsam andrücken.

TIPP: Zum Mitnehmen am besten jedes Sandwich einzeln in Frischhaltefolie oder Butterpapier wickeln.



KÖSTLICHE REZEPTE AUF
WWW.OELZ.COM



Ein herbstlicher Wohlfühl-Toast.



Genießen Sie den außen knusprigen und innen zarten Klassiker zum Frühstück oder als Basis für viele Rezept-Ideen.

Genau das Richtige für gemütliche Herbsttage ist ein herrlich überbackener **Ölz Sandwich Toast**.

Das Rezept zum Nachmachen und noch mehr Inspirationen gibt es jetzt auf www.oelz.com



...jeder schmeckt, dass Ölz mit Liebe bäckt!

Ölz der Meisterbäcker • www.oelz.com



TRÜFFELFESTIVAL IN GRAZ

Von 30.10. bis 10.11. steht die steirische Hauptstadt im Zeichen der exquisiten Knolle. Am Trüffelmart im Paradeishof gibt's die berühmten weißen Trüffel aus Alba, Produkte aus Umbrien und auch echte Grazer. „Naturtrüffel“ und die „Waldschule Grazer Trüffel“ zeigen, welche Schätze man in den steirischen Wäldern finden kann. Davon kann man sich auch bei einer geführten Trüffelpromenade im Leechwald überzeugen, wo man alles über die edle Knolle und auch über nachhaltige Waldbewirtschaftung erfährt.

Tipp: Zahlreiche Restaurants in Graz bieten anlässlich des Festivals spezielle Trüffel-Menüs an.
www.graztourismus.at



KÜRBISFEST IN WIEN

Tipp für Schnellentschlossene: Am 26. und 27. Oktober ist jeweils von 10 bis 18 Uhr das große Kürbisfest „Am Himmel“ angesagt. Mit wunderbarem Blick über die Stadt gibt es eine Kürbisgourmetstraße mit einem Markt der „GenussRegion Steiermark“, wo man Äpfel, Hirschkürbisse, Käferbohnen, Vulkanland Schinken, Kürbiskernöl und steirischen Kren direkt von den Bauern kaufen kann. Es wird wieder hunderte Kürbissorten geben, man darf sich beim Kürbisschnitzen kreativ austoben oder einfach die lustigen Gesichter bewundern. Im Café Restaurant Oktogon kann man bei fantastischem Panoramablick köstliche Kürbisspezialitäten genießen. Auch heuer wieder ist der 1. Wiener Drachenbau- und Flugverein beim Fest vertreten. Da können Groß und Klein unter professioneller Anleitung ihre eigenen Drachen entwerfen, basteln und gleich in luftiger Höhe testen.

Am Himmel, 1190 Wien, Himmelstraße 125

REZEPT

Flammkuchen

6 Stück, Zubereitung ca. 40 Minuten

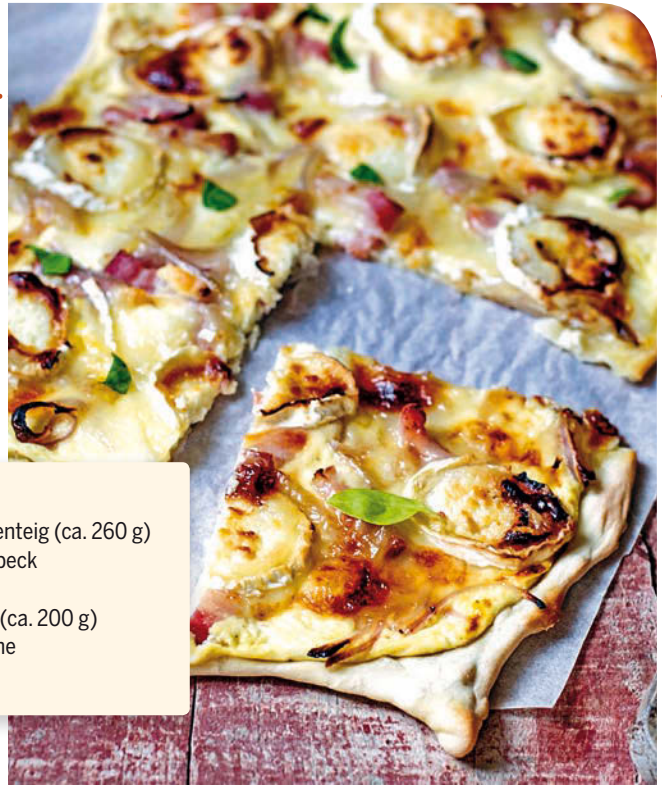
1 Backrohr auf 200 °C vorheizen. Speck in Streifen schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Ziegenkäse in dünne Scheiben schneiden.

2 Teig aufrollen und mit dem Papier auf ein Backblech geben. Ränder einschlagen. Crème fraîche mit Salz und Pfeffer würzen und den Teig damit bestreichen. Mit Käse, Speck und Zwiebeln belegen. Kuchen im Rohr (untere Schiene) backen, bis der Käse gebräunt ist (dauert 15 bis 20 Minuten). Kuchen evtl. mit Kräutern bestreuen.

TIPP: Zum Mitnehmen Kuchen portionieren und in Butterpapier wickeln.

Zutaten

1 Pkg. Flammkuchenteig (ca. 260 g)
100 g Frühstücksspeck
1 Zwiebel
1 Rolle Ziegenkäse (ca. 200 g)
200 g Crème fraîche
Salz, Pfeffer



VERZÜCKT MIT EXTRA KNUSPRIGKEIT



**1000
+ 1 NE
REZEPTIDEE**
tante-fanny.at

Es braucht nicht viel, um für einen Flammkuchen schöne Komplimente zu bekommen. Man nehme Tante Fanny Frischer Flammkuchenteig, der zu 100% aus regionalem Weizenmehl besteht, belege ihn mit frischen Zutaten und hat im Nu eine pikante oder süße Knusprigkeit geschaffen, deren Köstlichkeit jeder anerkennt.



