

ÖSTERREICHS ERSTES FOOD MAGAZIN

GUSTO

So schmeckt
der APRIL

Alle Rezepte
3 mal
getestet

Österreichische Post AG MZ 022Z032933 M, VGN Medien Holding GmbH, Taborstraße 1-3, 1020 Wien, Retournen an Postfach 100, 1350 Wien
4,80 Euro



Osterbäckerei

SAFTIGES FLEISCH
mit knackigen Salaten

FEINER BRUNCH
mit vielfältigen Speisen

PESTOVARIATIONEN
mit außergewöhnlichen Zutaten





NIVEA

NATÜRLICH SCHÖN GE PFLEGT



Mit Bio Aloe Vera



Mikroplastikfrei



Vegane Formel

99%

INHALTSSTOFFE
NATÜRLICHEN
URSPRUNGS*

1%

INHALTSSTOFFE
ZU IHRER
SICHERHEIT

NEU



*Inhaltsstoffe aus der Natur, die nach der Verarbeitung mehr als 50% ihrer Molekülstruktur (natürlicher Zustand) beibehalten, einschließlich Wasser

NIVEA.AT

Liebe Leserinnen und Leser!

Zwei Meinungen – diesmal zum Thema Ostern



Anna Wagner

wagner.anna@gusto.at

Chefredakteurin

Die aktuelle Situation hindert uns manchmal daran, sich auf schöne Dinge freuen zu dürfen. Doch wir bei GUSTO haben beschlossen, noch nicht in Panik zu geraten und versuchen, Ihnen auch weiterhin ein schönes Heft voll mit tollen Anregungen und Rezepten zu zaubern.

Dieses Heft steht ganz im Zeichen von Ostern. Letztes Jahr, wie Schlu sicher berichten wird, war ich mit meiner Familie in der Wachau. Dieses Jahr (und ja, vielleicht doch auch ein wenig wegen der aktuellen Situation) bleiben wir zu Hause und werden es uns so richtig gemütlich machen.

Meine Inspiration für den perfekten Osterbrunch ist natürlich unsere Tisch-Geschichte ab Seite 32. Unser Chief of Sugar Jürgen hat eine umfassende Auswahl auf den Tisch gezaubert. Wobei Schlu's schmackhafte Kombinationen aus Fleisch und Salat (ab Seite 78) ebenfalls gut zu einem Familienessen passen. Du, lieber Schlu, hast aber auch vollkommen Recht, rauszugehen und die Gastronomie in dieser schwierigen Zeit zu unterstützen. Nur, liebe Leserinnen und Leser, wenn Sie es Schlu gleich tun, achten Sie bitte auf die Hygienevorschriften, damit diese nicht greifbare Situation bald wieder vorbei ist.

Ich wünsche Ihnen ein wunderschönes Osterfest. Ich hoffe, wir können Ihnen Freude mit unseren süßen wie auch salzigen Rezepten machen, und ich freue mich, wenn wir uns in der nächsten Ausgabe wieder lesen werden! **Bis dahin alles, alles Liebe,**

Foto: Dieter Brasch

Anna Wagner

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

Wolfgang Schlueter

schlueter.wolfgang@gusto.at

Herausgeber

Ostern steht vor der Tür und damit die nächste kulinarische Herausforderung, was die Frage aufwirft, wie wir das frühlingshafte Fest heuer gebührend feiern können. Im letzten Jahr hatte mein Familienrat beschlossen, das kulinarische Treiben in den eigenen vier Wänden zu begehen, und das war auch gut so.

Dieses Jahr werde ich es so wie du, liebe Anna, im letzten Jahr halten und mit der erweiterten Familie das Fest in ein Restaurant verlegen. Vielleicht ist uns der Wettergott ja gut gesinnt und wir können den Tag schon in einem Gastgarten oder auf der Terrasse genießen. In die Wachau, so wie du Anna im Vorjahr, werde ich es zwar nicht schaffen, aber vielleicht ergibt sich etwas in einem Lokal über den Dächern von Wien. Schauen wir mal, unverhofft kommt oft.

Wer aber lieber zu Hause feiert, für den haben wir eine bunte Auswahl an köstlichen Rezepten vorbereitet.

Allen Naschkatzen und Mehlspeisentigern seien etwa die feinen, süßen Ostervariationen ab Seite 16 ans Herz gelegt. Und wem nach etwas „Glück im Glas“ ist, der sollte sich unsere kreativen Pesto's ab Seite 52 nicht entgehen lassen. Dem Vorschlag meiner Kollegen, auch ein veganes Pesto zu kreieren, stand ich anfangs ja etwas kritisch gegenüber, das Ergebnis hat mich aber vollends überzeugt.

In jedem Fall wünsche ich Ihnen einen **tollen Frühlingsbeginn, frohe Ostern und viele köstliche Momente** mit unseren abwechslungsreichen Kreationen in dieser Ausgabe und auf GUSTO.at,

Wolfgang Schlueter

Inhalt

16 So süß wird Ostern

- 16 Mürbteigkekse mit Nougat
- 18 Reindling mit Orangenbutter und Pistazien
- 20 Mini-Pavlovas mit Vanillejoghurt und Lemon Curd
- 22 Striezel à la Bienenstich
- 24 Eierlikör-Pralinen mit Kokos

32 Jürgens Ostertisch

- 36 Veganer Mandelkranz
- 38 Laktosefreie Rahmbrötchen
- 39 Germhänschen
- 40 Salzstangerl
- 42 Shrimps in Cocktailsauce
- 43 Pikanter Eiaufstrich
- 43 Kräuteraufstrich
- 44 Prosciutto-Striezerl
- 47 Gedeckter Birnen-Grießkuchen

Coverfoto: Barbara Stier



56

48 Kochschule

- 48 Osterkörbchen aus Germteig

52 Pesto – Glück im Glas

- 54 Basilikumpesto (vegan)
- 56 Feigen-Radicchio-Pesto mit Rosmarin und Feta
- 58 Ricotta-Pesto mit Haselnüssen und Estragon
- 60 Orientalisches Pesto

62 Zwerg am Herd

- 62 Oster-Überraschungsei

66 Salzkammergut – Das Kochbuch

- 68 Lauwarmer Schafffrischkäse mit Molkesauce und Rhabarber-Chutney
- 70 Butternockerl mit Bärlauchbrot-Pesto
- 72 Hechtbratl mit 7-Kräuter-Spinat und Dirndl
- 74 Bouillabaisse von Traunseefischen mit Fenchel und Stanglbrot
- 76 Selchfisch im Ganzen



78 Knackig und würzig

- 80 Rhabarber-Selleriesalat mit Entenbrust
- 82 Paradeissalat mit Fleisch-Spießen
- 84 Karfiol mit Käse, Schweinsfilet und Pflücksalat
- 86 Brokkolisalat mit Speck und Käsebällchen
- 88 Radicchio-Fenchelsalat mit gegrillter Hühnerbrust

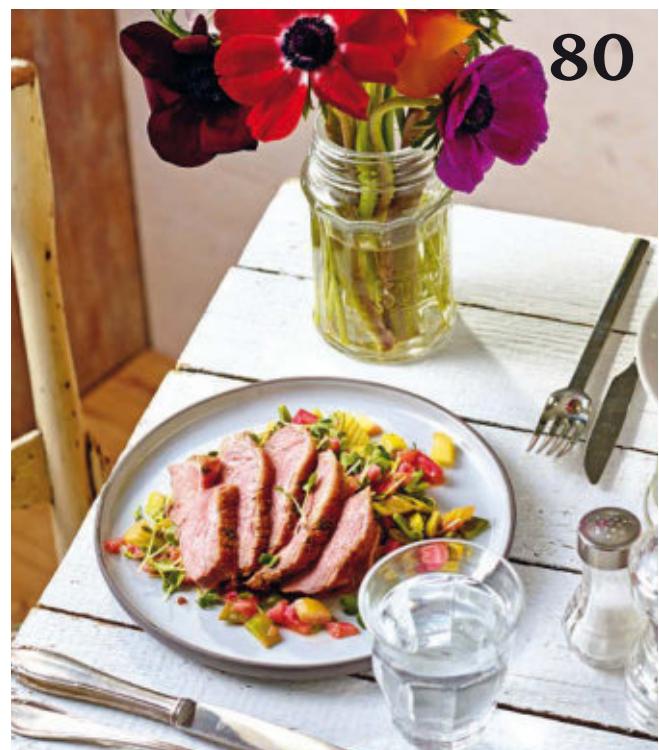
90 Kulinarischer Ausflug ins „Le Salzgries“

- 92 Steinbuttfilé auf Paradeiskompott mit grünen Gnocchi

Standards

- 3 Editorial
- 6 Neues im April
- 14 Lieblingsprodukte im April
- 26 Unterwegs in Schottland
- 96 Produkttest: Früchtemüsli
- 98 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 APRIL ...

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

Fotos: VIVAMAYR



AUF DIE BALANCE KOMMT ES AN

Lokaltipp

Die Mayrei in Altaussee ist das weltweit erste Lokal nach dem Prinzip der modernen F.X.-Mayr-Medizin. Das moderne Interieur ist in ruhigen Naturfarben gehalten – viel helles Holz und manch schlicht-rustikale Akzente. Auf der Speisekarte: gut verdauliche Spitzenküche, also spannende Kombinationen aus heimischen Fischen, regionalen Gemüsesorten und wertvollem Getreide. Oberstes Credo ist, auf die richtige Balance von basischen und sauren Lebensmitteln zu achten. Jede Speise kann auch als Trennkost (Verzicht auf die Kombination von Eiweiß und Kohlenhydraten) bestellt werden. Weiters werden Desserts, eine große Teeselektion und hervorragende Weine angeboten.
Plus: Im Rahmen einer Guestshift übernehmen Haubenköche die Küche der Mayrei und überraschen mit außergewöhnlichen Kreationen.



Mayrei
8992 Altaussee, Fischerndorf 80
So., Mo. & Do. 11 – 19 Uhr
Fr. & Sa. 11 – 22 Uhr
www.restaurant-mayrei.at



KOCH AUS LEIDENSCHAFT

Lokaltipp

Die 47° rare styrian cuisine (Vereinigung steirischer Köche, Gasthäuser und Restaurants der Haubenkategorie) freut sich über einen Neuzugang: **Daniel Edelsbrunner**, Küchenchef und Inhaber des „Kupferdachl“ in Premstätten. „Ich freue mich sehr auf die Zusammenarbeit und die unterschiedlichen Charaktere, die bei 47° aufeinander-treffen. Ich kann noch nicht sagen, wohin mich die Reise im Detail führt, aber ich würde mich nicht als der vernünftigste Kopf der Gruppe beschreiben“, stellt der 2-Hauben-Koch mit einem Augenzwinkern fest. Mit kulinarischer Identität verbindet er etwa Rezepte seiner Mutter und Oma, wie Weinbergschnecken, Beuschel und Krautwickler. Er sieht seine Verantwortung darin, das Echte und das Rare am Teller sichtbar zu machen und zu bewahren.

Kupferdachl

8141 Premstätten, Hauptstraße 15
www.kupferdachl.at

Fotos: Martin Stadler, Gasthaus Steinbichler

AUF INS SALZKAMMERTGUT

Ausflugstipp

Gönnen Sie sich eine Auszeit in der Region Attersee-Attergau. Der Most- und Wildbauernhof Steinbichler ist das Hideaway zum Entschleunigen. Im Heurigen gibt's selbstgemachte Säfte, Marmeladen, Aufstriche, Brot und vieles mehr. **Gastgeberin Sabine Steinbichler kocht selbst** und bezieht die Zutaten aus der Region, das Wildfleisch stammt sogar aus dem eigenen Gehege. In den gemütlich eingerichteten Zimmern genießt man den grandiosen Ausblick auf den Attersee. Da bekommt man doch gleich Lust auf einen Kulinarik-Urlaub inklusive Halbpension!

Most- und Wildbauernhof Steinbichler
4865 Nussdorf am Attersee, Weinbergstraße 25
www.gasthof-steinbichler.at





WIR
VERLOSEN
2 Tickets inkl. Essen,
Getränke, Schiffahrt
und Konzert
GUSTO.at/
gewinnspiele

GEBURTSTAGSFEST

Eventtipp

1000 Jahre Kloster Traunkirchen – **das wird mit Starköchen, Spitzenginfern, Künstlern und Musikern gefeiert.** Das malerische Traunkirchen wird am 25. April zur spektakulären und stimmungsvollen Bühne für alle Sinne. Einzigartig ist, dass Spitzenköche aus Österreich, Amerika und Irland ihre teils legendären, kreativen Gerichte in außergewöhnlichen Lokalitäten servieren – im Wirtshaus, der Klosterstube, im Café, der Galerie und im 4-Hauben-Restaurant. Musiker und Straßenkünstler sorgen für Stimmung, regionale Streetfood-Spezialitäten für Stärkung zwischendurch. Zu guter Letzt gibt's eine Schiffsrundfahrt mit Pianomusik.

Samstag, 25. April, 16 bis 22 Uhr
4801 Traunkirchen, Tickets nur im VVK € 134,-
(inkl. Essen, Getränke, Schiffahrt, Konzert)
über Ferienregion Traunsee-Almtal,
www.wirtshausfestival.at

PREP-DIÄT

Buchtipps

Dagmar von Cramm zeigt, wie man mit guter Planung mühelos durch die Woche kommt: „Samstags einkaufen, sonntags zwei Stunden vorbereiten, den Rest der Woche gesund essen und dauerhaft abnehmen.“ Zum Frühstück gibt's Müsli, das Mittagessen kommt aus der Lunchbox und abends wird aus dem Vorrat zubereitet. Die Autorin setzt auf vollwertige Speisen ohne Weißmehl, Zutaten mit vielen Ballast- und Nährstoffen und maximal 1.300 Kalorien pro Tag.



Schlank mit der
Prep-Diät
Dagmar von Cramm
Becker Joest Volk
Verlag, € 24,70

MACHEN SIE MIT!

Gewinnspiel

WERBUNG

Sie lieben Snacks, Fingerfood, kleine Partyhäppchen und alles was mit Blätterteig zu tun hat? Dann werden Sie sich über dieses Gewinnspiel ganz besonders freuen! Denn Tante Fanny und GUSTO verlosen gemeinsam Plätze für einen ganz besonderen Kochkurs in der GUSTO-Küche am 16. April 2020. Von salzig bis süß werden wir köstliche Blätterteigrezepte kochen und nebenbei haben Sie die Möglichkeit, einem GUSTO-Fotografen über die Schulter zu schauen, der die zubereiteten Speisen für die nächste Ausgabe perfekt in Szene setzen wird. Auf GUSTO.at finden Sie alle weiteren Informationen und die Möglichkeit, bei diesem Gewinnspiel teilzunehmen! **Wir freuen uns bereits jetzt auf einen tollen und lustigen Abend mit Ihnen!**



MACHEN SIE'S MIT thermomix

Almbutter

WERBUNG



Zubereitung 40 Minuten

- ◆ 500 g Schlagobers (kalt)
- ◆ 400 g Wasser (sehr kalt, siehe Tipp)
- ◆ 20 g Sonnenblumenöl

TM TEILE

- ◆ Messbecher, Gareinsatz

1. Schlagobers in den Mixtopf geben und 8 Min./Stufe 4 schlagen. Die dabei entstandene Butter durch den Gareinsatz abgießen und Buttermilch auffangen (siehe Tipp).
2. Butter und 200 g sehr kaltes Wasser in den Mixtopf geben, 1 Min./Stufe 4 schlagen und Butter durch den Gareinsatz abgießen.
3. Erneut Butter und 200 g sehr kaltes Wasser in den Mixtopf geben, 1 Min./Stufe 4 schlagen und die Butter wieder durch den Gareinsatz abgießen. Butter unter fließendem, kaltem Wasser und unter ständigem Kneten auswaschen, bis die Flüssigkeit klar ist. Anschließend im Gareinsatz abtropfen lassen. Mixtopf leeren.
4. Die fertige Butter in Stücken sowie Öl in den Mixtopf geben und 30 Sek./Stufe 3 verrühren. Butter in Buttermodellen drücken oder in Butterbrotpapier wickeln und gekühlt servieren.



Tipps:

- ◆ Damit das Wasser richtig kalt ist, bereiten Sie es in einem Krug vor und geben Sie einige Eiswürfel hinein.
- ◆ Die aufgefangene Buttermilch kann man trinken - pur oder mit Obst gemixt.

FRÜHLINGSBOTEN

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

Feminine Sling-Backs mit ihrer modisch-spitzen Karee-Form und lässig-bequeme Loafers machen so richtig Lust auf die neue Saison! Zeitlos elegant in klassischem Schwarz, Blau und Nude oder als Eyecatcher in Reptil-Optik gelten sie als perfekte Fashion-Basics für Frühling und Sommer.

