

# essen & trinken

Von  
Herzen  
GESCHENKE  
AUS DER  
KÜCHE

**WORKSHOP**  
*Geschnetzeltes  
mit genialer  
Sauce*

**STOLLEN**  
DREI NEUE  
REZEPTE

**WEIHNACHTS-  
WEINE ZUM  
BESTELLEN**



Rehrückenfilet  
mit Ricotta-Gnocchi  
und Wirsing

## Feine Menüs für festliche Tage

Von einfach bis raffiniert – mit Ente,  
Rehrücken, Zander und zauberhaften Desserts



# NATÜRLICH.



100% BIO. 100% FAIR. 100% DALLMAYR QUALITÄT.

dallmayr.com/granverde



Mein  
Lieblingsrezept  
dieser Ausgabe  
finden Sie  
auf Seite 66/67"

## Liebe Leserin, lieber Leser,

Weihnachten geht bei uns so: Die Familie kommt am späten Nachmittag zusammen, und es wird erst mal ausgiebig geplaudert. Dann wird gesungen – ja, wir singen noch! –, dabei stoßen wir mit einem Glas Champagner an.

Dann beginnt die Bescherung, bei der die Kinder Vorrang haben (obwohl sie fast alle schon erwachsen sind). Nach den Kindern kommen die Erwachsenen dran, die sich gegenseitig beim Auspacken ihrer Geschenke zuschauen und sich immer sehr ausführlich und warmherzig beieinander bedanken (aus purer Nächstenliebe unabhängig von der Originalität und Güte der Geschenke).

Dabei gibt's wieder Champagner.

Dann wird das Geschenkeschlachtfeld aufgeräumt, ein Teil des Papiers fürs nächste Mal gerettet, der andere Teil schon mal in die Altpapiertonnen gesteckt. Dabei trinken wir noch einen Champagner.

Und plötzlich haben alle einen kleinen Schwips und stellen fest, dass es schon nach 21 Uhr ist und unsere Mägen immer noch leer sind.

Und dann essen wir – in diesem Jahr wieder einmal eines unserer wunderbaren Weihnachtsmenüs aus dieser Ausgabe. Das meiste ist natürlich seit Tagen vorbereitet, und beim Finish helfen fast alle mit.

Auch der Champagner.

Das darf sich alles bitte niemals ändern!

**Herzlichst, Ihr Jan Spielhagen**

**Neu**



## WIEDER AM START

Endlich gibt es die zweite Staffel unseres Podcasts „Quatschen mit Sauce“. »e&t«-Chefredakteur Jan Spielhagen sprach diesmal u.a. mit Starkoch Tim Mälzer (Foto, rechts) und dem Pianisten Joja Wendt. Sie finden die neuen Folgen auf der Plattform Audio Now, überall, wo es Podcasts gibt, und unter [www.essen-und-trinken.de/podcast](http://www.essen-und-trinken.de/podcast)

# Feinste Bio-Nudeln in Zabler-Qualität



So gut kann Bio schmecken.





## — 64

Vogel des Jahres:  
Entenbraten  
mit gebackenem  
Sellerie und  
Gemüsechips

## ESSEN

### 14 Guten Morgen

Mettstulle am Morgen vertreibt Hunger und Sorgen

### 24 Top 5

Ein Gericht, fünf köstliche Möglichkeiten: Leberkäse

### 39 Feines für festliche Tage

Freuen Sie sich auf vier köstliche Menüs

### 40 Wild-Menü

Klassisch und überraschend zugleich: Wild-Bouillon, Rehrücken mit Rotkohlsauce und Stracciatella-Parfait

### 50 Vegetarisches Menü

Die hohe Kunst der fleischlosen Küche: mit Topinambur-Tortellini, pochiertem Ei und Birnen-Nougat-Terrine

### 58 Fisch-Menü

Festtagsküche mit Finesse: Saiblingstatar, Zanderfilet mit Beurre blanc und Millefeuille mit Amarenakirschen

### 64 Geflügel-Menü

Drei Gänge, die begeistern: asiatische Vorspeisen, Entenbraten und Variationen von Schokolade

### 74 Die schnelle Woche

Der Dezember besteht schließlich nicht nur aus Feiertagen!