**NEUES
DESIGN**



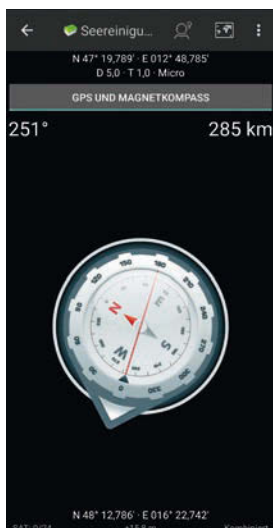
WWW.TANTEFANNY.AT

SCHATZSUCHE MIT GEOCACHING

Schnitzeljagd war gestern, heute ist Geocaching angesagt. Bei der innovativen Schatzsuche kann jeder mitmachen, der ein GPS-fähiges Smartphone hat. So geht's: kostenloses Benutzerkonto anlegen, Ort eingeben, Cache auswählen, Koordinaten eingeben, und die Suche kann losgehen.

Wie funktioniert das? Es gibt Leute (Geocacher), die irgendwo einen Behälter mit Notizbuch (Logbuch) verstecken und die Koordinaten ins Internet stellen. Diese führen dann bis auf wenige Meter an das Versteckte heran. Wer es findet, trägt sich in das Logbuch ein und legt den Cache bzw. Behälter für den nächsten Geocacher wieder exakt an die gleiche Stelle zurück. In größeren Boxen sind oft Tauschgegenstände (Matchbox-Autos, Schlüsselanhänger ...) oder solche, die mit einem Code versehen sind. Mithilfe dieses Codes wird die bisher zurückgelegte Strecke des Gegenstands und der aktuelle Aufenthaltsort auf geocaching.com protokolliert. Es gibt Trackables, die schon die ganze Welt umrunden haben. Übrigens: Geocaching gibt's in vielen Schwierigkeitsgraden und das weltweit!

www.geocaching.com



URLAUB IM MÄRCHENSCHLOSS

Für Kinder gibt es im mittelalterlichen Schloss Interessantes zu entdecken: Ritterrüstungen, ein Verlies und den Schlossgeist Buuu, der im Gewölbe durch Klatschen zum Leben erwacht. Während die Kleinen im Schlossgeisterclub sind, können die Eltern im kleinen, feinen Wellnessbereich relaxen. Ob Klausen, Gemächer oder Kemenaten – jedes Zimmer ist liebevoll mit historischen Details eingerichtet. Zudem zählt das Hotel zu den umweltfreundlichsten Österreichs. Im Zuge des eigenen Energie-Lehrpfades erklärt der Schlossherr und internationale Klimaschutz-Referent Ernst das Wasserkraftwerk, die Salzwasserbatterie, die PV- und Wärmerückgewinnungsanlagen.

Schloss Thannegg – Familie Schrempf

8962 Gröbming, Schlossweg 1

www.schloss-thannegg.at



Fotos: Archiv SH, iStockphoto

Nachhaltigkeit, nachvollziehbar heißt:

Die Region stärken. Und uns alle.



Da bin ich mir sicher.



Damit
Österreichs
BIO-Bergbauern
nicht nur Tradition,
sondern auch
Zukunft haben.



Zurück zum Ursprung ist BIO, das weiter geht. Und das bedeutet, dass unsere Produkte nicht nur nachweislich besser für Tiere und Umwelt sind, sondern auch für unsere Ursprungsbauern. Denn wir setzen auf langfristige Partnerschaften und faire Bezahlung, um regionale Traditionen und Arbeitsweisen zu erhalten und so auch der nächsten Generation an Ursprungsbauern eine Perspektive zu bieten.



KREISLAUF DES LEBENS
Der Beweis für echte Nachhaltigkeit.
zurueckzumursprung.at



Bio, das weiter geht.

Zum Wein VERREISEN

Jetzt präsentieren sich die Weinberge besonders prächtig. Wie wäre es mit einem Ausflug in die Steiermark, nach Niederösterreich oder ins Burgenland?



SIDESTEP NACH LANGENLOIS

Weinliebhaber finden im Kamptal immer eine offene Kellertür. Langenlois ist die Weinmetropole schlechthin und ein gelungener Mix aus Alt und Neu – romantische Kellergassen mit hübsch renovierten jahrhundertealten Höfen und außergewöhnliche Architektur wie die Loisium Weinwelt und das Loisium Wine & Spa Hotel. Das Hotel ist das perfekte Hideaway für eine genussvolle Auszeit. Hotel, Spa, Restaurant, Bar – das Design ist stylisch und zugleich reduziert auf die Umgebung abgestimmt. Im Restaurant Vineyard sitzt man fast im Weingarten, und das Wine Spa ist eine wahre Wohlfühl-oase. Die Loisium WeinWelt bildet eine Symbiose aus Tradition und Moderne: 900 Jahre alte Weinkeller, Community-Spaces, ein Verkostungsraum und eine Vinothek mit den besten Weinen und Winzersekten aus Niederösterreich zu Ab-Hof-Preisen.

Loisium Wine & Spa Hotel und WeinWelt
3550 Langenlois, Loisium Allee
www.loisium.com

Der Kubus der WeinWelt mit den angeschlossenen Kellergängen bildet den Kern der Idee und stellt die Teile „in the earth“ und „under the earth“ des Gesamtkonzeptes von Steven Holl dar.

AUF IN DIE SÜDSTEIERMARK!