Classic Blue
€ 24,99



Animalisch gut
€ 24,99



Sommergeflecht
19,99



New Nudes
€ 24,99



Retro Charme
€ 22,99



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



NESPRESSO GOURMET WEEKS

Veranstaltungstipp



Die Nespresso Gourmet Weeks 2020 tragen das Motto „Signature“. Nespresso lädt die teilnehmenden Haubenköche ein, ihren Menüs eine ganz persönliche Note zu geben, die ihren individuellen Stil hervorhebt. Das Motto ist von der herausragenden Handschrift der österreichischen Haubengastronomie geprägt und eine Hommage an die unverwechselbaren Kaffeevarietäten von Nespresso. Es gilt, Spitzenmenüs zu einem attraktiven Fixpreis zu verkosten. Zum Abschluss jedes Menüs gibt es eine **Nespresso-Professional-Kaffeevarietät nach Wahl**.

Nespresso Gourmet Weeks 2020
9. März – 5. April
www.nespresso.com/gourmetweeks

FINI'S NEUES BIOMEHL!

Produkttipp

Fini's überrascht mit einem neuen Produkt: Fini's Feinstes Bio-Weizenmehl universal „mit wertvoller Bio-Keimkraft“. Dafür werden ausschließlich bestes österreichisches Bio-Getreide aus kontrolliert biologischer Landwirtschaft und hochwertige Keimlinge aus Österreichs besten Anbaugebieten verwendet. Die wertvolle Bio-Keimkraft kommt aus 9 unterschiedlichen Bio-Keimlingen (Weizen, Mais, Dinkel, Hirse, Luzerne, Hafer, Lein, Erbse und Linse). Sie werden angekeimt, schonend getrocknet und fein vermahlen, wodurch sie die ganze Kraft des Korns in sich tragen. Die Mischung wird dem Bio-Weizenmehl beigegeben und gibt ihm zusätzlich wertvolle Nährstoffe wie Folsäure sowie Vitamin E und B6. Fini's Feinstes Bio-Weizenmehl „mit wertvoller Bio-Keimkraft“ eignet sich für die bewusste Ernährung und kann universell für die süße und pikante Küche eingesetzt werden. Als reines Naturprodukt von höchster Qualität gelingen Speisen mit Fini's Feinstes Bio-Weizenmehl „mit wertvoller Bio-Keimkraft“ besonders fein.

Unser Chief of Sugar hat das Mehl bereits bei unserem Brunch Shooting verwendet. Schauen Sie dafür auf Seite 32. Viele Freude beim Nachbacken!





WEINVIERTLER JUNGWINZER

Winzertipp

Die Wurzeln des Weinguts von Gerhard Thüringer reichen bis in das 19. Jahrhundert zurück. In den 50er Jahren prägte vor allem Gerhards Großvater Herbert Thüringer die Geschichte des Weinguts. Gerhards Mutter Elisabeth Thüringer übernahm dann 2011 den Weinbau und die Kellerwirtschaft von ihrem Mann. Vor vier Jahren, nach Abschluss der Reife- und Diplomprüfung, stieg auch Sohn Gerhard ein und führt seit Kurzem den Familienbetrieb. Für ihn stand immer schon fest, dass der Weinbau in seinem Leben eine ganz wesentliche Rolle spielen wird. Die Arbeit macht ihm Spaß, egal ob es sich um die Pflege des Weingartens, das Keltern oder die Kundenbetreuung handelt. **Klima und Boden spielen eine wichtige Rolle und verleihen den Weinen je nach Gebiet unverwechselbaren Charakter.** Das Weinviertel ist hauptsächlich mit Grünem Veltliner bestockt, die Thüringers bauen zusätzlich Welsch, Sauvignon Blanc, Weißburgunder, Gelben Muskateller sowie Gemischten Satz an – und ein wenig Zweigelt.



Weingut Thüringer
Schwemmzeile 76
2130 Paasdorf
www.kalebassenkunst.at

GROSSE KUNST. OHNE ALLÜREN.



Spargel und Weißwein: zwei Klassiker aus Österreich, die perfekt zueinander passen und von Erde und Handarbeit erzählen. Genießen Sie den kulinari-

schen Frühling mit frisch gestochinem Spargel und Österreichs großen Weinen, die zum Spargel auch etwas Reife zeigen dürfen. [österreichwein.at](http://oesterreichwein.at)

ÖSTERREICH WEIN
Große Kunst. Ohne Allüren.



NACHGEKOCHT

Von Lesern gekocht und fotografiert

Dieses Monat hat Nicole Reiter aus dem Salzkammergut die Rote-Rüben-Laibchen aus unserem Februar-Heft nachgekocht und sagt: „Wir waren begeistert. Ich habe noch ein paar Sonnenblumenkerne für den Biss dazugemischt. Die wenigen übriggebliebenen (oder besser gesagt, geretteten) wurden am nächsten Tag als Burger zur Jause serviert.“

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

A graphic poster for Superfly.fm. It features four stylized silhouettes against a black background: a yellow silhouette at the top left, a blue silhouette of a man's face in the center, a pink silhouette of a woman's face at the bottom left, and a black silhouette of a woman's face at the bottom right. To the right of the blue silhouette, the word "PRINCE" is written in white. To the right of the pink silhouette, the word "KING" is written in white. To the right of the black silhouette, the word "QUEEN" is written in white. At the bottom, the "Superfly" logo is displayed in a large, white, cursive font, with ".fm" in smaller letters to its right. Below the logo, the text "Your Soul Radio" is written in a smaller, white, sans-serif font.



Foto: iSi GmbH / Karo Pernegger

KREATIV KOCHEN

Kochkurs mit tollen iSi Rezepten

WERBUNG

iSi
inspiring food.
GEWINNSPIEL
Anmeldung auf
GUSTO.at/
gewinnspiele

GUSTO und iSi verlosen einen Kochabend am 15. April 2020 in der GUSTO-Küche. Dabei geht es vor allem um Spaß am Genuss, Freude am Kochen und das gemeinsame Erleben vieler Geschmacksmomente. Ob Einsteiger oder Hobby-Koch – die iSi Culinary-Chefs Rainer Kratzer und Markus Leitner verraten Tipps und Tricks, wie einfach und schnell köstliche Kreationen mit iSi gelingen.

Miele



DIE NEUE GENERATION 7000

PERFEKTION NEU DEFINIERT

WWW.MIELE.AT/GENERATION7000

#LifeBeyondOrdinary



Lieblingsprodukte im April

1. Nardias Die Kokosprodukte basieren auf hochwertigem Kokosöl, das auf einer kleinen Farm auf den Philippinen hergestellt wird. Es wird ohne Zusätze, natürlich und biologisch angebaut. **2. Kusmi Tea** Setzt mit der Bio-Teesorte Tchai of the Tiger in Zusammenarbeit mit dem WWF ein Zeichen zum Schutz des Tigers im indischen Anbaugebiet.



- 3. Bärlauch** Endlich ist es soweit und die Frühjahrsküche kommt mit den feinen Blättern wieder in Fahrt: Suppen, Pestos, Nockerl und Kräuterbutter werden grün! **4. Maresi Barista Milch** Damit werden Herzen, Blätter und Bäumchen im Milchschaum auch zu Hause oder im Büro möglich. Durch die spezielle Kombination aus fettarmer Milch und mehr Milcheiweiß gelingt „Latte-Art“ leichter. **5. Gut Guntrams** Das Refugium am Rand der Buckligen Welt verarbeitet Zitrusfrüchte aus der hauseigenen Orangerie zu Salzzitronen und Zitrusaufstrichen. **6. Kresse** Zum Würzen von Brot oder Salat eignet sich das aromatische und sehr schnell keimende Kräuterlein mit hohem Vitamin-C-Gehalt. **7. Neumarkter Lammsbräu** Der Bio-Bier-Pionier bringt im Frühling zwei neue Produkte auf den Markt, die bei warmem Wetter wahre Durstlöscher sind. **8. Ölz Osterkuchen Karotte-Nuss** Ein saftiger Rührkuchen, der mit geraspelten Karotten und fein geriebenen Nüssen zur Osterzeit für eine entspannte Nachmittagsjause sorgt. **9. Eier** Stehen zu Ostern gefärbt und ungefärbt hoch im Kurs. **10. Berger Feinste Confiserie** Liegt mit ihrer neuen Schokoladenkreation mit Quinoa und Hanfsamen voll im Trend.





So süß wird Ostern

.....

Gefüllte Kekse, flaumiger Reindling, fruchtige Pavlovas, saftiger Striezel und zart schmelzende Pralinen – wir haben die besten Rezepte für Naschkatzen.

FOTOS Barbara Ster REZEPTE Charlotte Cerny

Mürbteigkekse mit Nougat

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

Schokoteig:

- ◆ 150 g weiche Butter
- ◆ 80 g Staubzucker
- ◆ 1 mittleres Ei
- ◆ 300 g glattes Mehl
- ◆ 20 g Kakao
- ◆ 1 EL Milch

Vanilleteig:

- ◆ 230 g weiche Butter
- ◆ 60 g Staubzucker
- ◆ 1 TL Vanillearoma
- ◆ 260 g glattes Mehl

Fülle:

- ◆ 260 g Nougat
-
- ◆ Mehl, Staubzucker

1. Für den Schokoteig Butter und Staubzucker ca. 5 Minuten cremig mixen. Ei untermixen, Mehl, Kakao und Milch einarbeiten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und für ca. 1 Stunde kühl stellen.
2. Für den Vanilleteig Butter, Staubzucker und Vanillearoma ca. 5 Minuten cremig mixen. Mehl einarbeiten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und für ca. 1 Stunde kühl stellen.
3. Rohr auf 180°C vorheizen. Backbleche mit Backpapier belegen.
4. Teige nacheinander auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und Kekse ausstechen. Kekse auf die Bleche legen und nacheinander im Rohr (mittlere Schiene) ca. 10 Minuten hell backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.
5. Nougat über einem Wasserbad vorsichtig erwärmen, bis er eine streichfähige Konsistenz hat. Kekse mit Nougat füllen und eventuell mit Staubzucker bestreuen.
6. Mürbteigkekse in einem luftdichten Behälter trocken lagern. Sie sind mind. 1 Monat haltbar.

Pro Stück: 97 kcal | EW: 1 g | Fett: 6 g | KH: 11 g | BE: 1 | Chol: 15 mg

Reindling

mit Orangenbutter & Pistazien

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

Germteig:

- ◆ 500 g glattes Mehl
- ◆ 270 ml warme Milch
- ◆ 60 g Kristallzucker
- ◆ 1 Pkg. Vanillezucker
- ◆ 50 g weiche Butter
- ◆ 1 mittleres Ei
- ◆ 21 g frische Germ

Füllung:

- ◆ 100 g Butter
- ◆ Schale von 2 Bio-Orangen (abgerieben)
- ◆ 60 g Pistazien (gehackt)
-
- ◆ Butter, Mehl, Staubzucker

1. Für den Teig Mehl, Milch, Zuckersorten, Butter und Ei in eine Schüssel geben. Germ hineinbröseln. Zutaten ca. 10 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.

2. Für die Fülle Butter in einem Topf erwärmen, bis sie braun wird. Das kann bis zu 20 Minuten dauern. Butter durch ein Sieb leeren und mit Orangenschale und Pistazien vermischen.

3. Gugelhupfform großzügig mit Butter ausstreichen. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche rechteckig ausrollen und großzügig mit der Buttermischung bestreichen. Teig von unten nach oben einrollen. Teigrolle mit der Naht nach unten in die Form legen. Mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

4. Rohr auf 180°C vorheizen. Reindling im Rohr (zweite Schiene von unten / Gitterrost) ca. 40 Minuten backen. Wird die Oberfläche zu dunkel, Reindling leicht mit Alufolie abdecken.

5. Reindling herausnehmen und 10 Minuten überkühlen lassen. Aus der Form stürzen und mit Staubzucker bestreut servieren.

Pro Stück: 280 kcal | EW: 6 g | Fett: 13 g | KH: 36 g | BE: 2,8
Chol: 43 mg





Mini-Pavlovas

mit Vanillejoghurt & Lemon Curd

8 Stück, Zubereitung ca. 2 Stunden

Baiser:

- ◆ 150 g Eiklar
- ◆ 220 g Feinkristallzucker
- ◆ 1 TL Apfelessig

Lemon Curd:

- ◆ 3 mittlere Eier
- ◆ 3 Dotter
- ◆ 180 g Feinkristallzucker
- ◆ Schale von 2 Bio-Zitronen (*abgerieben*)
- ◆ 150 ml Zitronensaft
- ◆ 150 g kalte Butter

Vanillejoghurt:

- ◆ 250 ml Schlagobers
- ◆ 200 g griechisches Joghurt
- ◆ Mark von 1 Vanilleschote

1. Rohr auf 150°C vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Eiklar mixen, teelöffelweise den Zucker zugeben und die Masse zu festem, glänzendem Schnee schlagen. Essig zugeben und weitere 3 Minuten mixen.

2. Masse in Form von 8 gleich großen Klecksen am Blech verstreichen und mit einem Teelöffel jeweils eine leichte Mulde formen. Temperatur auf 100°C reduzieren und die Pavlovas im Rohr (mittlere Schiene) ca. 75 Minuten backen. Rohr ausschalten, einen Spalt öffnen und die Pavlovas darin auskühlen lassen.

3. Für den Lemon Curd Eier, Dotter, Zucker, Zitronenschale und -saft unter Rühren über einem Wasserbad erwärmen. Butter zugeben. Masse unter ständigem Rühren erwärmen, bis sie eindickt. Dieser Vorgang kann bis zu 25 Minuten dauern. Vom Herd nehmen und durch ein Sieb streichen. Lemon Curd mit Folie abdecken und kalt stellen.

4. Für das Vanillejoghurt Obers cremig mixen. Joghurt und Vanillemark untermischen. Creme und Lemon Curd in den Mulden der Pavlovas verteilen.

Pro Stück: 536 kcal | EW: 7 g | Fett: 32 g | KH: 53 g | BE: 4 | Chol: 253 mg

Tipp:

Die Pavlovas können am Vortag gebacken werden. Lemon Curd und Joghurt erst vor dem Servieren darauf verteilen.





Leicht in den Tag!

Die leichte MUH

FRÜHSTÜCKS MILCH

MILCH AUS ÖSTERREICH

NEU PFEFFERTEIG MILCHSCHÜRM

LEICHTMILCH MIT 0,7% FETT

PROTEINREICH MIT KALZIUM

...gehört dazu,
jetzt probieren!

f/dieleichtemuh
www.dieleichtemuh.at



Striezel

à la Bienenstich

16 Scheiben, Zubereitung 1½ Stunden, zum Gehenlassen ca. 1½ Stunden

Germteig:

- ◆ 500 g glattes Mehl
- ◆ 230 ml Milch
- ◆ 1 Pkg. Trockengerm
- ◆ 80 g Kristallzucker
- ◆ 80 g weiche Butter
- ◆ 1 mittleres Ei

Füllung:

- ◆ 50 g Kristallzucker
- ◆ 30 g Vanillepuddingpulver
- ◆ 300 ml Milch

Belag:

- ◆ 65 g Butter
- ◆ 65 g Kristallzucker
- ◆ 1 EL Milch
- ◆ 85 g Mandelblättchen
-
- ◆ Mehl, Staubzucker

1. Für den Germteig Mehl, Milch, Germ, Zucker, Butter und Ei ca. 10 Minuten glatt verkneten. Mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.
2. Für die Füllung Zucker und Puddingpulver mit wenig von der Milch glatt rühren. Übrige Milch aufkochen. Puddingmischung zugeben und unter Rühren ca. 2 Minuten köcheln. Pudding in ein flaches Geschirr leeren, mit Folie abdecken und auskühlen lassen.
3. Für den Belag Butter, Zucker und Milch aufkochen. Mandeln zugeben und kurz mitrösten. Masse vom Herd nehmen.
4. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche rechteckig ausrollen und horizontal in 3 gleich breite Streifen schneiden. Vanillecreme in einen Dressiersack füllen und am unteren Ende von jedem Teigstreifen eine Bahn aufdressieren. Teig über die Cremefüllung einrollen. Naht etwas zusammendrücken.
5. Backblech mit Backpapier belegen. Aus den 3 eingerollten Teigstreifen einen Zopf flechten und die Enden gut zusammendrücken. Auf das Blech legen, locker mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.
6. Rohr auf 180°C vorheizen. Belag auf dem Striezel verteilen. Striezel im Rohr (mittlere Schiene) ca. 40 Minuten goldbraun backen. Wird er zu dunkel, mit Alufolie abdecken und fertig backen. Herausnehmen und auskühlen lassen. Mit Staubzucker bestreut servieren.

Pro Stück: 295 kcal | EW: 6 g | Fett: 12 g | KH: 41 g | BE: 3 | Chol: 37 mg

Eierlikör-Pralinen mit Kokos

45 Stück, Zubereitung ca. 1 Stunde, zum Kühlen ca. 10 Stunden

- 250 g Kokosette
- 200 ml gesüßte Kondensmilch
- 200 ml Eierlikör
- 300 g weiße Kuvertüre

1. Kokosette, Kondensmilch und Eierlikör verrühren. Masse abdecken und im Kühlschrank über Nacht ziehen lassen.
2. Mit einem Teelöffel Stücke abstechen, zu Pralinen formen und für ca. 2 Stunden kühlen stellen.
3. Kuvertüre hacken und über einem Wasserbad schmelzen. Etwas Kuvertüre in der Handfläche verteilen, die Kugeln darin rollen und auf Backpapier setzen. Kuvertüre härteten lassen. Pralinen in einem geschlossenen Behälter im Kühlschrank aufbewahren. Sie sind bis zu 2 Monate haltbar.