### 92 Vegetarisch

Viermal raffiniert ohne Fleisch: von Risotto bis Eintopf

### 104 Serie: Das Trendgericht

Wir liefern Hintergründe und Rezepte. Diesmal: Dim Sum

### 106 Geschenke aus der Küche

Köstliches hübsch verpackt – da kommt Freude auf!

### 119 Die große Backschule

Serie mit Step-by-Step-Anleitung: Gingerbread-Torte

### 136 Der besondere Teller

Für ambitionierte Hobbyköche: Entenbrust mit Mole

### 148 Serie: Comfort Food

»e&t«-Koch Marcel Stut kocht Geschnetzeltes mit Rösti

### 154 Christstollen

Drei frisch gepuderte Varianten

### 170 Das letzte Gericht

Cremige Hühnersuppe – tut gut, schmeckt gut



# EIN SEKT IST IMMER SO GUT WIE SEIN WEIN.

Guter Sekt wird im Weinberg geboren.

Für unsere Kellermeister ist deutscher Riesling der ideale Wein,  
aus dem sie mit aller Sorgfalt und langjähriger Erfahrung  
grandiose, rebsortenreine Cuvées kreieren.

FÜRST VON METTERNICH.  
FÜRSTLICH GENIESSEN.



# TRINKEN

- 28 Gemixt**  
Irish Chocolate – wärmt wunderbar
- 30 Getroffen**  
Winzerin Nea Berglund über neue Wege im Bordeaux
- 32 Getrunken**  
Bens Flaschen des Monats
- 72 »e&t«-Weinpaket**  
Weihnachtsweine zum Bestellen

—  
**10**

Warum Champagner eigentlich immer zu allem passt



—  
**108**

Geschenke für Genießer: etwa Cheddar-Cracker mit Joghurt-Gewürzbällchen



—  
**119**

Dorf im Schnee – aus Biskuit, Lebkuchen und einem Hügel Mascarpone-Sahne



# ENTDECKEN

- 10 Saison**  
Champagner und Trüffel – weil Weihnachten ist
- 16 Was machen Sie denn da?**  
Ein Barkeeper erzählt
- 18 Magazin**  
Süßes, Hübsches, Überraschendes
- 26 Die grüne Seite**  
Warum wir wirklich keinen Thunfisch mehr essen sollten
- 34 Wir waren essen**  
Diesmal in Düsseldorf und Hamburg
- 36 Kolumne**  
Doris Dörrie über die Magie des Plätzchenbackens
- 84 Produzenten**  
Zu Besuch beim Lebkuchenbäcker

- 124 Reportage**  
Unsere Autorin ging im Piemont auf Trüffelsuche
- 140 Kochbücher**  
Die Lieblinge der Redaktion

# IN JEDEM HEFT

- 3 Editorial**  
**8 Unser Versprechen**  
**160 Hausmitteilung**  
**162 Unsere Leserseite**  
**164 Impressum/Hersteller**  
**166 Vorschau**  
**168 Rezeptverzeichnis**

Lindt

EXCELLENCE

So intensiv. Und doch so mild.

Lindt



Extra lange conchiert. Damit unerwünschte Bitterstoffe entweichen.

Erleben Sie den vollendeten Geschmack dunkler Tafelchocolade – mit Lindt Excellence. Für alle Tafeln verwenden wir feinste Cacaobohnen. Aber das Geheimnis des harmonisch, angenehm dunklen Geschmacks ist die Conche. Denn erst das extra lange Conchieren lässt die unerwünschten Bitterstoffe entweichen. Erfahren Sie mehr auf [www.lindt.de/Excellence](http://www.lindt.de/Excellence)

SCHWEIZER MAÎTRE CHOCOLATIER SEIT 1845



Achim Ellmer  
(Küchenchef), Marcel  
Stut, Hege Marie  
Köster, Marion  
Heidegger, Anne Haupt,  
Kay-Henner Menge,  
Jürgen Büngener,  
Anne Lucas, Michele  
Wolken (v.l.n.r.)