Das Sulmtal Sausal ist eine wundervolle Gegend, um durch die Weinberge zu wandern oder zu radeln und in einer Buschenschank bei einem Glas Wein oder Sturm den Blick über die traumhafte Landschaft schweifen zu lassen. Ein perfekter Ausgangspunkt dafür ist Kitzeck, der höchste Weinanbauort Österreichs, eine der Topadressen „Das Kappel“. Hier wohnt man idyllisch in den Weinbergen, kann im Weinberg-Spa relaxen, in der Wintersauna schwitzen und im beheizten Meersalzwasser-Outdoorpool plantschen. Im Restaurant lautet das Motto: ursprüngliche steirische Spezialitäten in einer zeitgemäßen, verfeinerten Form. Dazu gibt's die besten Weine aus dem eigenen Weingut und andere Spitzentropfen.

Das Kappel. Winzer-Wellness-Hotel
8442 Kitzeck im Sausal, Steinriegel 25
www.daskappel.at

Das Kappel ist der perfekte Rückzugsort und ein Genuss-Hotspot in den idyllischen Weinbergen.



REISE INS SÜDBURGENLAND

Idyllisch. Typisch. Einzigartig. So lautet das Motto in der Weindylle Südburgenland, dem kleinsten Weinbaugebiet des Burgenlandes. Nichtsdestotrotz gibt's hier Spitzenwinzer, die Spitzenweine produzieren – vom typischen Blaufränkisch über Welschriesling bis hin zu Zweigelt, Cabernet Sauvignon, Blauburger und kreativen Cuvées. Und Uhdler, der mittlerweile Kultstatus genießt. In Buschenschanken werden die Weine aus Eigenbau ausgeschenkt, dazu gibt's einfache, oft kalte Speisen. Viele der alten Kellerstöckl wurden renoviert und können gemietet werden. Besonders reizend sind die Weinlofts von Martina Fank und Ronald Kantauer. Die beiden schafften den Spagat zwischen strengen Bau- bzw. Umbauvorschriften und Modernität bravours. Somit gab es außen nicht viel Spielraum, innen ließen sie ihrer Kreativität dafür freien Lauf, planten einen ansprechenden Mix aus Design-Elementen, Handgefertigtem und ab und zu auch Ikea. Nach einer Weinberg-Tour gibt es nichts Schöneres, als ein Fläschchen aus dem Keller zu holen, vor dem lodernen Kamin zu sitzen und ein Gläschen zu trinken.

www.weinlofts.at



Die drei Weinlofts punkten mit unterschiedlichem Design. Die frei stehende Doppelbadewanne mit Mehrblick ist das Highlight im Weinloft III am Eisenberg.



GROSSE KUNST. OHNE ALLÜREN.



Österreichs Weine sind daheim im Herzen Europas, wo kontinentale Wärme mit kühler Nordluft tanzt. In diesem einzigartigen Klima wachsen edle Weine mit geschützter Ursprungsbe-

zeichnung – zu erkennen an der rotweiß-roten Banderole auf der Kapsel und der staatlichen Prüfnummer auf dem Etikett.

oesterreichwein.at

ÖSTERREICH WEIN
Große Kunst. Ohne Allüren.

WINEinMODERATION.eu
Art de Vivre



1



2



3



4

MUST-HAVES

Mit diesen schicken Sachen sind Sie für jeden Herbst-Spaziergang bestens gerüstet.



5



6

1 XXL-Schal

Weiche, wärmende Qualität durch angeraute Oberfläche, mit Fransen, Antistatik-Ausrüstung. Maße: ca. 220 x 55 cm
Preis: € 14,99

2 Umhängetasche

Schwarze Lederoptik, Hauptfach mit Reißverschluss, innen mit Reißverschluss tasche, 2 Kartensteckfächer
Preis: € 29,95

3 Sweat-Handschuhe

Weiches, wärmendes Innenfutter, weiche Sweat-Qualität, Knopf an der Saumkante
Größe: 7, 8
Preis: je € 7,99

4 Stiefeletten

Aus Nubukleder, mit Baumwollfutter, Zipp innen, Größe: 37 bis 42
Preis: € 59,95

5 Steppmantel

Kragen mit Reißverschluss zur Kapuze wandelbar, Farbe: Beige
Größe: 36 bis 50
Preis: € 59,95

6 Steppjacke

Wattierung, Stehkragen, 2 Reißverschluss-Taschen, Innentasche mit Öffnung für Kopfhörerkabel
Farbe: Beere, Dunkelblau
Größe: 36 bis 50
Preis: € 39,95

Alle Produkte finden Sie auf: **tchibo.at**



tchibo.at

Ab 22. Oktober

Angebote gültig solange der Vorrat reicht. Irrtum und Druckfehler vorbehalten.

Blazer
€ 29,95

Thermo-
Bengalin-
Hose
€ 24,95

Schal
€ 9,99

Blusenshirt
€ 14,99

Sweatrock
€ 17,99

Strumpfhose
€ 6,99

DIESE WOCHE NEU:

STILSICHERES STATEMENT

Bluse
€ 17,99

Bengalin-Hose
€ 29,95

Haube
€ 7,99

Hose
€ 19,99

Shirt
€ 17,99

Von der Alm ZUM KÄSE



Wenn die Sonne die Landschaft in pittoreskes Gold hüllt, Raureif die Wiesen säumt und die Kühe die Almen verlassen, ist mit der Milch noch lange nicht Schluss. Denn das Gold der Alpen reift nun zu Käse.

Ob mild, aromatisch, weich, hart, nussig oder zart. Ob als Dessert, als Begleitung zum Wein oder klassisch auf dem Brot – Käse ist hierzulande in aller Munde. Und das im wahrsten Sinn des Wortes: Immerhin bringen es Herr und Frau Österreicher auf jeweils rund 20 Kilo im Jahr. Doch nicht nur in puncto Käsekonsum mischt Österreich vorne mit, auch was die Käseproduktion anbelangt, muss sich das Alpenland keineswegs verstecken. Obwohl der Weg bis hin zur Käsenation kein einfacher war, hat

er sich durchaus bezahlt gemacht: Heute zaubern Österreichs Senner und Käsereien aus der Milch ihrer Tiere Käsespezialitäten nach alter Tradition und von höchster Qualität.