Pro Stück: 98 kcal | EW: 1 g | Fett: 7 g | KH: 8 g | BE: 0,3 | Chol: 7 mg



ALLE KAUFEN FÜR OSTERN EIN ZUM

**HOFER
PREIS,-**

Da bin ich mir sicher.



Da bin ich mir sicher.



Monarc

Ostereier gefüllt

feine Vollmilch-Schokoladen Eier, gefüllt mit

- Nugat,
 - Milchcreme,
 - Eierlikör oder
 - Erdbeer-Milchcreme
- 150 g



dauerhaft erhältlich

per Packung

1,29

-86/100 g



Monarc

Medaillon-Sitzhase

mit Schmuck-Medaillonanhänger

- Edel-Vollmilch-Schokolade,
- Zartbitter-Schokolade oder
- Weiße Schokolade

150 g



dauerhaft erhältlich

1,75

1,17/100 g

Monarc

Schoko-Bananen-Ostertiere

125 g



dauerhaft erhältlich

-,99

-79/100 g



Monarc

Oster Gelee

300 g

dauerhaft erhältlich

-,89

-30/100 g



BACKBOX

Flaumiger Butter-Briocheknopf

350 g



dauerhaft erhältlich

1,99

5,69/kg

NATUR

BIO-Confiserie Osterhase

150 g



FAIRTRADE



dauerhaft erhältlich

2,99

1,99/100 g

Abgabe nur in Haushaltsmengen und solange der Vorrat reicht. Kein Flaschenpfand, inkl. sämtlicher Steuern. Alle Artikel ohne Dekoration. Die Abbildungen verstehen sich als Servievorschläge 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.



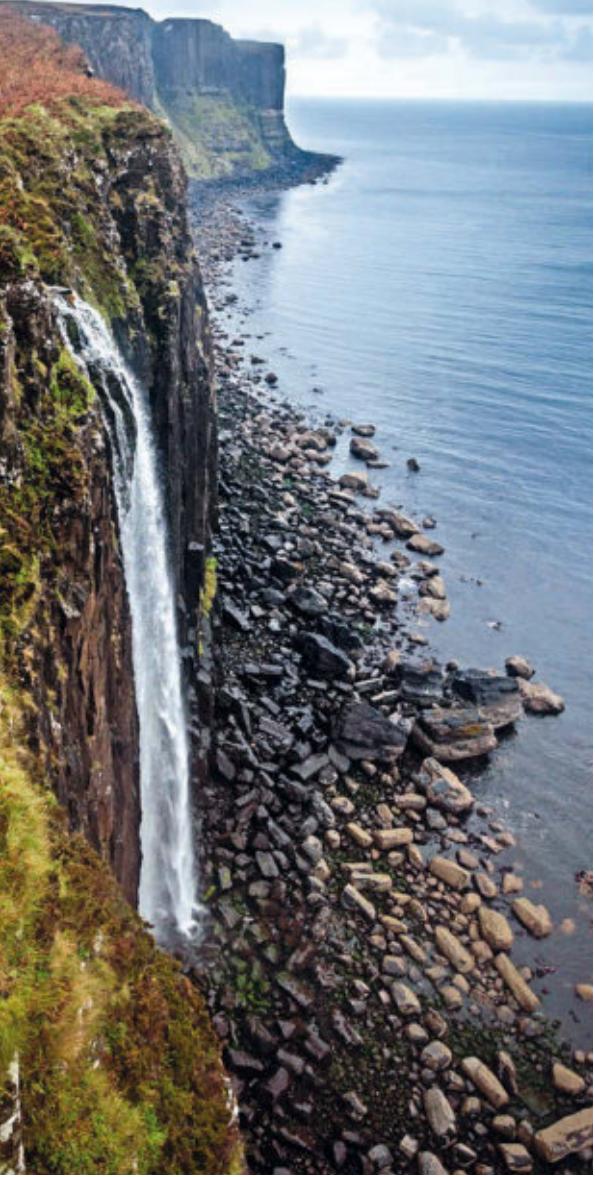


Schottland

gälisch: Alba

Während wir mit Dolf Stockhausen seine revolutionären Seven-Seals-Whiskys verkosteten, wuchs mit jedem Schlückchen die Reiselust ins Mutterland des Single Malt. Schottland ist einzigartig – Highlands und Lowlands, verträumte Burgen, malerische Städtchen und Einwohner, die Kilts tragen, Dudelsack spielen, bei den Highland Games Baumstämme werfen, die Pubkultur pflegen und stolz sind auf ihren Scotch.

TEXT Barbara Knapp



Um sich auf Schottland einzustimmen, schnuppern Sie am besten zuerst ein bisschen Stadtluft.

Edinburgh präsentiert sich zwischen mittelalterlicher Old Town und gregorianischer New Town als stilvoller Mix mehrerer Epochen. Im imposanten Edinburgh Castle lagern die Kronjuwelen, auf der Royal Mile gibt's schicke Läden, am Greyfriars Kirkyard spukt angeblich ein Poltergeist, die Victoria Street ist Drehort für so manche Hollywood Produktion und am Grassmarket reihen sich urige Pubs und Restaurants aneinander. Der Water of Leith Walkway führt durch die unterschiedlichen Stadtteile bis nach Leith, dem bunten Hafenviertel. Ob Film, Jazz, Art, Book – die schottische Hauptstadt ist weltberühmt für ihre Festivals, das Festival Fringe (heuer von 7. bis 31. August) gilt als das weltweit größte Theaterfestival mit tausenden Shows an den ausgefallensten Orten.

Aber jetzt raus in die Natur! **Die Attraktion schlechthin ist die atemberaubende Landschaft** – steile Klippen, schroffe Berge, sattgrüne Wiesen, tosende Wasserfälle, herrliche Fjorde und idyllische Seen. Und dann wären da noch die mystischen Burgen und Schlösser. Am besten erkundet man das Land mit einem Mietauto oder Motorhome. Für Letzteres spricht, dass es genug schöne

Plätze gibt, wo man stehen bleiben kann, die Lokal- und Hoteldichte sich in den Highlands in Grenzen hält und es im Sommer sehr lange hell bleibt – man weiß ja nie, wie weit man fahren möchte. Vor dem Linksverkehr muss man sich nicht scheuen, spannend sind die Single Track Roads, einspurige Straßen, in den Highlands und auf den Inseln. Dort gibt es Passing Places, die derjenige nimmt, der sie links vom Auto hat. Ob man die Westküste hoch bis **John o' Groats** und die Ostküste runterfährt oder umgekehrt, ist egal. Auf keinen Fall verpassen sollte man **Loch Lomond & The Trossachs National Park**, die **Hafenstadt Oban**, den **Glenfinnan-Viadukt**, das **zauberhafte Eilean Donan Castle**, das **reizende Städtchen Callander** und das **unvermeidliche Loch Ness**. An der Westküste bietet sich ein Abstecher auf die Isle of Skye an. Das Städtchen Portree mit seinen bunten Häusern, die Felsnadel Old Man of Storr, der malerische Landvorsprung Neist Point – die Insel ist einzigartig. **Pflicht ist der Besuch einer der unzähligen Destillerien**, in vielen kann man an einer Führung teilnehmen und die besten Single Malts verkosten. Auch kulinarisch ist Schottland eine Reise wert – es gibt großartige regionale Köstlichkeiten – ganz gleich ob im Pub oder im Michelin-Restaurant.



Way of Life!

Jetzt ist die Zeit zu handeln.



Jetzt ist die Zeit für Suzuki HYBRID.

Der Umwelt und Fahrfreude zuliebe: die intelligente Kombination aus Elektro- und Verbrennungsmotor.

Die Mild Hybrid Modelle von Suzuki sind effizient und trotzdem durchzugsstark. Denn die Kombination aus dem integrierten Startgenerator und einer extrem effizienten Lithium-Ionen-Batterie unterstützt den Motor beim Anfahren und Beschleunigen. So erhält der Antrieb im niedrigen Drehzahlbereich mehr Leistung, ohne Treibstoff zu verbrauchen. Überzeugen Sie sich selbst, jetzt bei Ihrem Suzuki Partner. Mehr Infos auf www.suzuki.at



Selbstaufladend



Kraftstoffeffizient



Umweltfreundlich

Verbrauch „kombiniert“: 5,0-6,2 l/100 km, CO₂-Emission: 113-141 g/km*

1 Suzuki = 1 Baum*

Für jedes verkauften Fahrzeug pflanzt Suzuki in Zusammenarbeit mit den Österreichischen Bundesforsten einen jungen Baum.

* Die Pflanzaktion gilt nicht als CO₂-Kompensation, da keine zusätzlichen Waldflächen geschaffen werden.



* WLTP-geprüft.

Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Abbildung zeigt Modelle in Sonderausstattung. Symbolfotos. Mehr Informationen auf www.suzuki.at oder bei allen teilnehmenden Suzuki Händlern.



Insidertipps

Restaurant: Ee-usk Fischrestaurant

Der Hotspot für Liebhaber von Fisch und Meeresfrüchten an der Westküste: schickes Ambiente, traumhafte Lage am Hafen – am besten einen Tisch an der Fensterfront reservieren. Regionalität wir hier groß geschrieben, Hummer und Krabben kommen von der Küste von Luing, Austern von Loch Linnhe, die Jakobsmuscheln von der Isle of Mull, alle Meeresfische werden lokal gefangen. Die Weinkarte gibt sich international, die Whiskykarte mit mehr als 30 Malts rein schottisch.

Ee-usk, North Pier, Oban, Argyll PA34 5QD

www.eeusk.com



B&B- und Restaurant: Callander Meadows

In diesem charmanten Stadthaus wohnt man stilvoll und isst hervorragend. Das Restaurant ist klein (unbedingt reservieren) und sehr gemütlich, die Speisekarte bietet regionale Gerichte mit Pep, besser kann man Lamm, Hochlandrind und Fisch kaum zubereiten. Die Zimmer sind very british – viel Holz, karierte Decken, Ledersessel – und dazu ein fantastisches Frühstück.

Callander Meadows

24 Main Street, Callander, FK17 8BB

www.callandermeadows.co.uk

Farm Shop & Seafood Takeaway: The Oyster Shed

In der umfunktionierten Lagerhalle auf der Isle of Skye gibt's frische Austern, Jakobsmuscheln, Garnelen, Krebse und Fischgerichte ohne Schnickschnack. Gegessen wird draußen auf rustikalen Holztischen mit phänomenalem Blick über die Landschaft. Im Shop kann man Räucherfisch, Wild, Käse, Gemüse, Gewürze, Chutney, Marmelade und andere schottische Produkte kaufen.

The Oyster Shed

Carbost Hill Rd, IV47 8SE Carbost

Isle of Skye, www.theoysterman.co.uk

Fotos: Dieter Brasch, unsplash.com, istockphoto.com



Whisky: Glengoyne Distillery

Seit 1820 wird an diesem Standort Whisky gebrannt, seit 1833 offiziell und legal. Damals wie heute verzichtete man auf Torf und verwendet zum Darren der Gerste Brennstoff aus der Region. Auch blieb man den Sherryfässern treu, die man aber nun selbst herstellt, und Glengoyne unterzieht seinen Whisky dem langsamsten Brennvorgang in ganz Schottland. All das gibt dem Glengoyne seinen unverwechselbaren Geschmack. Tipp: Es werden unterschiedliche Führungen durch die kleine, feine Distillery und Verkostungen angeboten. Slàinte mhath!

Glengoyne Distillery

Dumgoyne, Glasgow, G63 9LB, www.glengoyne.com

Single Malts

Schotten und Iren beanspruchen gleichermaßen, den Whisk(e)y erfunden zu haben. Für Liebhaber ist Single Malt das Nonplusultra, er steht für Qualität, Tradition und schottisches Lebensgefühl. Wir haben mit Erik Hirschenbrunner – er sammelt edlen Stoff und hat mit seiner Frau Hirschenbrunner Spirits gegründet – vier Malts verkostet, die unterschiedlicher nicht sein könnten. www.hirschenbrunner.com



- **Arran 10y** (46%): milder, frischer Qualitäts-malt, gereift in Bourbon- und Sherryfässern, € 37,-; *Arran Distillery, Isle of Arran*
- **Spey Beinn Dubh** (43%): rubinschwarzer Malt ohne Altersangabe (NAS, No Age Statement-Malt) mit schokoladigen, röstigen Aromen, € 67,-; *Speyside Distillery, Speyside*
- **Kilchoman 100% proof** (5th Edition, 50%): ausgewogener Whisky mit rauchiger Note und leichter Süße, € 69,-; *Kilchoman Distillery, Isle of Islay*
- **Ledaig 18y** (46,3%): Ein ausgewogenes Tröpfchen aus einer der ältesten Brennereien Schottlands, € 139,-; *Tobermory Distillery, Isle of Mull*

Hey, hey, Whisky!

Die Schotten müssen sich fürchten. Der Wahl-Grazer Dolf Stockhausen erfindet den Whisky neu. Seine Seven-Seals-Whiskys brauchen nur einen Bruchteil der gewohnten Zeit zur Reife. Und das schmeckt.

TEXT Werner Ringhofer

75, na und? Dolf Stockhausen, der früher das wahrscheinlich gewinnbringendste Unternehmen in der europäischen Chemie-industrie führte, wechselte in die Whisky-Branche. Eins war ihm aber bereits vor drei Jahren klar: „Whisky wie ihn die Schotten herstellen, braucht ordentlich Zeit. Wenn du aber mindestens zehn Jahre auf den ersten Whisky warten musst, bin ich steinalt.“ Also habe ich überlegt, wie man das Ganze beschleunigen kann.“ Und er wurde fündig. Mit seinem Verfahren ist es ihm gelungen, dass sein Whisky schon nach ein bis drei Jahren ein mindestens so gutes Aroma erzielt wie ein Whisky, der 15 bis 18 Jahre im Fass gelagert worden ist. „Wir machen eigentlich nichts anderes als die Schotten und verwenden die gleichen Rohstoffe, aber wir haben ihren Prozess zu Ende gedacht.“

Stockhausen arbeitet mit kleinen Holzchips statt wie in Schottland üblich mit Holzfässern. Man kann aber nicht einfach nur Holzstücke in den Whisky werfen und das war's. Das Übermaß an Tanninen ergibt ein völlig ungenießbares Resultat. Das Holz braucht eine Vorbehandlung mit Wasser, um die Tannine zu reduzieren, anschließend muss das Holz schonend erhitzt werden, dann bilden sich gute Aromen wie Holzzucker und Vanillin. „In Schottland werden die Fässer dagegen mit 3000 Grad ausgeflammt, da können nur wenige Aromastoffe entstehen.“ Mittlerweile hat sich Stockhausen das Verfahren patentieren lassen.

„Verletzung der Tradition“, schreien die Konservativen nicht nur in Schottland, nur alter Whisky sei guter Whisky. „Der Geschmack ist maßgebend. Nicht die Zeit“, entgegnet Dolf Stockhausen. „Wenn die schlechten Aromen raus sind und die guten drin, ist die Reifung abgeschlossen, alles andere ist Zeitverschwendug. Im Grunde sollte die Whiskyindustrie froh sein, dass damit ein Problem für sie gelöst werden könnte“, denn es herrscht Fassnotstand, weil die Nachfrage nach Single-Malt-Whisky immer höher wird.

Die Fachwelt wurde bereits aufmerksam. Jim Murray, einer der wichtigsten Whiskykritiker, führt in seiner Whisky Bible 2020 den Seven Seals Peated Double Wood Finish Cask Proof unter seinen Award Winners 2020 und verteilt auch an die anderen Seven-Seals-Whiskys sehr gute Noten. Schöner Erfolg auch beim Swiss Whisky Award 2019: **Der Seven Seals Single Malt Sherry Wood Finish Cask Proof erhielt die höchste Punktzahl und den Innovationspreis.**

Müssen sich die Schotten nun fürchten? „Fürchten werden sie mich wohl kaum, aber vielleicht wollen sie mit mir zusammenarbeiten, wenn sie meine Technologie kennen.“

7sealswhisky.at



Fotos: Sabine Hoffmann





Jürgens Ostertisch

Unser Chief of Sugar Jürgen lud zum Osterbrunch ein. Gemeinsam mit seinen Freunden veranstaltete er einen gemütlichen Vormittag. GUSTO war auch mit dabei und holte sich seine allerliebsten Osterback-Rezepte.

FOTOS Nadine Poncioni **REZEPTE** Jürgen Vsetecka

4/2020 **GUSTO** 33



Jürgen Vsetecka

Jürgen Vsetecka (oder wie er sich seit ein paar Jahren nennt: der Chief of Sugar) ist Pâtissier, gibt beliebte Backkurse in der GUSTO Küche, hat ein Backbuch namens „Süßes vom Chief of Sugar“ publiziert und erfreut seine Fans auf der Homepage chiefofsugar.at fast täglich mit Restaurantkritiken und süßen Rezepten. Zu seinem Osterbrunch lud er liebe Freunde ein und kredenzte neben salzigem Gebäck auch herrliche Kuchen.