Käsenation Österreich

Es ist die Milch, die österreichischen Käse zu etwas Einzigartigem macht. Denn frei nach dem Motto „Qualität vor Quantität“ hat Österreich in puncto Qualität die Nase ganz weit vorn. Im Vergleich zum „Rest der Welt“ sind heimische

Milcherzeugnisse zu 100 Prozent frei von Gentechnik. Auch in Sachen „bio“ sind österreichische Kühe den anderen eine Schnauzenlänge voraus – 20 Prozent unserer Milchbauern produzieren nach strengen biologischen Auflagen. Nicht zu vergessen: Rund 200.000 Milchkühe verbringen den Sommer auf Österreichs Almen – frische Luft, klares Wasser und saftige Wiesen garantieren Abwechslung auf dem tierischen Speiseplan. Abwechslung, die man in Form von Heumilch schmeckt und die heimische Käsespezialitäten zu etwas ganz Besonderem macht.

Übrigens: Wie besonders unser Käse ist, zeigte auch die diesjährige Almkäseolympiade in Galtür. Von wegen Schweiz oder Italien – in seiner bereits 25. Auflage kürte das Genusspektakel Österreich mit insgesamt 72 Auszeichnungen zum besten Almkäseland. Mit unserem Käsesortiment hinter dem Berg halten? Keinesfalls! Immerhin umfasst es rund 400 Sorten.

Alles Käse oder was?

Demnach ist Käse nicht gleich Käse. Doch von vorne: Was ist eigentlich „Käse“? Darunter versteht man frische oder in verschiedenen Graden



Käse braucht auch im Reifekeller Zuwendung! Die Laibe müssen regelmäßig gewendet und sorgfältig gewaschen werden.

Bilderrätsel
lösen &
Heumilch-
Kuhkalender
gewinnen
heumilch.at

Heumilch

EINFACH URGUT.

Die KUHWOHL-Initiative: Heumilchkühe werden nicht gehalten, sondern verwöhnt.

Seit Urzeiten bekommen Heumilchkühe frische Gräser und Kräuter im Sommer sowie Heu im Winter. Als Ergänzung erhalten sie mineralstoffreichen Getreideschrot. Vergorene Futtermittel wie Silage sind strengstens verboten. Aber nicht nur mit artgemäßer Fütterung verwöhnen die Heumilchbauern ihre Tiere. Auch ausreichend Bewegung, gemütliche Ruheplätze und eine persönliche Betreuung sorgen für Wohlbefinden und lassen Kuhherzen höherschlagen. Entdecken Sie mehr über unsere Heumilch-KUHWOHL-Initiative auf www.heumilch.at.

Ausgezeichnet als „garantiert traditionelle Spezialität“.



Mehr auf heumilch.at

Andreas Stock
Heumilchbauer

GARANTIERT GENTECHNIKFREI* UND SILAGEFREI

* Laut Definition des Österreichischen Lebensmittelkodex für gentechnikfrei erzeugte Lebensmittel.

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums.
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete.



der Reife befindliche Produkte, die aus dickgelegter Käseimilch hergestellt werden. Aber auch Käsearten aus Molke und Topfen fallen in die Kategorie „Käse“. Diese Vielfalt macht eine genaue Unterteilung in Käsegruppen notwendig, um die weltweit mehr als 1.000 Käsespezialitäten zu unterscheiden. Hierzulande unterteilt man Käse nach dem Wassergehalt (der Auskunft über Konsistenz, aber auch Geschmack des Käses gibt) in sieben Käsegruppen: Hartkäse, halbharter Schnittkäse, Schnittkäse, halbweicher Schnittkäse, Sauermilchkäse, Weichkäse und Frischkäse. Je mehr Wasser enthalten ist, desto weicher und cremiger ist der Käse. Bei längerer Reifung verdunstet immer mehr Wasser – der Käse wird fester und in der Regel auch würziger.

Von der Milch zum Käse

Stellt sich abschließend die Frage: Wie entsteht er eigentlich nun, der Käse? Das Prinzip der Käseherstellung ist seit Jahrtausenden bekannt: Käse entsteht, wenn Milch sauer wird und sich die festen Bestandteile (Eiweiß, Fett, Milchzucker und Mineralstoffe) von der flüssigen Molke trennen. Für die Herstellung von Käse wird dieses natürliche Prinzip beschleunigt. Und so geht's: Im ersten Schritt wird die Milch vorbereitet – gefiltert und pasteurisiert (außer bei Rohmilchkäse). Es folgt das Entrahmen, um den Fettgehalt zu definieren, ehe es an die Milchgerinnung geht. Dazu wird die Milch mit zugesetzten Milchsäurebakterien vorgereift und anschließend mit Lab zum Gerinnen gebracht. Dieser Prozess des „Dicklegens“ dauert zwischen 30 Minuten und mehreren Stunden, bis die sogenannte „Dickete“

entsteht. Hat diese die richtige Festigkeit erreicht, wird sie mit einer Käseharfe in unterschiedliche Körnungen zerkleinert – je feiner die Körnung, desto fester der spätere Käse. Nun sind Fingerspitzengefühl und Wissen des Käsemeisters gefragt: Er muss abschätzen, wann der „Käsebruch“ die richtige Konsistenz zum Abfüllen in die sortentypischen Formen erreicht hat. Durch Abtropfen, Pressen und Wenden wird die restliche Molke vom Käsebruch getrennt. Nun geht es für alle Käsesorten – ausgenommen ist Frischkäse – in die Salzlake, die schädliche Bakterien fernhält und die Bildung einer Rinde fördert. Im letzten Abschnitt dürfen die Käselaibe unter der ständigen Kontrolle eines Affineurs ruhen. Er wendet den Käse und bürstet, wäscht und behandelt ihn – je nach Sorte – mit Edelschimmel. In dieser Zeit des Veredelns und Verfeinerns, die Wochen oder Monate dauern kann, bekommt der Käse seinen ganz besonderen Charakter. Das Ergebnis? Eine wunderbare Vielfalt an köstlichen Käsesorten. 🌸

Typische Herbst-Jause: Rotwein, Käse, Nüsse und ein paar Trauben. Dazu gibt's knuspriges Brot oder würziges Baguette.



WELCHE SORTEN GIBT'S? *Das Käse-Einmaleins*

FRISCHKÄSE bedarf keiner Reifung. Die streichfähige Käsesorte – Topfen, Gervais, Rollkäse, Hüttenkäse und viele mehr – besticht durch mild-säuerliches Aroma und wird häufig mit Kräutern und Gewürzen verfeinert.

HARTKÄSE sind überwiegend aus Rohmilch hergestellte Labkäse. Die Reifezeit beträgt zwischen drei Monaten und zwei Jahren, während der die Rinde regelmäßig gewaschen, gebürstet oder geschabt wird. Bekannt sind vor allem Bergkäse, Emmentaler oder Erzherzog Johann.

SAUERMILCHKÄSE wie Quargel, Glundner, Graukäse werden aus Magertopfen gewonnen, temperiert gereift und häufig gewürzt – das macht sie zu einer besonders fettarmen und vor allem geschmacklich kräftigen Käsesorte.



SCHNITTKÄSE macht die breiteste Sortenpalette – darunter Butterkäse, Edamer und Moosbacher – der heimischen Käsekultur aus. Je nach Reifegrad (zwischen vier und acht Wochen in Wachs, Kunstrinde, Folie oder Rotkultur) reicht die Konsistenz von weich bis eher fest. Hierzulande unterscheidet man halbharten Schnittkäse, Schnittkäse und halbweichen Schnittkäse.

WEICHKÄSE reift in zwei bis vier Wochen von außen nach innen durch. Abhängig von Rezeptur und Reifegrad reicht das Aroma von mild-fein bis würzig-kräftig. Die Facetten der Reifung sind weiße Edelschimmelrinde, Rotkulturrinde und blauer oder grüner Edelschimmel (Doppelledelschimmelreifung). Bekannte Vertreter sind neben Brie auch Schlosskäse und Camembert.

SalzburgMilch

DIE PREMIUM MILCHMACHER

GEMEINSAM FÜR TIERGESUNDHEIT

Das Wohl unserer Kühe ist uns und unseren Bauern ein ganz besonderes Anliegen. Regelmäßige Gesundheits-Checks, bestes Futter und frisches Wasser sind Teil unserer einzigartigen Tiergesundheitsinitiative.

milch.com/tiergesundheitsinitiative



7 SCHON GEWUSST? verblüffende Käse-Fakten

Warum ist Käse gelb?

Verantwortlich für die meist gelbliche Färbung ist der im Milchfett gelöste Farbstoff Beta-Carotin. Weil Käse fast ausschließlich auf Milchfett basiert, ist er gelb – und Milch weiß.

Wie viel Milch braucht's?

Die benötigte Milchmenge variiert je nach Herstellungsart: Somit braucht es für einen Kilo Frischkäse rund vier Liter pasteurisierte Rohmilch und für Hartkäse satte 13 Liter.

Wie alt ist Käse?

Der wohl am längsten gereifte Käse stammt aus Polen: Hier wurden im Zuge archäologischer Ausgrabungen neben Werkzeugen zur Käseherstellung, die auf das Jahr 5.500 v. Chr. datiert wurden, auch Käserückstände als erster „Käsenachweis“ entdeckt.

Wie teuer geht's?

Der teuerste Käse der Welt stammt von einer Eselfarm in Serbien. Hier werden die Esel dreimal täglich von Hand gemolken, ehe schließlich 25 Liter Eselmilch einen Kilo des Luxus-Käses „Pule“ ergeben. Einkaufspreis pro Kilo: 1.000 Euro.

Ist Käse gesund?

Käse enthält viele – auch in Milch enthaltene – gesunde und wichtige Nährstoffe wie Vitamin A, Zink, Magnesium und Kalium. Auch deuten einige Studien darauf hin, dass Käse-Esser seltener an Diabetes Typ 2 leiden. Trotzdem sollte man ihn nur in Maßen genießen, da er sehr fettig ist und den Spiegel des „bösen“ LDL-Cholesterins ansteigen lässt.

Wieso stinkt Käse?

Auch der Geruch geht aufs Konto bestimmter Bakterien oder auch Schimmelpilze. Diese produzieren neben Kohlensäure auch schwefelhaltige Verbindungen, die für den typischen Käsegeruch verantwortlich sind. Fun Fact: Die Bezeichnung Käsefüße kommt nicht von ungefähr – verantwortlich für den Stinkefuß zeigt sich nämlich genau dasselbe Bakterium wie bei der Käsereifung. Warnung: Empfindliche Nasen sollten um „Vieux Bologne“ einen Bogen machen – die Delikatesse trägt den Titel „Stinkendster Käse der Welt“.

Wie entstehen die Löcher?

Nein, es war nicht die Maus! Verantwortlich für die Löcher im Käse sind Bakterien, die während der Reifung Milchsäure in Milchsäure umwandeln. Dabei entsteht Kohlensäure, die nicht entweichen kann und Hohlräume bildet.



100% rePET- Milchflasche For Future

DIE NACHHALTIGSTE

Keine andere Milchflasche in Österreich hält den CO₂-Fußabdruck in unserer Umwelt geringer als sie: Die innovative 100% rePET-Flasche von NÖM setzt neue Maßstäbe in der aktuellen Ökobilanz.