Veganer Mandelkranz

14 Stück, Zubereitung ca. 50 Minuten

- ◆ 100 g geröstete Mandelblättchen
 - ◆ 90 g geröstete, ganze Mandeln
 - ◆ 400 g Universal-Mehl
 - ◆ 125 g geriebene Mandeln
 - ◆ 20 g Backpulver
 - ◆ 210 g Staubzucker
 - ◆ 1 Prise Salz
 - ◆ 15 g Vanillezucker
 - ◆ Schale und Saft von 1 Bio-Zitrone
 - ◆ 375 g Wasser
 - ◆ 160 g Rapsöl
-

◆ Margarine für die Backform, Staubzucker

1. Eine Gugelhupfform mit Margarine einstreichen und mit Mandelblättchen ausstreuen.
 2. Rohr auf 170°C vorheizen.
 3. Ganze Mandeln grob hacken und mit Mehl, geriebenen Mandeln, Backpulver, Staubzucker, Salz, Vanillezucker, Zitronenschale und -saft in einer großen Schüssel vermengen.
 4. Wasser und Öl hinzufügen und gut glatt rühren. In die Form gießen und im Rohr (Gitterrost / mittlere Schiene) ca. 50 Minuten backen. Mit Staubzucker bestreut servieren.
-

Niki Osl

Niki Osl ist eine gute Freundin von Jürgen und bindet wunderschöne Blumenkränze. Neben Promis wie Lana Del Ray oder Lena Hoschek trägt auch sie selbst am liebsten eines ihrer blumigen Schmuckstücke. Auf misslillyhats.com kann man ihre traumhaften Kreationen bewundern und käuflich erwerben.



Pro Stück: 399 kcal | EW: 8 g | Fett: 24 g
KH: 42 g | BE: 3,2 | Chol: 171 mg



WERBUNG

Noch besser mit Fini's Feinstes

Natur & Bio gehören zusammen wie Liebe und gutes Backen. Mit Fini's Feinstes Bio-Weizenmehl gelingt das am allerbesten und das weiß auch unser Chief of Sugar, der seine Gäste mit vielen Köstlichkeiten überraschte. Die darin enthaltenen Bio-Keimlinge machen das Mehl besonders wertvoll mit mehr Folsäure und Vitamin E & B6. Dabei behält es hervorragende Bäkeigenschaften und kann vielseitig verwendet werden.

www.finis-feinstes.at





Laktosefreie Rahmbrötchen

5 Stück, Zubereitung ca. 30 Minuten

- 250 g laktosefreier Sauerrahm
- 20 g Rapsöl
- 250 g Universal-Mehl
- 10 g Backpulver
- 5 g Salz
- 5 g getrockneter Rosmarin
- 2 TL Kümmel (*ganz*)
- 1 TL gemahlener Koriander

1. Sauerrahm und Öl verrühren. Mehl und Backpulver mischen und versieben.
2. Salz, Rosmarin, Kümmel und Koriander in einem Mörser fein mahlen.
3. Alle Zutaten rasch zu einem Teig verarbeiten.
4. Rohr auf 190°C vorheizen. Blech mit Backpapier belegen. Teig fünfteln. Jeweils zu einer Kugel formen, auf das Backblech legen und leicht flach drücken. Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 15 Minuten backen, herausnehmen und auskühlen lassen.

Pro Stück: 308 kcal | EW: 7 g | Fett: 14 g | KH: 41 g | BE: 3,2
Chol: 24 mg





Germhäschchen

10 Stück, Zubereitung ca. 1 Stunde (ca. 30 Minuten zum Rasten)

- ◆ 500 g Universal-Mehl
- ◆ 7 g Trockengerm
- ◆ 250 g Milch
- ◆ 100 g Butter
- ◆ 100 g Staubzucker
- ◆ 5 g Salz
- ◆ 2 mittlere Eier
- ◆ 1 Pkg. Vanillezucker
- ◆ 1 Ei (verquirlt)
-
- ◆ Kristallzucker

1. Mehl und Germ in einer Schüssel vermengen. Milch erwärmen und Butter darin auflösen. Zucker und Salz einrühren und mit Eiern und Vanillezucker zu einem glatten Teig verkneten. Abdecken und ca. 30 Minuten an einem warmen Ort rasten lassen (der Teig soll sich verdoppeln).
2. Teig nochmals zusammenkneten. Falls der Teig zu weich ist, etwas Mehl hinzufügen. 10 gleichgroße Stücke (je 100 g) abteilen, den restlichen Teig beiseite stellen.
3. Ein Stück zu einer 35 cm langen Stange rollen, die sich an den Enden verjüngt. Die Stange zu einem U formen. Mit einer Hand die beiden Spitzen festhalten, mit der anderen Hand den gebogenen Teil um 360 Grad drehen, sodass 2 Windungen entstehen. Der gewundene Teil ergibt den Körper, die beiden Spitzen die Ohren. Mit den restlichen Stücken ebenso verfahren.
4. Rohr auf 190°C vorheizen. Blech mit Backpapier belegen.
5. Häschchen auf das Blech legen und mit verquirltem Ei bestreichen. Aus den Teigresten 10 gleichgroße Teile portionieren, diese jeweils zu einer Kugel formen, in Kristallzucker wuzeln und als Schwänzchen auf die Körper drücken. Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 15 Minuten backen.

Pro Stück: 338 kcal | EW: 8 g | Fett: 11 g | KH: 52 g | BE: 4,3 | Chol: 90 mg



Der Umwelt und dem Geschmack zuliebe

Aus recycelten oder nachwachsenden Rohstoffen hergestellt, zu 100 % recycelbar und in bewährter Toppits® Qualität: das neue Toppits® Öko-Sortiment.



www.toppits.at

Außen Toppits® – Innen Geschmack

So gelingt der perfekte Brunch:

Brunch – die kulinarische Verbindung zwischen „Breakfast“ und „Lunch“ eignet sich besonders für viele Freunde und eine große Familie.

Die Speisen reichen von süß bis salzig und die Vielfalt an unterschiedlichen Speisen macht den Brunch aus.

Obst und Gemüse gehören genauso auf einen reich gedeckten Tisch wie Käse, Wurst, warme Ei-Gerichte und Fischvariationen.

Tipps:

- Den Käse am besten ganz zum Schluss aufschneiden, da er sonst hart wird.
- Ei-Gerichte lassen sich in einem leicht geheizten Backrohr gut warm halten.
- Bei der Blumendeko achten Sie bitte darauf, dass sie nicht zu hoch ausfällt, da sie sonst den Blick zum gegenüberliegenden Tischnachbarn behindern könnte.
- Eine leise Hintergrundmusik rundet die perfekte Stimmung ab.



NEW!

Passt wie angegossen

5 kg in 5 Wochen abnehmen!
MIT GARANTIE!

Jetzt testen!

Wenn es ums Abnehmen geht, hat jeder seine eigenen Vorstellungen und Bedürfnisse. Das neue, maßgeschneiderte Programm **meinWW™** wird persönlich auf dich und deinen Lifestyle abgestimmt. Langfristig abnehmen, optimal satt sein und maximal genießen!

1. Starte mit einem Fragebogen, und erzähl uns von deinem Alltag und deinem Lebensstil.
2. Mach dich mit deinem individuellen Plan vertraut.
3. Lebe deinen Plan, und starte deine Abnahme so, wie es am besten zu dir passt!

AKTION:

gratis Einschreibung, du sparst	€ 35,00
Wochengebühr.....	€ 22,00
Wochengebühr 10-23 Jahre	€ 12,00

Easy Pass*, das günstigste Angebot:
wöchentlich nur.....**€ 19,00**
(* Mindestbuchung: 3 Monate, danach jederzeit kündbar!)

**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. © 2020 WW International, Inc. Alle Rechte vorbehalten.

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

f [ww Österreich](#) e [ww_oesterreich](#)

Shrimps in Cocktail-sauce

4 Portionen, Zubereitung ca. 20 Minuten,
zum Marinieren ca. 15 Minuten

- ◆ 300 g Shrimps (ausgelöst, gekocht)
- ◆ 2 EL Zitronensaft
- ◆ 20 g Schnittlauch

Cocktailsauce:

- ◆ 250 ml Sauerrahm
 - ◆ 2 EL Ketchup
 - ◆ 2 EL frischer Kren (gerissen)
 - ◆ 2 EL Schlagobers (geschlagen)
 - ◆ 2 EL Weinbrand
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Shrimps auf Küchenpapier trocken-tupfen. Shrimps salzen, mit dem Zitronensaft vermischen und kurz ziehen lassen.

2. Für die Sauce Sauerrahm mit Ketchup, Kren, Obers und Weinbrand verrühren. Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Shrimps untermischen und ca. 15 Minuten marinieren lassen.

3. Für die Garnitur Schnittlauch fein schneiden. Shrimps anrichten und mit Schnittlauch bestreut servieren.

Pro Portion: 226 kcal | EW: 16 g | Fett: 14 g
KH: 6 g | BE: 0,5 | Chol: 135 mg





Pikanter Eiaufstrich

4 Portionen, Zubereitung ca. 30 Minuten

- ◆ 5 mittlere Eier (*hart gekocht*)
- ◆ 1 Bund Schnittlauch
- ◆ 250 g Topfen (20 % Fett)
- ◆ 3 EL Mayonnaise
- ◆ 1 gestr. EL Senf
- ◆ 2 EL Petersilie (*gehackt*)
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Eier schälen und grob raspeln. Schnittlauch fein schneiden. Topfen mit Mayonnaise und Senf verrühren. Eier, Petersilie und zwei Drittel vom Schnittlauch untermischen.
2. Aufstrich mit Salz und Pfeffer würzen und mit übrigen Schnittlauchröllchen bestreut servieren.

Pro Portion: 259 kcal | EW: 17 g | Fett: 19 g | KH: 4 g | BE: 0,3
Chol: 308 mg

Kräuter- aufstrich

4 Portionen, Zubereitung ca. 30 Minuten

- ◆ 1 Pkg. Gartenkresse
- ◆ 2 Bund Schnittlauch
- ◆ 200 g Topfen
- ◆ 300 g Frischkäse
- ◆ 1 EL Senf
- ◆ 1 EL Zitronensaft
- ◆ 1 EL Majoran (*gehackt*)
- ◆ 1 EL Thymian (*gehackt*)
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Kresseblättchen abschneiden. Schnittlauch fein schneiden. Topfen mit Frischkäse, Senf, Salz, Pfeffer und Zitronensaft verrühren.
2. Zwei Drittel von der Kresse einrühren, Schnittlauch, Majoran und Thymian untermischen. Aufstrich anrichten und mit übriger Kresse bestreuen.

Pro Portion: 307 kcal | EW: 17 g | Fett: 24 g | KH: 24 g | BE: 0,5 | Chol: 64 mg



Prosciutto-Striezerl

10 Stück, Zubereitung ca. 1 Stunde, zum Rasten 30 Minuten

- ◆ 110 g Milch
- ◆ 60 g Butter
- ◆ 3 g Salz
- ◆ 20 g Staubzucker
- ◆ 15 g Germ
- ◆ 270 g Universal-Mehl
- ◆ 3 Dotter
- ◆ 100 g Prosciutto
- ◆ 1 Ei (verquirlt)

1. Milch, Butter, Salz und Zucker erwärmen (nicht kochen). Germ in die lauwarme Milch bröseln und darin auflösen.
2. Mehl und Dotter in eine Schüssel geben. Milchmischung zugeben und zu einem glatten Teig verarbeiten. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten rasten lassen, bis er sich verdoppelt hat.
3. Prosciutto klein schneiden, zum Teig geben und nochmals verkneten.
4. Teig in 10 gleichgroße Stücke teilen. Ein Stück zu einer gleichmäßigen Stange wuzeln, diese dritteln und zu einem Zopf flechten. Mit den restlichen Stücken ebenso verfahren.
5. Rohr auf 190°C vorheizen. Blech mit Backpapier belegen.
6. Striezel auf dem Blech kurz rasten lassen, mit verquirltem Ei bestreichen und im Rohr ca. 10 Minuten backen.

Pro Stück: 209 kcal | EW: 8 g | Fett: 10 g | KH: 24 g | BE: 1,8 | Chol: 112 mg





AT-BIO-902
AT-Landwirtschaft



Natürlich backe ich besonders gern



Neu

- 100% Bio-Getreide aus den besten regionalen Anbaugebieten in Niederösterreich und dem Burgenland
- Mit wertvollen Bio-Keimlingen
- Hervorragende Backeigenschaften
- Vielseitig verwendbar

ENTDECKE DIE **Fini** IN DIR ↗
finis-feinstes.at

Danke

Vielen Dank an Jürgens Freunde: **Thomas Kirchgrabner** (die bessere Hälfte von Jürgen und Head of Couture Atelier von Lena Hoschek), **Renata Foumanova** und ihr entzückender, blonder Lockenkopf **Aaron**, unser motivierter Testesser **Faris**, sowie **Eva** und **Jörg Egartner** mit den beiden Jüngsten am Tisch, ihren bezaubernden Kindern **Anna** und **Maximilian**.

Danke an Iris Hobel von Blumenwerk für die wunderschönen Blumen. **Kleiner Tipp von ihr:** Schnittblumen regelmäßig ein wenig anschneiden und alle zwei Tage das Wasser erneuern. So hat man am längsten Freude.

Das schöne Geschirr stammt von **Motel a Miio**, einem Münchner Keramik-Label, das handgefertigtes Geschirr aus Portugal anbietet. Auch farblich kommt man hier bei der Vielzahl an Möglichkeiten ganz auf seine Kosten. Zu betrachten gibt es die unzähligen Kollektionen und Accessoires unter motelamii.com oder im Wiener Shop in der Neubaugasse 51.



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 Gebäck und Frühstück:

Beim Brunch ist die Reihenfolge der Speisen nicht vorgegeben. Anders wie beim Dinner darf man auch mit süßen Dingen beginnen.

Gebäck gehört in die Kategorie „Fingerfood“. Sie dürfen also ohne schlechtes Gewissen Ihre Weckerl mit den Fingern verspeisen. Bei Brotscheiben ist es laut Knigge aber auch erlaubt, diese in Stücke zu schneiden und mit dem Besteck zu essen. Was bei Gebäck zu beachten ist: Bitte nicht die Rinde mit Butter bestreichen, sondern nur die Krume.

Eier sollten nicht geköpft werden. Klopfen Sie die Spitze mit dem Eierlöffel leicht an und pellen Sie den oberen Teil der Eierschale ab. Die Schalen bitte nicht auf dem Teller liegen lassen, sondern in den Tischeimer oder auf einem separaten Teller ablegen.

Benutztes Besteck sollte zudem nicht auf dem Tischtuch abgelegt werden. Außerdem wird das Messer nicht an der Gabel abgeputzt.



Gedeckter Birnen-Grießkuchen

16 Stück, Zubereitung ca. 45 Minuten (ca. 8 ½ Stunden zum Rasten und Kühlen)

- ◆ 300 g Universal-Mehl
- ◆ 200 g kalte Butter
- ◆ 100 g Staubzucker
- ◆ 1 Pkg. Vanillezucker
- ◆ 1 Prise Salz
- ◆ 1 mittleres Ei
- ◆ 1 MS Zimt
- ◆ 1 MS gemahlener Koriander
- ◆ 1,5 kg sehr reife Birnen
- ◆ 2 Bio-Zitronen
- ◆ 120 g Grieß
- ◆ 1 Ei (verquirlt)
-
- ◆ Mehl

1. Mehl, Butter, Staubzucker, Vanillezucker, Salz, Ei, Zimt und Koriander rasch zu einem Mürbteig verkneten. Teig halbieren und im Kühlschrank ca. 30 Minuten rasten lassen.
2. Währenddessen die Birnen schälen und das Kerngehäuse ausschneiden. Das Fruchtfleisch soll etwa 1,2 kg ergeben. Birnen mit einer Reibe (grobe Seite) in eine Schüssel reiben. Saft und abgeriebene Schale der Zitronen untermischen. Grieß einrühren und ca. 15 Minuten ziehen lassen.
3. Rohr auf 180°C vorheizen. Backform (32 x 22 cm) mit Backpapier auslegen.
4. Eine Hälfte des Teigs auf einer bemehlten Arbeitsfläche in Backform-Größe ausrollen. Mürbteig in die Form legen und ca. 10 Minuten (Gitterrost / mittlere Schiene) backen, bis er etwas Farbe bekommen hat.
5. Währenddessen zweite Teighälfte ebenso ausrollen. Form aus dem Rohr nehmen und Birnenmasse darin verteilen. Mit dem ausgerollten Mürbteig abdecken. Mit verquirltem Ei bestreichen und mit einer Gabel vorsichtig ein Muster einritzen.
6. Im Rohr ca. 55 Minuten (Gitterrost / mittlere Schiene) backen, herausnehmen und mindestens 8 Stunden (am besten über Nacht) im Kühlschrank kühlen.