ÖSTERREICHS ERSTE

und einzige CO₂-neutrale Molkerei verwandelt schon lange verantwortungsvolle Visionen in wirkungsstarke Taten. Mit rePET hat NÖM den richtigen Weg gewählt, um Klimabewussten einen Hebel zur Veränderung zu reichen. Der besonders ressourcenschonende Kreislauf der Wiederverwertung kann einen klaren Unterschied machen – auch für die Generationen, die nach uns kommen.

RECYCLT UND RECYCELBAR

Es ist ein neuer, großer Schritt für eine lebenswerte Umwelt: die nachhaltigste Milchflasche Österreichs. Die 100%-rePET-Flasche besteht aus recyceltem Material und kann darüber hinaus durch ihre Transparenz zu 100% in den Recyclingkreislauf rückgeführt werden.

RE-PET VOR GLAS

Die kürzlich erschienene Ökobilanz lässt keinen Zweifel: Der effiziente Transport und der deutlich verminderte Wasserverbrauch belegen einen klaren Nachhaltigkeitsvorteil der Einweg-rePET-Flasche gegenüber der Glasflasche. „Als führender Produzent von Milchprodukten in Flaschen in Österreich wie auch in ganz Europa sind wir uns unserer Verantwortung bewusst“, beschreibt Erik Hofstädter, Marketing- und Verkaufsleiter der NÖM AG, die Beweggründe. Etikett einfach an der gekennzeichneten Perforierung der Milchflasche lösen und beides in der gelben Tonne oder dem gelben Sack sammeln. Für unsere Umwelt und unsere Kinder.

Woran erkennen wir rePET?

- Am grünen rePET-Symbol



Wasserverbrauch

rePET



0,75 l
pro Flasche

Glas



2,38 l
pro Flasche

Quelle: Ökobilanz von Verpackungen* von Roland Fehring/c7-consult, April 2019

Transport

600.000
Flaschen
rePET
(Flaschen Rohlinge)



1 LKW-Ladung

600.000
Flaschen
Glas



23 LKW-Ladungen

Quelle: NÖM AG





DIE WICHTIGSTE ZUTAT IN DER KÜCHE? **Nachhaltigkeit!**

Foto: TEAM 7



Die „loft“ Küche von Team7 ist die moderne Landhausküche für kochbegeisterte Holzliebhaber, die echtes Handwerk und natürliche Materialien lieben.

Nachhaltigkeit beschränkt sich nicht ausschließlich auf die Zubereitung unserer Lieblingsgerichte. Warum Vollholzküchen die richtige Wahl sind und sich energieeffiziente Geräte doppelt bezahlt machen? Wir haben recherchiert, weshalb die nächste Küche eine Mischung aus Altbewährtem und innovativem High-Tech sein sollte.

Natürlich sollte die Küche vor allem eines: funktionieren. Gut aussehen kann sie dennoch. Denn Funktionalität und Optik sind keine Kriterien, die einander ausschließen – vielmehr gehen sie Hand in Hand. Vorausgesetzt, man weiß, worauf bei der Planung zu achten ist. Die ist schließlich das A und O, gestaltet sich aber nicht immer einfach. Damit die nächste Küche möglichst eine auf Lebenszeit ist, verraten wir, was zu bedenken ist.

Die Planung macht's

Je durchdachter die Küche ist, desto besser lässt sich darin arbeiten – und das im Idealfall über Jahre hinweg. Und genau darauf kommt es letztlich an: Damit uns das Kochen und Backen möglichst leicht von der Hand geht und wir dauerhaft Freude daran haben, müssen Funktionalität, Ergonomie und Design zu einem Ganzen verschmelzen. Entscheidend dafür: Individualität. Denn die Küche sollte sich an den individuellen Bedürfnissen des Kochs orientieren. Bevor es also im wahren Sinne des Wortes ans Eingemachte geht, sollten wir uns vorab ein paar grundlegende Fragen stellen: Wie viel Raum steht zur Verfügung und wie können wir diesen optimal nutzen? Welche Möglichkeiten ergeben sich aufgrund bereits bestehender Anschlüsse? Wie viel Stauraum wird tatsächlich benötigt? Welche Geräte sind für mich unverzichtbar und welche Materialien nicht nur optisch ansprechend, sondern auch geeignet?

Eine Frage des Platzes

Während große Küchen jede Menge Spielraum bieten, werden kleinere schnell zur Herausforderung. Hier lautet die Devise: nach oben planen! Bei kleinen Grundrissen lohnt es sich, die Raum-



Die maßgeschneiderte Ausstattung von Team7 hält Zutaten und Geschirr stets griffbereit und sorgt für noch mehr Kochvergnügen.

höhe maximal zu nutzen. Details wie Hängeschränke mit Klappen oder Unterschränke mit Vollauszügen sind aus ergonomischer und praktischer Sicht sehr zu empfehlen. Eine hochwertige Innenausstattung und intelligente Beschläge erhöhen den Bedienkomfort zusätzlich. Setzen Sie zudem auf helle, natürliche Farben und gezielten Einsatz von Licht, um optisch Raum zu schaffen. Doch egal, wie viel Platz letztlich zur Verfügung steht – die Wege sollten möglichst kurz sein, um reibungslose Arbeitsabläufe zu ermöglichen.

Das perfekte Material

Der klare Trend heißt: Holz. Schließlich hat der nachhaltige, ökologische Lifestyle längst in unseren Küchen – über den Tellerrand hinaus – Einzug gehalten. Doch warum erfreut sich Holz immer größerer Beliebtheit? Neben seiner einzigartigen, zeitlosen Optik, die dank der individuellen Be-

schaffenheit des Holzes jede Küche zu einem wahren Unikat macht, birgt der nachwachsende und recycelbare Rohstoff weitere Vorteile. Aus Vollholz gefertigte Korpusse punkten mit enormer Stabilität und das bei höchster Belastbarkeit. Darüber hinaus hat Holz eine antibakterielle Wirkung, die eine hygienische Lagerung der Lebensmittel garantiert. Holz ist zudem von Natur aus antistatisch, was für eine Reduktion von Hausstaub sorgt. Außerdem verringert die umweltfreundliche, langlebige Alternative zu Kunststoff Schadstoffemissionen in der Produktion, hilft bei der Regulation der Luftfeuchtigkeit und unterstützt so ein gesundes, angenehmes Raumklima. Das Beste: Holz ist anspruchlos und pflegeleicht, kleinere Reparaturen lassen sich einfach selbst durchführen. Und die braucht es – neben der notwendigen Portion Pflege – von Zeit zu Zeit, um kleinere Kratzer und Dellen, die der tägliche Einsatz mit sich bringt, zu entfernen. Nun bleibt noch die Frage: Wie finde ich mich im „Holz-Dschungel“ zurecht?

Echtholz

So wird jedes Holz bezeichnet, das seinen Ursprung in „echtem Holz“ hat. Darunter fallen auch Küchen aus Spanplatten und Furnier. Das sorgt oftmals für Verwirrung und falsche Assoziationen in Hinblick auf Qualität und Verarbeitung.

Teilmassiv

Solche Küchen bestehen meist aus massiven Rahmen, deren Füllungen aus Furnier. Sie erwecken den Anschein einer klassischen Massivholz-Küche, sind aber weitaus leichter und günstiger.

Voll- oder Massivholz

Deutlich hochwertiger sind Küchen aus tatsächlichem Voll- oder Massivholz, die sich in puncto Qualität nicht unterscheiden. Einzig die Definition: So bezeichnen manche Möbelhersteller Vollholz als Holz, das aus einem Stamm geschnitten, gesägt, gehobelt und anschließend so zusammengesetzt wird, dass es seine Form behält. Massivholz hingegen bezeichnet oft drei Platten, die kreuzverleimt werden, um ein Verziehen zu vermeiden. Im Trend: Altholz. Diese Küchen versprechen eine einzigartige Optik und Haptik, jedes verarbeitete Stück erzählt eine eigene Geschichte.

Die Qual der Wahl

Wer nach einer langfristigen Lösung sucht und von den genannten Vorteilen profitieren möchte, sollte sich für Voll- oder Massivholz entscheiden. Unser Tipp: Team7 – die österreichischen Experten für Naturholzküchen. Verschiedene Programme, Naturholz- oder Glasfronten, raffinierte Stauraumlösungen und technische Innovationen eröffnen beinahe grenzenlose Möglichkeiten für eine individuelle Traumküche.



cera line Küche | www.team7.at

**WAS DIE BESTEN KÖCHE UND UNSERE
TISCHLER VERBINDET? ECHTES HANDWERK
UND NATÜRLICHE ZUTATEN.**

TEAM 7
60 Jahre

– it's a tree story:

1010 Wien, TEAM 7 Wien, Stubenring 14; **1010 Wien**, TEAM 7 Küche Wien, Franz-Josefs-Kai 37; **1060 Wien**, TEAM 7 Spezialstudio, Gumpendorfer Straße 120; **1180 Wien**, Seliger – bespoke furnishing, Gersthofer Straße 2c; **2230 Gänserndorf**, Möbel Karner, Hauptstraße 5; **2301 Groß-Enzersdorf**, Wohnstudio Melnický, Schloßhofer Straße 2; **2500 Baden**, Schwarzott Einrichtungshaus & Werkstätte, Wienerstraße 13-21; **3430 Tulln**, Einrichten fürs Leben Ludwig Krenn, Brüdergasse 2a; **4020 Linz**, TEAM 7 Linz, Dametzstraße 12; **4240 Freistadt**, dieeinrichtung Manzenreiter, Etrichstraße 1; **4600 Wels**, TEAM 7 Wels, Mitterfeldstraße 6; **4822 Bad Goisern**, Brader, Wohnen & Tischlerei, Rudolf-Von-Alt-Weg 13b; **4910 Ried im Innkreis**, TEAM 7 Ried, Hoher Markt 2; **5301 Eugendorf**, TEAM 7 Salzburg, Salzburger Straße 18; **6405 Telfs/Pfaffenhofen**, Einrichtungshaus Föger, Bundesstraße 1; **6837 Weiler**, Weiler Möbel, Herzogried 2; **8010 Graz**, TEAM 7 Graz, Andreas Hofer Platz 5; **8223 Stubenberg am See**, Schuh, Vockenbergring 50; **8740 Zellweg**, Einrichtungshaus Hartleb, Hauptstraße 29; **9500 Villach**, In Ligno, Ossiacherzeile 27



Nachhaltige Zubereitung

Wer denkt, in puncto Nachhaltigkeit sind wir küchentechnisch nun am Ende angelangt, der irrt! Denn es geht noch eine Spur nachhaltiger: Innovative Geräte machen sich nämlich doppelt bezahlt. So greifen uns die raffinierten High-Tech-Lösungen einerseits beim Kochen tatkräftig unter die Arme und schonen andererseits dank energieeffizienter Konzeption Ressourcen und in weiterer Folge unsere Geldbörse. Klingt gut? Ist es auch.

Deshalb präsentieren wir Ihnen unsere persönlichen Top 3 der Neuheiten von Miele:

Dialoggarer DO 7860

Äußerlich von einem Backofen nicht zu unterscheiden, eröffnet er ungeahnte Kocherlebnisse. Ein Beispiel: Man drapiere eine Lammkeule auf Paprika und grünem Spargel, der Rest des Bleches wird mit Kartoffelspalten aufgefüllt und alles zusammen in den Dialoggarer gegeben. Nach etwa 45 Minuten ist das Fleisch gar, das Gemüse knackig und die Erdäpfel sind weich.