Pro Stück: 259 kcal | EW: 4 g | Fett: 12 g | KH: 38 g | BE: 2,5 | Chol: 55 mg



SÜB



Oster- körbchen *aus Germteig*

Ob Sie darin Blumen arrangieren oder bunte Ostereier – dieses reizende Körbchen ist der Blickfang schlechthin. Was so kunstvoll aussieht, gelingt mit unserer Schritt-für-Schritt-Anleitung, ein bisschen Fingerspitzengefühl und etwas Geduld mit Garantie. Viel Spaß beim Kneten, Flechten und Zusammensetzen!

FOTOS Barbara Ster **REZEPT** Charlotte Cerny



1. Milch erwärmen (nicht kochen), Germ darin auflösen. Mehl, Zucker, Butter, Zitronenschale, Salz und Germmischung ca. 10 Minuten zu einem glatten Teig kneten. In eine Schüssel legen, mit Frischhaltefolie abdecken und ca. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.



2. Teig halbieren, einen Teil mit Folie abdecken. Den zweiten in 20 Stücke teilen und zu je ca. 32 cm langen Strängen rollen.



3. 10 Stränge vertikal auf ein Tuch legen, jeden zweiten (2–4–6–8–10) wegklappen und einen Teigstrang horizontal auflegen. Stränge wieder zurücklegen. Nun Stränge 1–3–5–7–9 wegklappen und einen weiteren Strang horizontal auflegen. Vorgang wiederholen und eng flechten, damit keine Lücken entstehen. Gitter mit Folie locker abdecken und ca. 30 Minuten ruhen lassen.



4. Zweite Teighälfte halbieren. Für den Korb-rand eine Hälfte zu 3 Strängen rollen und flechten. Zopf zu einem Kranz legen, Enden zusammendrücken und auf ein Blech legen. Abdecken und ca. 30 Minuten ruhen lassen.



5. Übrigen Teig halbieren. Ein Stück zu 3 Strängen rollen, flechten und zu einem kleineren Kranz formen. Enden zusammendrücken. Zwei Schüsseln (\varnothing 28 cm) mit Alufolie umwickeln und mit Backspray einfetten. Für den Henkel übrigen Teig zu 3 Strängen rollen, flechten und den Zopf über eine der Schüsseln legen. Teige abdecken und ca. 30 Minuten ruhen lassen.



6. Rohr auf 180°C vorheizen. Blech mit Backpapier belegen. Teiggitter auf die zweite Schüssel legen, Enden wegschneiden. Gitter mit Ei einstreichen und im Rohr (zweite Schiene von unten) ca. 45 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und auskühlen lassen. Schüssel vorsichtig vom Korb lösen.



7. Einzelteile mit Ei bestreichen und im Rohr (mittlere Schiene) goldbraun backen. Herausnehmen und auskühlen lassen. Teigstücke zusammensetzen und mit Holzspießen fixieren.

Zubereitung
ca. 2 ½ Stunden,
zum Gehenlassen
ca. 2 Stunden

Germteig:

- 500 ml Milch
- 1 Würfel Germ (42 g)
- 1 kg glattes Mehl
- 80 g Kristallzucker
- 50 g weiche Butter
- Schale von 1 Bio-Zitrone (abgerieben)
- 1 TL Salz
- 1 Ei (verquirlt)
-
- Backspray

EINFACH MEHR



Henkel

Wenn Sie keine zweite, gleich große Schüssel haben, können Sie den Henkel auch direkt auf dem Blech backen.



Teigreste

Zu lange Stränge wegschneiden, neue Stränge daraus rollen und in das Gitter einflechten.



Kranz

Um sicher zu gehen, dass der Kranz auf den gebackenen Korb passt, können Sie ihn um die Schüssel legen und backen oder eine Schablone auf einem Bogen Backpapier anzeichnen.



Blumen

Wenn Sie Blumen in das Osterkörbchen geben möchten, sollten Sie einen Steckschwamm in eine kleine Schüssel geben und wässern. Danach können Sie die Blumen und Blüten hineinstecken.



PESTO

Glück im Glas

Pesto schmeckt nicht nur mit Pasta, es passt wunderbar auf getoastetes Weißbrot, peppt Salate auf und gibt Suppen den gewissen Kick. Wir zeigen Ihnen, dass man Pesto Genovese auch vegan zubereiten kann, und haben andere, ungewöhnliche Kombinationen vorbereitet.

FOTOS Michael Rathmayer **REZEPTE** Wolfgang Schlüter

GESCHIRR www.seiz-keramik.at, www.elsi-tischkultur.at







BASILIKUM- PESTO (VEGAN)

2 Gläser (Inhalt je 250 ml), Zubereitung ca. 15 Minuten

- ◆ 200 g Basilikum
 - ◆ 40 g Pignoli
 - ◆ 6 kleine Knoblauchzehen
 - ◆ 250 ml Olivenöl
 - ◆ 60 g Hefeflocken
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Basilikumblätter von den Stielen zupfen. Pignoli trocken rösten, umfüllen und auskühlen lassen. Knoblauch schälen und grob schneiden.
 2. Basilikum, Pignoli und Knoblauch mit dem Öl vermischen und in einem Kutter fein pürieren. Hefeflocken einrühren und das Pesto mit Salz und Pfeffer würzen.
 3. Pesto in Gläser füllen, verschließen und kühl stellen.
-

Pro 100 g: 478 kcal | EW: 8 g | Fett: 48 g | KH: 9 g | BE: 0,3 | Chol: 0 mg

FEIGEN-RADICCHIO-PESTO

MIT ROSMARIN UND FETA

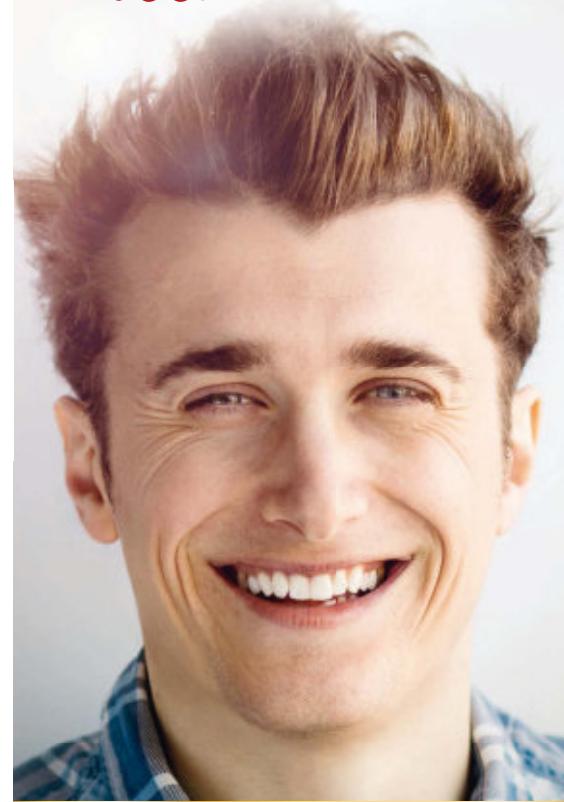
4 Gläser (Inhalt je 250 ml), Zubereitung ca. 35 Minuten

- ◆ 150 g Feta
 - ◆ 20 g Rosmarin
 - ◆ 250 g Radicchio Treviso
 - ◆ 6 mittlere Feigen
 - ◆ 50 ml Olivenöl
 - ◆ 80 ml roter Portwein
 - ◆ 1 EL Balsamico
 - ◆ 1 EL Honig
 - ◆ 5 EL Preiselbeercompott
 - ◆ Saft von 2 Limetten
 - ◆ 150 g Macadamianüsse (*klein gehackt*)
 - ◆ 3 EL Petersilie (*gehackt*)
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Feta grob raspeln. Rosmarinnadeln abzupfen und klein hauen. Radicchio putzen, längs halbieren und quer in kurze Streifen schneiden.
2. Feigen längs halbieren, in 2 EL vom Öl bei schwacher Hitze beidseitig anbraten und aus der Pfanne nehmen. Bratrückstand mit Portwein und Balsamico ablöschen, Rosmarin zugeben und die Flüssigkeit aufkochen. Radicchio einrühren und in der Reduktion ziehen lassen.
3. Feigen, Honig, Preiselbeercompott, Limettensaft und übriges Öl fein pürieren. Nüsse, Petersilie, Feta und die Radicchiomischung einrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Pesto in Gläser füllen, verschließen und kühl stellen.

Pro 100 g: 184 kcal | EW: 3 g | Fett: 14 g | KH: 14 g | BE: 0,9 | Chol: 7,6 mg

DAMIT ER
SEIN LÄCHELN
NICHT VERSTECKEN
MUSS.



Chlorhexamed – dein Zahnfleisch darf dir nicht wurscht sein.

Chlorhexamed FORTE Mundspülösung

- bekämpft Bakterien bis zu 12 Stunden
- unterstützt den Heilungsprozess
- bei Zahnfleischentzündungen und operativen Eingriffen in Mund- und Rachenraum





RICOTTA-PESTO MIT HASELNÜSSEN UND ESTRAGON

3 Gläser (Inhalt je 250 ml), Zubereitung ca. 15 Minuten

- ◆ 160 g Haselnüsse
 - ◆ 100 g Estragon
 - ◆ 6 kleine Knoblauchzehen
 - ◆ 500 g Ricotta
 - ◆ 100 g Grana (*fein gerieben*)
 - ◆ 80 ml Olivenöl
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Nüsse in einer trockenen Pfanne rösten, umfüllen und nicht zu fein hacken. Estragonblättchen abzupfen und hacken. Knoblauch schälen und klein schneiden.
2. Ricotta, Knoblauch, Estragon, Nüsse, Grana und Öl gut verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Pesto in Gläser füllen, verschließen und kühl stellen.

Pro 100 g: 301 kcal | EW: 9 g | Fett: 28 g | KH: 7 g | BE: 0,4 | Chol: 34 mg

Tipp:

Eventuell zusätzlich mit klein geschnittenen, getrockneten Paradeisern vermischen.

Klima 
**Musterstadt
Wien**

bezahlte Anzeige



Essen statt wegwerfen!

Bis zu einem Viertel aller CO₂-Emissionen stammen aus Lebensmittelproduktion, Transport und Lagerung. In Wien landen rund 25 % der Lebensmittel unverbraucht, oft original verpackt, im Müll. Das ist zu viel! Essen gehört in den Magen, nicht in den Mist! Kauf bewusst ein, achte auf regionale Produkte, die dank der kurzen Transportwege klimafreundlich sind. Die Stadt Wien unterstützt Einrichtungen, die intakte Lebensmittel weitergeben. Gemeinsam machen wir Wien CO₂-neutral.



ORIENTALISCHES PESTO

5 Gläser (Inhalt je 200 ml), Zubereitung ca. 30 Minuten

- ◆ 200 g getrocknete Paradeiser (*in Öl, abgetropft*)
 - ◆ 200 g Soft-Datteln (*ohne Kern*)
 - ◆ 6 kleine Knoblauchzehen
 - ◆ 300 ml Gemüsesuppe
 - ◆ 120 g Tahin (*Sesampaste*)
 - ◆ 80 ml Olivenöl
 - ◆ 200 g Pecorino (*fein gerieben*)
 - ◆ 140 g Pistazien (*gehackt*)
 - ◆ 4 EL Petersilie (*gehackt*)
 - ◆ 4 EL Oregano (*gehackt*)
 - ◆ 1 TL Kreuzkümmel
 - ◆ 2 TL Ras el-Hanout
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Paradeiser auf Küchenpapier trockentupfen. Datteln und Paradeiser klein würfeln. Knoblauch schälen und hacken. Suppe aufkochen, Paradeiser und Knoblauch zugeben und darin ca. 4 Minuten köcheln.

2. Datteln, Tahin und Öl unterrühren. Mischung in einem Kutter pürieren und umfüllen. Pecorino, Pistazien, Petersilie und Oregano unterrühren. Pesto mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Ras el-Hanout würzen, in Gläser füllen, verschließen und kühl stellen.

Pro 100 g: 302 kcal | EW: 11 g | Fett: 21 g | KH: 20 g | BE: 0,5 | Chol: 14 mg



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



Oster- Überraschungsei

FOTOS Barbara Ster REZEPT Charlotte Cerny

Ava und ihre Mama Anna brachten die lang ersehnte Sonne in die GUSTO-Küche und überraschten uns mit einem süßen Ei. Fast zu schade, um vernascht zu werden!



**12 Stück, Zubereitung ca. 2 Stunden,
zum Kühlen ca. 1 Stunde**

- ◆ 350 g weiche Butter
- ◆ 350 g Kristallzucker
- ◆ 6 mittlere Eier
- ◆ 500 g glattes Mehl
- ◆ 2 gestr. TL Backpulver
- ◆ 200 g Joghurt
- ◆ Schale von 2 Bio-Zitronen (abgerieben)

Creme:

- ◆ 200 g weiße Kuvertüre
- ◆ 600 g Mascarpone
- ◆ 150 g Staubzucker

Deko:

- ◆ 200 g Süßigkeiten (Schokolinsen etc.)
-
- ◆ Butter, Semmelbrösel

1. Rohr auf 180°C vorheizen.
2 Gugelhupfformen (600 ml) mit Butter ausstreichen und mit Bröseln ausstreuen.
2. Butter und Kristallzucker ca. 5 Minuten cremig mixen. Eier einzeln untermixen. Mehl, Backpulver und Joghurt untermischen. Zitronenschale zugeben und einrühren.



Gut zu wissen:

Für die Herstellung des Ja! Natürlich Bio-Rohrohrzuckers wird ausschließlich FAIRTRADE Bio-Zuckerrohr aus Paraguay verwendet. Dieses wird zunächst schonend gepresst und unter Vakuum eingedickt. Anschließend werden Zuckerkristalle zugesetzt, die durch die anhaftende Melasse noch braun sind. Der auskristallisierte Zucker wird von dem anhaftenden Sirup getrennt und anschließend getrocknet. Das Ergebnis ist ein heller Bio-Rohrohrzucker.



3. Masse in den Formen verteilen. Im Rohr (zweite Schiene von unten / Gitterrost) ca. 50 Minuten backen. Herausnehmen und 10 Minuten überkühlen lassen. Aus den Formen stürzen und abkühlen lassen.



Ich liebe Überraschungen! Und noch dazu, sieht dieses Bio-Ei so süß aus.



4. Für die Creme Kuvertüre über einem Wasserbad schmelzen. Mascarpone und Zucker cremig mixen. Kuvertüre untermischen.



5. Gugelhupfböden mit einem Messer begradigen und die Löcher evtl. vergrößern. Einen Gugelhupf verkehrt auf den Servierteller stellen und Boden dünn mit Creme bestreichen. Zweiten Kuchen darauf stellen und leicht andrücken, evtl. mit Zahntastern fixieren. Rundum mit der Creme bestreichen. Loch vom Kuchen mit Süßigkeiten füllen.

6. Loch mit Creme verschließen. Ei für ca. 1 Stunde kalt stellen. Mit Süßigkeiten verzieren.



Ava

Die kleine Ava hat die GUSTO-Redaktion ganz schnell um den Finger gewickelt. Sie wusste sofort, in welcher Lade wir unsere Nervennahrung (Himbeerzucker! Schoko!) aufbewahren. Eigentlich liebt Ava etwas anderes aber viel mehr als Süßes: nämlich mit ihrer besten Freundin Mona Sushi zu essen!





SALZKAMMERGUT

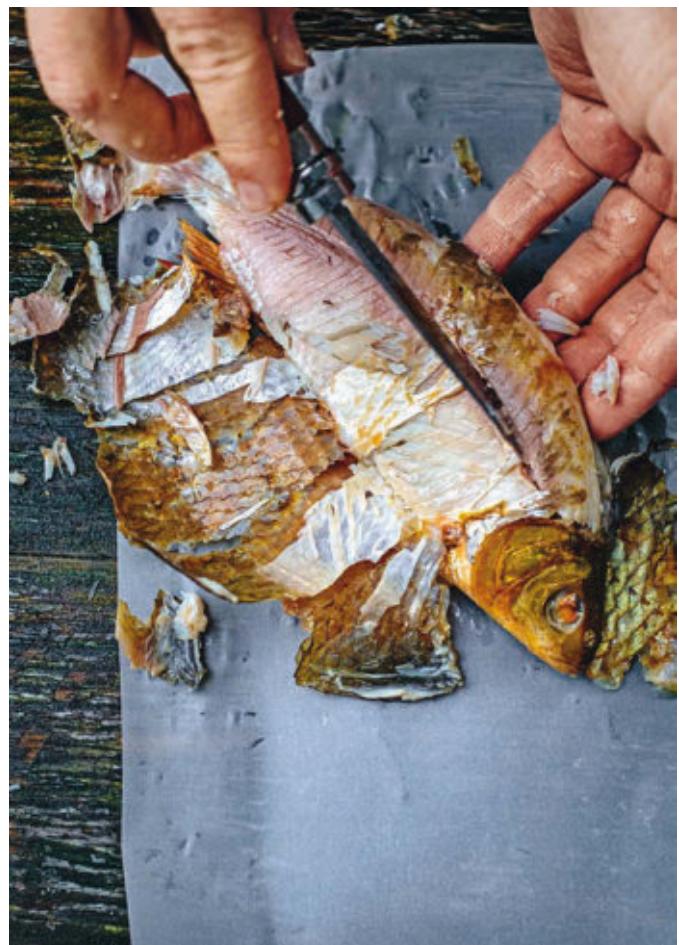
Das Kochbuch

Katharina Seiser und Lukas Nagl fangen in ihrem neuen Buch den Geschmack des Salzkammergutes ein. Mit liebgewonnenen, behutsam ins Heute geholten Klassikern und mit neu entwickelten Rezepten, die immer die Region erspüren lassen, mit Eindrücken und Geschichten aus allen Jahreszeiten.