Backofen H 7860 BP

Seine intelligenten Assistenten schützen bei Unachtsamkeit und ahnen den nächsten Handgriff voraus. Für FoodView überträgt eine Kamera Bilder aus dem Garraum auf Smartphone oder Tablet. Sie müssen nicht einmal in der Küche sein, um dem Brot noch ein paar Minuten im Backofen zu geben, damit es braun und noch knuspriger wird.

Kochfeld KM 7897 FL

Dieses Vollflächen-Induktionskochfeld punktet mit Silent Move und intelligenter Topferkennung. Stellt man einen Topf darauf, bietet es eine Zahlenreihe für die Leistungseinstellung an, die zu seiner Position passt, verschiebt man ihn, bewegt sie sich mit. Mit jedem Topf erscheint eine neue Reihe.

Bis zu sechs Töpfe, Pfannen oder Bräter lassen sich beliebig auf dem Kochfeld platzieren und bewegen.



Miele



DIE NEUE GENERATION 7000

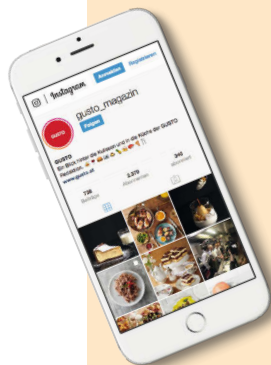
PERFEKTION NEU DEFINIERT

WWW.MIELE.AT/GENERATION7000

#LifeBeyondOrdinary

FOLGEN SIE UNS

Facebook: facebook.com/gustomagazin
& Instagram: @gusto_magazin



Besuchen Sie uns auf GUSTO.at
Wir freuen uns auf Sie!

VORSCHAU

In unserer nächsten Ausgabe ist Weihnachten das große Thema. Wir decken den Tisch feierlich und bereiten viele wunderbare Gerichte vor.



In unserer Serie „Vorkochen“ bereiten wir ein knuspriges Brathuhn vor. Sie werden staunen, was man daraus zaubern kann.



Das neue **GUSTO** erscheint am
21. November

Durch die GUSTO Backstube zieht ein unwiderstehlicher Duft nach Advent. Wir sind fleißig am Keksebacken. Freuen Sie sich auf unsere Lieblingsrezepte!

IMPRESSUM

Adresse der Redaktion: 1020 Wien, Taborstraße 1-3; T: (01) 86 331-5301 Fax (01) 86 331-5610 **E-Mail:** redaktion@gusto.at **Herausgeber:** Wolfgang Schlüter **Chefredakteurin:** Anna Wagner
Redaktion: Susanne Jelinek (stv. CR), Barbara Knapp (CvD), Natascha Golan, Sabina Hohnjec **Grafik:** Dominik Roitner (AD), Mona Schwaiger, Lubomir Tzolov **Mitarbeiter dieser Ausgabe:** Charlotte Cerny, Lucie Lamster Thury **Fotografen:** Dieter Bransch, Nadine Poncioni, Michael Rathmayer, Barbara Ster; Art copyright VBK **Abo-Service:** T: (01) 95 55 100 Fax: (01) 95 55 200, **E-Mail:** abo@gusto.at **Postanschrift:** GUSTO Abo-Service; 1020 Wien, Taborstraße 1-3 **Abobetreuung:** DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, www.dpv.de **Medieninhaber, Verleger, Produktion:** Gusto GmbH & Co KG, 1020 Wien, Taborstraße 1-3 **Verlagsort:** 1020 Wien, Taborstraße 1-3 Verwaltung, T: (01) 86 331-6050 **Geschäftsführung Gusto GmbH & Co KG** Dr. Horst Pirker (CEO & Vorsitz), Mag. Claudia Gradwohl (CHRO), Mag. Helmut Schoba (CSO) **Generalbevollmächtigte:** Gabriele Kindl, Dietmar Zikulnig **International Sales:** Mag. Evelyn Strohrriegel (LtG.) **Anzeigenverrechnung:** Ingrid Lichtblau (Teamleitung Print), Michaela Köfer. Derzeit gilt Anzeigenpreisliste 2019. **Controlling & Rechnungswesen:** Christine Glaser (LtG.) **Produktion:** Sabine Stumvoll (LtG.), Sibylle Bauer **Anzeigenproduktion:** Günter Tschernitz (LtG.) **Vertrieb:** Michael Pirsch (LtG.), Cornelia Wolf (EV) **VGN Creation:** Maria Oppitz (LtG.), Daniela Dietachmayr (Marketing) **Hersteller:** Walstead Leykam Druck GmbH & Co KG, 7201 Neudörfel, Bickfordstraße 21 **Vertrieb:** Presse Großvertrieb Austria Trunk GmbH, St. Leonharder Straße 10, 5081 Anif, www.pgvaustria.at **GUSTO-Premium-Abo:** € 71,90 (inkl. MwSt.) 535.000 LeserInnen lt. MA 2017/18. Alle Rechte, auch die Übernahme von Beiträgen nach §44 Abs. 1 Urheberrechtsgesetz, sind vorbehalten. Der Offenlegungstext gem. § 25 MedG ist unter www.gusto.at/offenlegung abrufbar.

LOVELY FOOD TO SHARE

LOLA – HUNGRIG NACH ALLEM, WAS SCHMECKT UND SPASS MACHT!

GUSTO
Lola
LOVELY FOOD
TO SHARE

#LAIBSPEISE
Georg Öfferl verrät
seine Brotrezepte

JETZT
NEU!

Yummy!



Super!

Lolas Tipps
gegen den
Winterblues!

JETZT NEU IN DEINER TRAFIK!

f r i lolaswelt.at

süße
Ausmalbilder

Für Genießer.



noem.at

Bleib frisch.