Wir präsentieren fünf wunderbare Rezepte
aus „Salzkammergut“.

FOTOS Thomas Apolt / Brandstätter Verlag **REZEPTE:** Lukas Nagl & Katharina Seiser





Salzkammergut
Das erste Kochbuch zu
einer der schönsten
Regionen Österreichs!
Lukas Nagl, Katharina
Seiser, Wolfgang Gröller,
Thomas Apolt
Brandstätter Verlag, € 35,-



Lauwarmer Schaffrischkäse

mit Molkesauce & Rhabarber-Chutney

Zutaten für 4 Personen

- ◆ 4 Schaffrischkäsegupferl mit Molke
(à 100 g und insg. 400 g Molke)

Rhabarberchutney:

- ◆ 300 g Rhabarber
- ◆ 2 kleine Äpfel (100 g Apfelwürfel)
- ◆ 150 g Zwiebeln
- ◆ 20 g frischer Ingwer
- ◆ 80 g Gelierzucker (2:1)
- ◆ 2 EL neutrales Sonnenblumenöl
- ◆ 8 Wacholderbeeren
- ◆ 50 ml Himbeeressig (alternativ Rotweinessig)
- ◆ Salz

Molkesauce:

- ◆ 400 g Molke (von den Schaffrischkäsegupferln)
- ◆ je 1 TL Anis, Koriander und Fenchel ganz
- ◆ 1 Lorbeerblatt
- ◆ 1 EL Maisstärke
(mit 2 EL kaltem Wasser angerührt)
- ◆ 150 g eiskalte Butter in Stücken
- ◆ Salz
- ◆ 20 g Crème fraîche

Sonstiges:

- ◆ Taubnesselblüten
(alternativ Wildkräuter oder Rucola)
- ◆ Estragonöl
(Grünes Kräuteröl, Rezept im Buch,
alternativ grün-grasig-bitter-scharfes Olivenöl)

1. Für das Chutney Rhabarber putzen (schälen nicht nötig), Stangen je nach Dicke längs vierteln oder achteln und in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden. Äpfel schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden, Ingwer mit einem kleinen Löffel abschaben/schälen und fein hacken.

2. In einen Topf mit dickem Boden Zucker einstreuen, auf mittlerer bis hoher Hitze erhitzen, bis der Zucker schmilzt und hellbraun karamellisiert, dabei nicht rühren. Zwiebelwürfel mit dem Sonnenblumenöl dazugeben, kurz anschwitzen. Ingwer, Äpfel und Rhabarberwürfel zugeben und kurz mitanschwitzen. Wacholderbeeren andrücken und zugeben. Mit Himbeeressig ablöschen, falls nötig etwas Wasser zufügen. 10 Minuten köcheln lassen. Leicht salzen und falls nötig noch mit etwas Essig nachsäuern. Heiß in ein sauberes Rex- oder Schraubglas abfüllen und gut verschließen.

3. Für die Molkesauce Molke mit Gewürzen und Lorbeer in einem Topf aufkochen und auf die Hälfte reduzieren. Durch ein Sieb in einen anderen Topf passieren. Mit der angerührten Maisstärke abbinden und einmal aufkochen. Zur Seite ziehen. Die eiskalte Butter langsam Stück für Stück zufügen und mit dem Spiralbesen emulgieren. Mit Salz und Crème fraîche abschmecken.

4. Für die Gupferl den Backofen auf 80 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und die Gupferl darin ca. 10 Minuten leicht erwärmen (nicht zu lange und nicht zu heiß, sonst zerfallen sie). Auf Teller umheben, mit der heißen Sauce übergießen. Etwas Rhabarberchutney auf den Tellern verteilen. Mit Wildkräutern und Estragonöl garnieren.

Getränke: Grüner Veltliner oder Rhabarber-Soda

In alpinen Regionen werden seit Jahrtausenden Schafe (und Ziegen) gehalten. Im Frühjahr beginnt die Lambsaison, bis zum Ende des Sommers gibt's auch Milch, Käse und Molke.





Nocken gibt's im Salzkammergut schon lange, z.B. die rustikalen Holzknechtnocken aus Mehl und Schmalz. Diese hier sind wesentlich feiner. Mit dem Pesto aus altem Brot und jungem Bärlauch ideal für kalt-nebelige Frühlingstage.

Butternockerl mit Bärlauch-Brot-Pesto

Zutaten für 4 Personen

Bärlauch-Brot-Pesto:

- ◆ 125 g Bärlauch
- ◆ ½ Knoblauchzehe
- ◆ Msp. getrocknete Lavendelblüten
- ◆ 50 g Altbrotbrösel
(Randstücke von Schwarzbrot in dünne Scheiben schneiden, zum Trocknen auf den Ofen/Heizkörper legen, wie Semmelbrösel fein reiben)
- ◆ 60 g neutrales Sonnenblumenöl
- ◆ Salz
- ◆ schwarzer Pfeffer

Butternockerl:

- ◆ 5 Eier
- ◆ 200 g weiche Butter
- ◆ 100 g griffiges Weizenmehl
- ◆ 100 g Weißbrotbrösel
(aus entrindetem, trockenem Weißbrot)
- ◆ Salz

Butterbrösel:

- ◆ 50 g Butter
- ◆ 1 Knoblauchzehe
- ◆ 100 g Altbrotbrösel
(Randstücke von Weiß- oder Schwarzbrot in dünne Scheiben schneiden, zum Trocknen auf den Ofen/ Heizkörper legen, wie Semmelbrösel fein reiben) oder Semmelbrösel
- ◆ Salz
- ◆ 100 g Bergkäse
- ◆ evtl. Wildkräuter (z.B. gebratener Spitzwegerich)

1. Für das Pesto Bärlauch grob hacken und in einem Standmixer mit Knoblauch, Lavendelblüten und Altbrotbröseln gut durchmixen. Dabei Öl langsam einlaufen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Für die Butternockerl-Masse Eier trennen. Weiche Butter mit dem Handmixer sehr schaumig schlagen, Dotter einzeln einmischen. Mehl mit Bröseln mischen. Eiweiß mit Salz nicht zu steif schlagen und mit der Mehl-Brösel-Mischung abwechselnd zuerst mit dem Schneebesen (Konsistenz der Massen angeleichen), dann mit dem Teigschaber unter den Abtrieb heben. Masse zugedeckt im Kühlschrank 1 Stunde gut durchkühlen lassen.
3. Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen.
4. Für die Butterbrösel Butter erwärmen, mit dem Knoblauch mit dem Stabmixer mixen. In die Brösel mischen und mit den Händen gut verreiben. Auf einem Blech mit Backpapier flach ausgebreitet im vorgeheizten Backofen bei häufigem (alle 5 Minuten) Umrühren braun rösten (dauert ca. 30 Minuten).
5. Wasser in einem großen, weiten Topf aufkochen und salzen. Von der Nockerlmasse mit einem Löffel kleine Nockerl oder Häufchen ausschneiden und ins kochende Wasser geben. Sofort Hitze zurückschalten und die Nockerl ca. 15–20 Minuten (nach der Hälfte der Zeit einmal wenden und Deckel auf den Topf geben) bei kleiner Hitze pochieren (unter dem Siedepunkt ziehen lassen).
6. Bergkäse reiben.
7. Butternockerl mit einem Siebschöpfer herausnehmen und in einen tiefen Teller oder ein Pfandl geben, mit Butterbröseln und Käse bestreuen und mit dem Pesto servieren. Evtl. mit Wildkräutern garnieren.

Variante: Statt Bärlauch Basilikum, Liebstöckel oder mit Kräutern gemischten Blattspinat nehmen.

Getränk: Sauvignon blanc, Pinot grigio oder säurebetonter Rosé

Hechtbratl

mit 7-Kräuter-Spinat und Dirndl

Zutaten für 4 Personen

Lack:

- ◆ 0,33 ml Schwarzbier
- ◆ 250 ml Apfelsaft
- ◆ 250 ml Kürbiskern Shoyu
(*Luvi Fermente, alternativ Sojasauce*)
- ◆ 30 g dunkles Miso

Spinatgewürz:

- ◆ 5 g Sesam
- ◆ 5 g Koriander
- ◆ 3 g Kreuzkümmel
- ◆ Msp. Kurkuma (*gemahlen*)

Hechtbratl:

- ◆ 30 g frischer Ingwer
- ◆ 4 Knoblauchzehen
- ◆ 2 EL Apfelessig
- ◆ 1 gestr. TL Kümmel ganz
- ◆ 800 g Hechtfilet
(*entgrätet oder geschröpf, vom Fischhändler*)
- ◆ griffiges Weizenmehl zum Mehlieren
- ◆ 4 EL neutrales Sonnenblumenöl
- ◆ 1 EL Butter

7-Kräuter-Spinat:

- ◆ 12 Dirndl-Oliven (*Rezept im Buch*)
- ◆ insgesamt 500 g Blattspinat und
grüne Kräuter (*Brennnesseln, Taubnesseln, Dill,
frischer Koriander, Petersilie, Scharfgarbe –
% Spinat, % Kräuter*)
- ◆ 25 g neutrales Sonnenblumenöl
- ◆ Salz
- ◆ Spinatgewürz

1. Für den Lack Bier mit Apfelsaft und Shoyu aufkochen und auf ein Viertel reduzieren. Mit der Misopaste mit dem Stabmixer aufmixen.
2. Für den Hecht Ingwer mit einem kleinen Löffel abschaben/schälen und reiben, ebenso 2 Knoblauchzehen. Beides mit Essig und Kümmel verrühren und den Hecht damit 2 Stunden nur auf der Fleischseite marinieren.
3. Für das Spinatgewürz Sesam, Koriander und Kreuzkümmel in einer Pfanne trocken anrösten, bis sie zu duften beginnen. Mit Kurkuma im Universalzerkleinerer mixen.
4. Backofen auf 210 °C Umluft vorheizen.
5. Hecht auf der Hautseite mehlieren und im Öl in einer Pfanne nur auf der Hautseite 3–4 Minuten knusprig braten, dabei darauf achten, dass der Fisch roh bleibt. Filet mit der Haut nach oben in ein mit Butter ausgestrichenes Reindl geben, restliche 2 Knoblauchzehen halbieren und dazulegen. Mit dem Lack bestreichen, restlichen Lack in die Pfanne geben. Hecht im vorgeheizten Backofen ca. 8–10 Minuten fertigbraten, dabei immer wieder mit dem Bratsaft-Lack bestreichen.
6. Dirndl-Oliven entsteinen, grob hacken. Spinat und Kräuter waschen und abtropfen lassen. Eine Pfanne (nicht beschichtet) sehr heiß erhitzen. Öl hineingeben, Spinat und Kräuter darin zusammenfallen lassen und 3 Minuten weich garen. Mit Salz und 1 Prise Gewürzmischung abschmecken, mit den gehackten Dirndl mischen.
7. Hechtbratl im Reindl mit Spinat servieren, Spinat mit wenig Spinatgewürz bestreuen.

Variante: Stör (ohne Haut) statt Hecht verwenden.

Tipp: Das Spinatgewürz passt auch super zu Linsen.

Getränk: Naturwein

Die traditionelle 7- oder 9-Kräuter-Suppe im Frühling kommt hier als Spinat mit mehr Textur auf den Teller. Das lackierte saftig-feste Hechtbratl dazu möchte seine Inspiration aus China gar nicht leugnen.





*Fischsuppen in alpinen Gegenden
sind eher eine üppige Angelegenheit.
Dabei wähnt man sich im Sommer am
See durchaus wie in Südfrankreich.
Dieses Rezept passt dazu.*

Bouillabaisse von Traunseefischen

mit Fenchel & Stanglbrot

Zutaten für 4 Personen

Stanglbrot:

- ◆ 450 g glattes Weizenmehl (Type 700)
- ◆ 250 ml Wasser
- ◆ 5 g frische Germ
- ◆ 10 g Salz
- ◆ 4 EL Knoblauchöl (Rezept im Buch)
- ◆ 4 Haselnussstangerl
(geschält und gespitzt, Blechgröße)
- ◆ alternativ 8–10 Asiastäbchen aus Holz

Bouillabaisse:

- ◆ 2 Briefchen Safranfäden à ca. 0,1 g
- ◆ 125 ml trockener Wermut (z.B. Noilly Prat)
- ◆ 1 Karotte
- ◆ 1 großer mehliger Erdapfel
- ◆ 1 Fenchelknolle
- ◆ 1 kg gemischte ganze Fische
(Barsche, Lauben, Reinanken usw.)
- ◆ ca. 100 ml Olivenöl
- ◆ 12 gegarte, ausgelöste Flusskrebse,
Schalen extra (Rezept im Buch)
- ◆ 3 Knoblauchzehen
- ◆ 5 Schalotten
- ◆ ½ Lauchstange
- ◆ 1 Dose/Glas stückige Paradeiser (ca. 400 g)
- ◆ 250 ml trockener Weißwein (z.B. Grüner Veltliner)
- ◆ Cayennepfeffer
- ◆ ca. 50 ml Traunsee Garum
(Luvi Fermente, alternativ ital. Colatura oder thail./
vietn. Fischsauce)
- ◆ Abrieb und Saft von 1 unbehandelten Orange
- ◆ Salz

1. Für die Bouillabaisse Safranfäden im Wermut einweichen (idealerweise am Vortag, damit sich Farbe und Geschmack optimal entfalten).
2. Für das Stanglbrot 100 g des Mehls mit 100 ml vom lauwarmen Wasser und Germ vermischen, mind. 1 Stunde stehen lassen. Dann mit restlichem Mehl, restlichem Wasser und Salz in der Schüssel der Küchenmaschine mit dem Knethaken 2 Minuten langsam, dann 4 Minuten schneller kneten. In der Schüssel mit einem Geschirrtuch zugedeckt mind. 2 Stunden gehen lassen.
3. Für die Bouillabaisse Karotte und Erdapfel schälen, mit dem Fenchel in walnussgroße Stücke schneiden. Von den Fischen die Köpfe abtrennen.
4. Fenchel, Karotte und Erdapfel mit 3 EL Olivenöl mischen und in einem breiten Topf kräftig anrösten, Krebskarkassen und Fischköpfe dazugeben. Knoblauch in Scheiben, Schalotten und Lauch in feine Ringe schneiden und kurz mitrösten. Mit stückigen Paradeisern aufgießen und kurz weiterrösten. Mit Wein und Safran-Wermut aufgießen und komplett reduzieren.
5. Mit 1 l Wasser aufgießen, mit Cayenne und Garum würzen, abschmecken, aufkochen. 30 Minuten offen köcheln lassen.
6. Währenddessen Brot zubereiten: Backofen auf 210 °C Umluft vorheizen. Teig in 4 (oder mehr) Teile teilen, in kleinfingerdicke Würste ausrollen.
7. Teig mit dem Knoblauchöl bepinseln, Haselnusstangerl ebenso. Teigstränge schön auf die Stangerl oder Asiastäbchen aufwickeln, auf ein Blech mit Backpapier legen und erneut 20 Minuten gehen lassen. Im vorgeheizten Ofen 15 Minuten backen, bis sie gut gebräunt sind.
8. Fische in grobe Stücke geschnitten in die Bouillabaisse geben und bei kleiner Hitze gar ziehen lassen (dauert ca. 10 Minuten, je nach Größe). Zum Schluss mit Orangenabrieb und -saft, Cayennepfeffer, Salz, großzügig Olivenöl und evtl. Garum abschmecken. Fischfleisch auslösen oder an der Karkasse belassen.
9. Bouillabaisse mit dem warmen Stanglbrot servieren.

Variante: Stanglbrot über offenem Feuer grillen: Auf langen Haselnusstangln mit ausreichend Abstand zum Feuer vorsichtig 5–10 Minuten grillen.

Getränk: Rosé (egal ob aus Südfrankreich oder Österreich)



Wie kann man Fisch besser haltbar machen (und zugleich verführerisch geschmackvoll) als durch Räuchern? Es ist seit Urzeiten bekannt und gehört unter der regionalen Bezeichnung „Selchfisch“ zum kulinarischen Erbgut des Salzkammergutes.

Tipps: Räucherspäne-/mehl im Fischereibedarf, online oder beim Tischler des Vertrauens kaufen, am besten von händisch, nicht mit einer Motorsäge gesägtem Holz. Fürs Lagern empfehlen die Salzkammergutfischer, einen Apfel in die Späne zu legen, damit sie nicht vollständig austrocknen. Die Fische halten gut verpackt im Kühlschrank 2-3 Wochen.

Getränke: Bier oder im Barrique ausgebauter steirischer Grauburgunder

Selchfisch im Ganzen

Zutaten für 4 Personen

Salzlake:

- ◆ 5 l Wasser
- ◆ 500 g Salz
- ◆ 1 kg Reinanken, Rotaugen, Saiblinge, Forellen ...
(à ca. 250 g im Ganzen, ungeschuppt)
- ◆ ca. 3 EL Räucherspäne/-mehl
(siehe Tipps)

Sonstiges:

- ◆ Schwarzbrot, Butter und Schnittlauch oder Kresse oder frischer Kren und Handsemmerl

1. Für die Salzlake Wasser mit Salz verrühren, bis sich das Salz aufgelöst hat (der Salzgehalt sollte 8-10 % betragen, je nach Geschmack). Die Fische darin einlegen und 8-10 Stunden in der Lake im Kühlschrank oder im kalten Keller belassen.

2. Räucherofen auf 110 °C vorheizen (Alternative ohne Räucherofen zu finden im Buch). Fische abtropfen und mit Küchenpapier trockentupfen. Fische entweder hängend oder liegend mit der Bauchseite nach oben in den Ofen geben. Die Räucherspäne zum Glimmen bringen (beim Räucherofen auf die entsprechende Vorrichtung geben). Man kann durch die Zugabe oder die Variation von diversen Hölzern (z.B. Buchenspäne) den Geschmack beeinflussen. Die Fische je nach Geschmack und Außentemperatur ca. 20-30 Minuten räuchern.

3. Am besten noch warm mit frischem Schwarzbrot, Butter und Schnittlauch oder Kresse oder mit frisch gerissenem Kren und Handsemmerl genießen.

4. Karkassen, Haut und Köpfe für Selchfischsuppe (zu finden im Buch) aufheben, verschlossen im Kühlschrank lagern.

Interview mit Katharina Seiser und Lukas Nagl

Wie kommt es zu dieser Zusammenarbeit?

Katharina: Lukas hatte mich dazu eingeladen, seine Idee eines Salzkammergut-Kochbuchs gemeinsam umzusetzen, was mich sehr gefreut hat, weil ich seine Küche für die beste und spannendste der Region halte – und weil es bis dato kein zeitgemäßes Kochbuch dazu gab.

Lukas: Zum Salzkammergut gibt es bis jetzt tatsächlich kein Kochbuch! Und das, obwohl es eine so traditionsreiche und zugleich weltoffene Region ist. Regionalität vereint sich hier mit Aktualität und Internationalität.

Wann habt ihr diese Idee geboren und was war euch besonders wichtig bei der Umsetzung?

Katharina & Lukas: Schon vor über zwei Jahren, aber wir wollten genügend Zeit, um in allen Jahreszeiten mit „echten“ Zutaten der Saison arbeiten zu können, auch für die Fotos, auf denen man vielleicht gar nicht sehen würde, welche Saison gerade ist und ob die Schwammerl oder Kräuter wirklich aus der Gegend kommen. Tun sie aber. Es sollte einfach stimmig werden. Wichtig war uns auch, dass die Rezepte wirklich auch zuhause funktionieren.

Gibt es besondere Tricks und Tipps damit diese köstlichen Rezepte gelingen?

Katharina: Die haben wir alle im Buch verraten ;-)
Im Ernst: Das ist ja auch Teil meines Jobs, dass ich es unseren Leserinnen und Lesern so einfach wie möglich mache, etwas nachzukochen. Ganz grundsätzlich ist es hilfreich, ein Rezept schon in Ruhe vor dem Einkauf einmal komplett durchzulesen, damit man sich die Zeit gut einteilen kann und wirklich alles zuhause hat, was man braucht.

Lukas: Rezept genau befolgen und Freude am Kochen & Essen haben!

Das Buch ist eine Hommage an das Salzkammergut, woher kommt diese Liebe?

Katharina: Ich bin in Bad Ischl zur Schule gegangen (Lukas übrigens auch, aber da sind wir erst später draufgekommen) und habe dort auch kochen gelernt. Später als Teenager und Studentin in Salzburg habe ich jeden freien Sommertag – auch wenn es nur ein halber war – am und im Fuschl- und Wolfgangsee verbracht. Die „Seensucht“ hält bis heute an, ich schwimme gern in den kühlen, sauberen Salzkammergutseen und esse wahnsinnig gern Fisch – am liebsten, wenn Lukas ihn zubereitet. Das Heimfahren nach Wien fällt mir jedes Mal schwer.
Lukas: Wer schon ein paar Ecken dieser Welt gesehen hat, schätzt seine eigene Heimat umso mehr und erkennt die Einzigartigkeit der Region, in der er zuhause ist. Das Salzkammergut ist einzigartig!



Foto: Brandstätter Verlag / Thomas Apolt

Was ist euer jeweiliges Lieblingsrezept und warum?

Katharina: Das ist je nach Saison und Gusto natürlich ein anderes, aber den Paradeisersalat mit Kürbis, Liebstöckel und Physalis, ein Gericht, für das Lukas zurecht berühmt ist, liebe ich heiß! Oder den Reinanken-Matjes. Oder die Seeveche mit Rhabarber. Oder den Bubikopf mit Vogelbeeren und Haselnüssen.

Lukas: Alles zu seiner Zeit! Deshalb haben wir die Rezepte im neuen Kochbuch auch in Jahreszeiten eingeteilt.

Können wir mit einem weiteren Kochbuch aus einer anderen Region rechnen?

Katharina: Jetzt schauen wir einmal, dass unsere kulinarische Sicht aufs Salzkammergut unter die Leut' kommt. So ein Buch ist sehr viel Arbeit, da steckt viel Herzblut und Leidenschaft drin, da geht man nicht einfach zur Tagesordnung über, wenn es endlich aus der Druckerei kommt. Jetzt wollen wir und hoffentlich ganz viele Leserinnen und Leser Freude damit haben!

Lukas: Ich kann nicht in die Zukunft schauen, ich arbeite immer fokussiert am nächsten Ziel. Träume sind aber ganz wichtig!

Katharina, trifft man dich jetzt öfters im Bootshaus, wo Lukas kocht?

Klar, wie schon seit vielen Jahren. Ab sofort vor allem total entspannt, weil die Besuche nun nur mehr reines Vergnügen, ganz ohne Arbeit am Kochbuch sind!

Lukas dürfen Gäste vom Bootshaus in Zukunft mit Gerichten aus dem Buch rechnen?

Nein, im Bootshaus kochen wir eher eine avant-gardistische Naturküche, die einfacheren Rezepte wie im Buch gibt es aber in unserem Genießer-Menü, in der Poststube 1327 und viele kleine Köstlichkeiten bei unserem Frühstücksbuffet.

Knackig & würzig



Wir lieben bunte Salate und knackiges Gemüse, servieren es mit Entenbrust, Lammfaschiertem, Schweinsfilet, Hühnerbrust und Speck. Erlaubt ist, was schmeckt! Kombinieren Sie unsere fünf Vorschläge ruhig kreuz und quer und kreieren damit Ihr persönliches Lieblingsduo.

FOTOS Dieter Brasch **REZEPTE** Wolfgang Schlüter





Rhabarber-Selleriesalat mit Entenbrust

4 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten

- 2 Entenbrüste (je ca. 350 g, mit Haut)
- 2 EL Öl
- 200 ml Orangensaft
- 250 ml Bratensaft
- 80 ml weißer Balsamico

Salat:

- 300 g Rhabarber
 - 300 g Stangensellerie
 - 150 g Zuckerschoten
 - 1 Pkg. Daikonkresse
 - 40 g Butter
-
- Salz, Pfeffer, Thymian

1. Rohr auf 180°C vorheizen. Haut der Entenbrust nicht zu tief kreuzweise einschneiden. Fleisch beidseitig mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. In einer Pfanne Öl erhitzen. Entenbrust darin auf der Hautseite anbraten. Pfanne ins Rohr (unterste Schiene / Gitterrost) stellen, Fleisch ca. 15 Minuten braten, nach halber Garzeit wenden.

2. Für den Salat von Rhabarber und Sellerie trockene Enden wegschneiden. Selleriegrün abzupfen und grob hacken. Rhabarber und Sellerie quer in 1 cm breite Stücke schneiden. Schoten putzen und klein schneiden. Kresse abschneiden.

3. Butter aufschäumen, Rhabarber und Sellerie darin anbraten und bissfest garen. Gegen Ende der Garzeit Schoten untermischen. Mischung umfüllen, salzen, pfeffern und abkühlen lassen.

4. Entenbrüste aus der Pfanne nehmen und zugedeckt warm stellen. Für die Marinade Bratfett abgießen. Orangensaft zugießen und fast zur Gänze einkochen. Bratensaft zugießen und die Flüssigkeit auf ca. 150 ml einkochen. Umfüllen und auskühlen lassen. Rhabarber-Selleriemischung mit der Marinade verrühren. Entenbrust quer in Scheiben schneiden, mit dem Salat anrichten und mit Kresse und Selleriegrün bestreut servieren.

Pro Portion: 656 kcal | EW: 37 g | Fett: 46 g | KH: 23 g | BE: 1,1
Chol: 155 mg

Weintipp

Ein vielschichtiger Riesling Smaragd, aus der Wachau verbindet geschmacklich.



CAVIAR
FÜR JEDEN
ANLASS.



AUS LIEBE ZUM GUTEN ESSEN
WWW.SCHENKEL.AT

Paradeissalat mit Fleisch-Spießen

4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

Spieße:

- ◆ 40 g Langkornreis
- ◆ 40 g Zwiebeln
- ◆ 30 g Butter
- ◆ 400 g Lammfaschiertes
- ◆ 1 mittleres Ei
- ◆ 40 g Semmelbrösel
- ◆ 2 EL Petersilie (*gehackt*)
- ◆ 5 EL Olivenöl

Paradeissalat:

- ◆ 200 g Cocktail-Paradeiser (*gelb und rot*)
- ◆ 400 g kleine Ochsenherzen-Paradeiser
- ◆ 400 g Rispen-Paradeiser
- ◆ 40 g Basilikum
- ◆ 1 rote Zwiebel
- ◆ 40 ml Gemüsesuppe
- ◆ 40 ml Balsamico
- ◆ 60 ml Olivenöl

.....
◆ Salz, Pfeffer, Neugewürz (*gemahlen*)

1. Für die Laibchen Reis in Salzwasser weich kochen, abseihen und auskühlen lassen. Zwiebeln schälen, klein würfeln und in Butter anschwitzen. Vom Herd nehmen und auskühlen lassen.
2. Für den Salat Cocktail-Paradeiser halbieren, übrige Paradeiser in Scheiben schneiden. Basilikumblätter von den Stielen zupfen. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden.
3. Faschiertes, Reis, Zwiebeln, Ei, Bröseln und Petersilie vermischen und mit Salz, Pfeffer und Neugewürz würzen. Aus der Masse 4 ovale Laibchen formen und auf Holzspieße stecken.
4. Für die Marinade Suppe, Balsamico, Salz, Pfeffer und Olivenöl verrühren. Paradeiser mit der Marinade behutsam vermischen und kurz ziehen lassen. Basilikumblätter untermengen.
5. Spieße im Öl rundum braten, aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Salat anrichten und mit den Spießen servieren.

Pro Portion: 640 kcal | EW: 25 g | Fett: 49 g | KH: 30 g | BE: 2,3 | Chol: 70 mg

Weintipp

Dazu passt ein fülliger und mineralischer Kamptal DAC Grüner Veltliner aus besonderer Lage.







Karfiol mit Käse, Schweinsfilet und Pflücksalat

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

- ◆ 1 Karfiol (ca. 800 g)
- ◆ 4 EL Zitronensaft
- ◆ 6 EL Walnussöl
- ◆ 400 g Schweinsfilet
- ◆ 160 g Gouda (grob geraspelt)
- ◆ 2 Chilis (gehackt)

Salat:

- ◆ 150 g Pflücksalat
 - ◆ 4 EL Zitronensaft
 - ◆ 1 EL Majoran (gehackt)
 - ◆ 3 EL Olivenöl
-
- ◆ Salz, Pfeffer, Walnussöl

1. Rohr auf 200°C vorheizen. Backblech dünn mit Öl bestreichen. Karfiol putzen und die groben Blätter entfernen. Vom Karfiol vier ca. 2 cm dicke Scheiben abschneiden und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. In einer beschichteten Pfanne die Hälfte vom Öl erhitzen. Karfiol darin beidseitig anbraten, auf das Backblech legen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 20 Minuten backen.
2. Fleisch salzen, pfeffern und im übrigen Öl rundum rasch anbraten. Hitze reduzieren, Fleisch fertig braten (ca. 8 Minuten), dabei öfter wenden und mit Bratfett übergießen. Fleisch aus der Pfanne heben und ca. 10 Minuten rasten lassen.
3. Salat putzen und zerpflücken. Zitronensaft salzen, pfeffern und mit dem Majoran vermischen. Öl einrühren. Salat mit der Marinade vermischen.
4. Rohr auf Grillstellung schalten. Karfiol mit Käse bestreuen und überbacken. Fleisch quer in Scheiben schneiden. Karfiol mit Chilis bestreuen, mit Fleisch und Salat servieren.

Pro Portion: 488 kcal | EW: 36 g | Fett: 34 g | KH: 15 g | BE: 0,8 | Chol: 76 mg

Weintipp

Ein Wiener Gemischter Satz DAC mit Geschmacksnoten von Steinobst bietet sich an.



Heumilch
EINFACH URGUT.

Geht's den Kühen gut,
schmeckt's urgut:
Die KUHWOHL-Initiative.

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

GARANTIERT GENETECHNIKFREI* UND SILAGEFREI

* Laut Definition des Österreichischen Lebensmittelkodex für gentechnikfrei erzeugte Lebensmittel.

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Landwirtschaft, Regionen
und Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

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





Brokkolisalat mit Speck und Käsebällchen

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

Brokkolisalat:

- ◆ 750 g Brokkoli
- ◆ 100 g rote Zwiebeln
- ◆ 8 EL Balsamico
- ◆ 2 EL Gemüsesuppe
- ◆ 1 TL Honig
- ◆ 1 EL Minze (gehackt)
- ◆ 4 EL Öl
- ◆ 100 g Speckwürfel

Bällchen:

- ◆ 100 g glattes Mehl
 - ◆ 100 g Semmelbrösel
 - ◆ 20 g Speisestärke
 - ◆ ½ TL Salz
 - ◆ 2 mittlere Eier
 - ◆ 1 Glas eingelegte Artischockenböden (Inhalt ca. 285 g)
 - ◆ 200 g Ziegenfrischkäse
 - ◆ 1 EL Rosmarin (gehackt)
-
- ◆ Salz, Pfeffer, Öl zum Backen

1. Für die Bällchen Mehl, Brösel, Speisestärke, Salz und Eier gut verrühren. Artischocken abtropfen lassen, klein schneiden und ausdrücken. Käse, Artischocken und Rosmarin in den Teig rühren. Aus dem Teig mit feuchten Händen 16 Bällchen formen.
2. Für den Salat vom Brokkoli grobe Stiele entfernen. Brokkoli in Röschen teilen und in Salzwasser bissfest kochen. Abseihen, abschrecken und abtropfen lassen.
3. Für die Marinade Zwiebeln schälen und klein würfeln. Balsamico, Suppe, Honig, Zwiebeln und Minze vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Brokkoli mit der Marinade vermischen, Öl untermischen.
4. Speck in einer beschichteten Pfanne ohne Öl knusprig rösten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
5. Ca. 4 Finger hoch Öl erhitzen und die Bällchen darin knusprig backen. Herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit dem Salat servieren.

Pro Portion: 891 kcal | **EW:** 33 g | **Fett:** 59 g | **KH:** 66 g | **BE:** 4,3 | **Chol:** 123 mg

Weintipp

Ein aktueller Vulkanland Steiermark DAC Welschriesling mit erfrischender Säure bietet sich dazu an.



Frühjahrs- müde?

Holen Sie sich Elan
aus dem Darm!



Exklusiv in Ihrer Apotheke

Vitamin B6 & B12 tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

Radicchio-Fenchelsalat mit gegrillter Hühnerbrust

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde,
zum Marinieren 6 Stunden

- ◆ 4 Hühnerbrustfilets
- ◆ 4 EL Olivenöl

Marinade:

- ◆ 250 g Sauerrahm
- ◆ 20 g Majoran (gehackt)
- ◆ 20 g Petersilie (gehackt)
- ◆ Schale von 1 Bio-Zitrone
(abgerieben)
- ◆ 1 TL Senf

Salat:

- ◆ 1 Fenchel (ca. 300 g)
 - ◆ 4 Radicchio Treviso
 - ◆ 1 Granny Smith
 - ◆ 2 EL Limettensaft
 - ◆ 1 Granatapfel
 - ◆ 1 Pkg. Mozzarella (ca. 200 g)
 - ◆ 6 EL Orangensaft
 - ◆ 2 EL Petersilie (gehackt)
 - ◆ 80 ml Olivenöl
-
- ◆ Salz, Pfeffer

1. Für die Marinade Sauerrahm in eine Schüssel geben und mit Majoran, Petersilie, Salz, Pfeffer, Zitronenschale und Senf verrühren. Fleisch in die Marinade legen, durchmischen und zum Marinieren für ca. 6 Stunden kühl stellen.
2. Für den Salat Fenchel halbieren und den Strunk ausschneiden. Fenchel quer in dünne Scheiben schneiden. Radicchio putzen und quer in 2 cm breite Stücke schneiden. Apfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse ausschneiden. Apfelstücke in ca. 2 cm große Würfel schneiden und mit dem Limettensaft vermischen. Granatapfel halbieren und die Kerne herauslösen. Mozzarella abtropfen lassen und in 1 cm große Stücke schneiden.
3. Für das Dressing Orangensaft mit Petersilie vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Öl unter Rühren zugießen. Fenchel, Radicchio, Apfel, Mozzarella und Granatapfelkerne mit der Marinade vermischen.
4. Hühnerfilets aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen. Grillpfanne mit Öl erhitzen, Filets einlegen und darin beidseitig garen. Salat mit den Hühnerfilets anrichten. Eventuell mit Oregano garnieren.

Pro Portion: 764 kcal | EW: 40 g | Fett: 61 g | KH: 18 g | BE: 1,4 | Chol: 204 mg

>Weintipp

Ein kräftiger Vulkanland Steiermark DAC Grauburgunder mit Aromen von Papaya, Mandarine und Kurkuma überzeugt.





Punkten.



Sparen.



Aufbewahren.

Jetzt Treuepunkte sammeln und PYREX® Multifunktionsbehälter, AEG Hand- oder Standmixer sichern.



bis zu
-75 %
mit nur 50
Treuepunkten*

PYREX

AEG

*Pro 5 Euro Einkaufswert gibt's einen Treuepunkt:
Bis 10.06.2020 sammeln und Sammelpässe bis
27.06.2020 einlösen.



Denis König

Kulinärlicher AUSFLUG *ins „Le Salzgries“*

Der in Paris geborene und in Nizza aufgewachsene Denis König ist Patron des „Le Salzgries“ in der Wiener Innenstadt und zelebriert dort seine persönliche Interpretation einer leichten, französischen Küche. Seit 15 Jahren sorgt er mit Ehefrau Petra dafür, dass ihre Gäste hier einen entspannten Abend mit Kulinarischem vom Feinsten verbringen können.

FOTOS Nadine Poncioni

Obwohl Denis König schon sehr früh seine Liebe zum Kochen entdeckt hat, folgte er zunächst dem Wunsch seiner Eltern, etwas „Ordentliches“ zu erlernen. Deshalb zog Denis König nach Wien und begann Hochbau zu studieren. Nach zwei Jahren hängte er das Studium dann doch an den Nagel und folgte seiner wahren Berufung, dem Kochen. Zunächst wollte er zur Probe eine Woche lang in einem Restaurant Küchenluft schnuppern, um zu sehen, wie ein Tag in einer Profiküche abläuft. Aus dieser Schnupperwoche wurden sechs Monate, danach stand für ihn der Entschluss fest, in der

**„Zu viele Köche verderben
für mich nicht den Brei.
Um Erfolg zu haben ist es
extrem wichtig, ein tolles
Küchenteam um sich zu haben.“**

Denis König

Gastronomie zu bleiben. Nach einem Gastspiel als Küchenchef musste er allerdings feststellen, dass es für diese Position noch ein wenig zu früh war und ihm die Grundlagen für das richtige Kochen fehlten. Nach intensiver Suche bekam er schließlich im Hotel Intercontinental in Wien die Möglichkeit, eine Kochlehre zu absolvieren. Der damalige Küchenchef Manfred Buchinger erkannte sein besonderes Talent, und so war es nicht verwunderlich, dass Denis König seine Ausbildung mit Auszeichnung abschloss. Seine Urlaube nützte er dazu, in seine Heimat Frankreich zu reisen, um dort in den Küchen verschiedener Restaurants (auch in solchen, die mit einem oder mehreren Michelin-Sternen ausgezeichnet wurden) wichtige Erfahrungen zu sammeln. Zurück in Österreich folgte er Manfred Buchinger nach seinem Abgang im Hotel Intercontinental in dessen Lokal „Zur Alten Schule“ im Riedenthal. Nach einem Jahr ging er wieder auf Wanderschaft und arbeitete in Top-Lokalen in Paris und in der Provence. Reichlich Erfahrung konnte er etwa in einer großen Brasserie sammeln, wo vieles ganz anders abläuft als in hochdekorierten Restaurants. Statt 25 Köchen, die für 60 Gäste kochten, waren dort nur sieben Köche, die für 600 Gäste das Essen zubereiteten.

Nach drei Jahren ging es wieder zurück nach Österreich, wo er zunächst als Küchenchef im Restaurant des Palais Daun-Kinsky arbeitete. Danach wollte er sich den Wunsch nach einem eigenen Restaurant erfüllen: mit maximal 25 Sitzplätzen, eben gerade so groß, dass er es gemeinsam mit seiner Frau führen konnte. Die Suche danach gestaltete sich schwierig, am Ende klappte es mit dem ehemaligen Kaffee Salzgries. Nach einem Jahr Um-



bau wurde 2005 eröffnet. Das „Le Salzgries“ lädt zum gemütlichen Verweilen ein und ist eine Mischung aus Restaurant und Bistro mit integriertem Shop. Unter anderem kann man dort französisches Olivenöl, Jahrgangssardinen und auch hausgemachte Gänseleber erwerben, diese allerdings nur auf Bestellung.





STEINBUTTFILET

auf Paradeiskompott mit grünen Gnocchi

4 Portionen, Zubereitung ca. 90 Minuten

- ◆ 4 Steinbutts ohne Haut (je ca. 150 g)
- ◆ 1 l kaltes Wasser
- ◆ 50 g Salz

Grüne Gnocchi:

- ◆ 90 g Bärlauch
 - ◆ 250 g mehlige Erdäpfel
 - ◆ 80 g griffiges Mehl
 - ◆ 1 Dotter
 - ◆ $\frac{1}{2}$ EL Olivenöl
 - 1 Prise Salz
-
- ◆ Salz, Pfeffer, Olivenöl, Fleur de Sel, Butter

Paradeiskompott:

- ◆ 800 g Kirschparadeiser
- ◆ 80 g Schalotten
- ◆ 3 EL Olivenöl

1. Für die Gnocchi Bärlauch in Salzwasser kurz überkochen, abschrecken und gut ausdrücken. Bärlauch möglichst fein hacken. Erdäpfel schälen, in gleichgroße Stücke schneiden und in Salzwasser weichkochen. Abseihen, abtropfen lassen und durch eine Erdäpfelpresse drücken. Erdäpfel mit Bärlauch, Mehl, Dotter, Öl und Salz zu einem glatten Teig verkneten.

2. Erdäpfelmasse zu einer daumendicken Stange rollen und davon mit einer Teigkarte ca. 1 cm lange Stücke abtrennen und zwischen den Handflächen (in der Wölbung) ohne Druck zu dünnen Gnocchi wuzeln.

3. Wasser und Salz kurz mixen. Filets einlegen und darin ca. 10 Minuten ziehen lassen. Filets abtropfen lassen und auf Küchenpapier gut trocken tupfen.

4. Reichlich Salzwasser aufkochen, Gnocchi einlegen und ca. 3 Minuten köcheln. Mit einem Gitterlöffel herausheben und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

5. Für das Kompott Paradeiser halbieren. Schalotten schälen, klein schneiden und im Öl anschwitzen.

Paradeiser zugeben und kompottartig einköcheln. Mit Fleur de Sel würzen und mit Olivenöl verfeinern.

6. In einer beschichteten Pfanne etwas Öl erhitzen und die Fischfilets bei schwacher Hitze beidseitig (ohne Farbe) braten. Gegen Ende der Bratzeit etwas Butter zugeben und die Filets öfters mit Bratfett übergießen.

7. In einer zweiten beschichteten Pfanne etwas Öl erhitzen, die Gnocchi darin hell anbraten. Mit Salz würzen.

8. Glatten Ausstecher (Ø ca. 12 cm) auf einen Teller setzen und ein Viertel vom Kompott darin verteilen, diesen Vorgang mit dem übrigen Kompott auf drei weiteren Tellern wiederholen.

9. Filets darauf setzen, mit etwas Öl beträufeln und mit den Gnocchi servieren. Filets eventuell mit Fleur de Sel bestreuen.

Pro Portion: 386 kcal | EW: 35 g | Fett: 13 g | KH: 36 g | BE: 2,5 | Chol: 153 mg

Weintipp

Dazu passt ein Rosé côtes de Provence Ultimate 2019.

JULIEJULSEN_OFFICIAL



Julie Julsen®



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



Für den Chef ist es schwer beim Einkauf regional zu bleiben, denn Meeresfische sowie Jakobsmuscheln und Austern muss er aus Frankreich importieren. Bei Geflügel wäre es möglich, heimische Produkte zu verwenden, allerdings findet er die Qualität französischer Hühner unschlagbar. Rind- und Kalbfleisch bezieht Denis König aber ausschließlich von österreichischen Produzenten, ebenso verhält es sich beim Gemüse. Käse liefert ihm etwa Pöhl am Naschmarkt. Ab und zu geht der Chef auch selbst auf Einkaufstour, bevorzugtes Revier ist dabei der Karmeliter- und Naschmarkt.



Aus welchen Gerichten würde deine Henkersmahlzeit bestehen?

Als Vorspeise würde ich mir eine gebratene Gänseleber wünschen, danach ein medium rare gebratenes Rindsfilet mit Sauce béarnaise und Pommes frites ordern.

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

Dijonsenf, Zitronen, Sojasauce und Jungzwiebeln finden sich immer darin. Je nach Lust und Laune habe ich auch Blattsalate und Zitronengras vorrätig.

Dein größtes Küchen-Missgeschick?

Für eine kleine Veranstaltung stand zum Vorbereiten keine Restaurantküche zur Verfügung, ich musste das Catering zu Hause in meiner Küche vorbereiten. Leider habe ich unterschätzt, wie gering doch meine Kühlkapazität war. Gott sei Dank war es ein sehr kalter Dezembertag, ich improvisierte, öffnete im Stiegenhaus die Fenster und nutzte es als Kühlhaus.

Was sind deine Lieblingslokale?

Wenn meine Frau und ich essen gehen, probieren wir gerne neue Lokale aus, eher selten besuchen wir ein Restaurant ein zweites Mal. Es fällt uns zwar schwer, aber es ist einfach interessanter, immer etwas Neues zu erkunden. Wir lieben die Abwechslung.

LE SALZGRIES

.....
Restaurant

1010 Wien, Marc Aurel Straße 6

T: 01 533 40 30
le-salzgries.at

1 Jahr um nur € 49,80



Das sind Ihre Vorteile:

Das Beste für Ihre Liebsten: jedes Monat neue Rezepte passend zur Saison

Mit GUSTO-Garantie: jedes Rezept 3x von der Redaktion vorgekocht

Mehr als 10 % sparen: nur € 49,80 im Abo statt € 57,60 im Einzelhandel

Gleich bestellen und Vorteilspreis sichern:

meinabo.at/gusto oder +43 1 9555-100 mit der Aktionsnummer 1561145

Wenn ich mich nicht 6 Wochen vor Ende meines Abonnements schriftlich melde, möchte ich GUSTO zu den jeweils gültigen Bedingungen für Jahresabonnenten weiterbeziehen. Mindestalter 16 Jahre. Die Ersparnis bezieht sich auf den Einzelkauf. Das Angebot ist nur im Inland gültig und nicht auf bestehende Abos anrechenbar. Angebot gültig bis 31.12.2020. Druckfehler, Irrtümer & Preisänderungen vorbehalten.

Nächere Informationen zur Verarbeitung meiner Daten erhalte ich auf <http://vgn.at/Datenschutzpolicy>.

PRODUKTVERGLEICH



Foto: istockphoto

Früchtemüsli

Für viele Menschen gehört eine Schüssel Früchtemüsli zu einem gelungenen Tagesstart einfach dazu. Die Mischung aus Getreideflocken und Trockenfrüchten sättigt nicht nur, sondern schmeckt zudem selbst Frühstücksmuffeln. Welche von acht in Österreich häufig verkauften Früchtemüsli-Varianten den größten Genuss verspricht, hat die ÖGVS - Gesellschaft für Verbraucherstudien - nun in Kooperation mit der Universität Wien ermittelt.

Gesamturteil: Früchtemüsli

Note	Marke	in Punkten
1,0	Spar Premium	6,75
1,1	Crownfield Bio Organic (Lidl Bio)	6,67
1,2	Natur aktiv	6,50
1,5	Crownfield Multi-Frucht (Lidl)	6,29
1,6	Billa	6,11
2,9	Clever	4,86
3,0	Spar natur premium	4,70
3,1	Zurück zum Ursprung	4,66

So wurde getestet

Getreideart und -anteil variieren von Müsli zu Müsli, ebenso wie der Trockenobst-Anteil und die Obstsorten. Vier der Müslis (Spar Premium, Natur aktiv, Clever und Lidl) enthielten zusätzlich Haselnusskerne, zum Teil zerkleinert. Die vom Department für Ernährungswissenschaften der Universität Wien durchgeführte Untersuchung gliedert sich in zwei Teile. Im ersten Schritt unterzogen sensorisch geschulte Prüfer die Produkte einer Quantitativen Deskriptiven Analyse (QDA nach Stone et al. (1974)). Zunächst wurden 19 produktsspezifische Attribute der Kategorie Aussehen, Geruch, Flavour, Geschmack, Mundgefühl sowie Nachgeschmack inklusive Definitionen festgelegt, anhand derer die Früchtemüsli beschrieben werden konnten. Anschließend evaluieren 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 untersuchte Marke ein spezifisches sensorisches Produktprofil. Auf Basis dieser intensiven und systematisierten Auseinandersetzung mit den Früchtemüsli-Varianten 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 platzierte sich das Früchtemüsli von Spar Premium auf dem ersten Rang. Obwohl andere Müslis durchaus einen höheren Fruchteanteil deklarieren, stellte es sich sowohl in puncto Geruch als auch Flavour als ganz besonders fruchtig heraus. Zudem wies es den süßesten Geschmack auf. Den zweiten Platz sicherte sich das Crownfield Bio Organic. Das Früchtemüsli im Vertrieb von Lidl wurde als das knusprigste aller Müslis gewertet. Es roch und schmeckte intensiv nach Frucht, ohne dass dies mit einer allzu ausgeprägten süßen Geschmacksnote einherging.



Mein Raum voller Möglichkeiten

Die **trend readers Lounge** bietet exklusive Services und Vorteile.
Nur für Abonnenten. Entdecke laufend neue, für dich personalisierte Angebote.

Jetzt kostenlos registrieren auf readerslounge.at



BESUCHEN SIE UNS AUCH ONLINE

Website
GUSTO.at



Social Media
Facebook: facebook.com/gustomagazin
Instagram: [@gusto_magazin](https://instagram.com/gusto_magazin)



Newsletter

GUSTO.at/newsletter

Erhalten Sie 3 x pro Woche neue Rezeptideen per Mail:
Abonnieren Sie doch unseren kostenlosen Newsletter!

Wir freuen uns auf Sie!

VORSCHAU

In unserer Mai-Ausgabe begrüßen wir den Frühling mit allem, was dazugehört. Es gibt großartige Gerichte mit Gemüse, wir dekorieren mit Blüten und Blumen und haben einige Überraschungen parat.



Das
neue GUSTO
erscheint am
**23.
April**

Endlich Spargelzeit! Wir verraten Ihnen unsere Lieblingsrezepte mit dem knackigen Stangengemüse. Es gibt wunderbare Kombinationen mit Fisch, Fleisch und anderem köstlichen Frühlingsgemüse.

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, Kerstin Grossbauer **Grafik:** Dominik Roitner (AD), Mona Schwaiger, Lubomir Tzolov **Mitarbeiter dieser Ausgabe:** Charlotte Cerny **Fotografen:** Dieter Brasch, 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 Zikulinig. **International Sales:** Ines Gruber **Anzeigenverrechnung:** Sabina Pfeiffer (Teamleitung Print), Martina Dizili (Teamleitung Online) Derzeit gilt Anzeigenpreisliste 2020 **Controlling & Rechnungswesen:** Christine Glaser (Ltg.) **Produktion:** Sabine Stumvoll (Ltg.), Silvio Le 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.pgv.austria.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.

ORF. WIE WIR.

ORF 2

ZIB 2 AM SONNTAG

MIT MARTIN THÜR
JEDEN SO 21:50

DIREKT DANACH:
IM ZENTRUM
MIT CLAUDIA REITERER

KENWOOD



Verwirkliche deine KOCHE- UND BACKIDEEN

Und erhalte **EIN ZUBEHÖRTEIL GRATIS** beim Kauf ausgewählter
Kenwood Chef Küchenmaschinen im Zeitraum von 15. März bis 15. Mai 2020.

Mehr Infos und
Teilnahmebedingungen unter
www.kenwoodaustria.at



Feed your IMAGINATION



*Quelle: unabhängiges Forschungsinstitut – Jahr 2018 – Marktanteil Umsatz.