*„Wenn ich Weihnachten im **Familienkreis** feiere, helfen alle mit, und es wird gerne mal was Neues ausprobiert. Lade ich Gäste ein, setze ich lieber auf Bewährtes, das ich gut vorbereiten kann. In meinen Festmenüs finden Sie von allem etwas.“*

»e&t«-Köchin Susanne Walter, Rezepte ab Seite 39



Mitarbeiterin  
des Monats

# WILLKOMMEN BEI UNS IN DER KÜCHE

## **Woran Sie uns messen können!**

### **1. Wir entwickeln unsere Rezepte exklusiv für Sie.**

Spargel im Frühjahr, Grillen im Sommer, Plätzchen im Advent, den »essen&trinken«-Köchen fällt jede Saison wieder etwas Neues ein. Dafür stehen in unserer Küche zehn ganz normale Kochplätze zur Verfügung, ausgestattet mit Kühlzschrank, Herd und Backofen – aber ohne Hightech und Brimbrium. Schließlich sollen Sie zu Hause alles genau so nachkochen können.

### **2. Wir kochen jedes Gericht drei Mal.**

Das ist einmalig unter deutschen Food-Zeitschriften. Konkret geht das so: Ein

»e&t«-Koch entwickelt ein Rezept – im Kopf und auf Papier – und kocht es zum ersten Mal. Die Kollegen probieren, schwärmen (meistens), diskutieren (selten), verwerfen (sehr selten) und optimieren (manchmal). Im zweiten Schritt wird das Rezept erneut gekocht und fotografiert. Die letzte Kontrolle erfolgt durch unsere Küchenpraktikanten. Sie kochen das Gericht ein drittes Mal, prüfen, ob alle Zutaten, Mengen und Zeiten stimmen. Nur so können wir garantieren, dass die Rezepte bei Ihnen zu Hause hundertprozentig gelingen.

### **3. Wir beherzigen die Saison.**

Wer saisonal kocht, schont die Umwelt, spart Geld und isst die Produkte dann, wenn sie am allerbesten schmecken.

### **4. Wir achten auf die Herkunft.**

Für uns ist es selbstverständlich, dass wir bei lokalen Produzenten kaufen. Wir verarbeiten Fleisch aus artgerechter Tierhaltung, verwenden Bio-Eier und Milchprodukte und servieren Fisch aus nachhaltiger Fischerei.

### **5. Wir genießen das Gute.**

»essen&trinken« ist ein Heft für alle, die gern kochen und denen gutes Essen eine Herzensangelegenheit ist. Sie finden bei uns Rezepte mit Fleisch und Fisch, Vegetarisches und Veganer. Manches ist schnell gemacht, anderes aufwendiger – das Wichtigste ist für uns immer der Genuss. Versprochen!

Bergader

# Niederentdeckung einer Legende.



Entdecke das Geheimnis von Käsepionier Basil Weixler:  
1902 – handwerklich hergestellt aus kostbarer Alpenmilch,  
ausgesuchten Blauschimmelkulturen und mit viel Zeit zum Reifen.

Entdecke Deine Bergader.

[www.bergader.de](http://www.bergader.de)

# Gekühlt

## *Champagner*

„Im Zweifel Champagner“. Diese wunderbare Getränkeempfehlung gab einmal Kevin Leismann, Sommelier im Sterne-Restaurant „Cookies Cream“ unserem Getränke-Redakteur Benedikt Ernst in einem Interview. Sie bezog sich auf vegetarische Gerichte, für die das Berliner Restaurant berühmt ist. Auch wenn Fleisch und Fisch im Spiel sind, ist das perlende Getränk ein hervorragender Menübegleiter. Servieren Sie Champagner unbedingt im Weißweinglas – auch als Aperitif –, und nehmen Sie ihn rechtzeitig aus dem Kühlenschrank. Denn entgegen jahrelanger Tradition sollte der prickelnde Schatz nicht kalt, sondern nur leicht gekühlt sein (12 Grad scheint die ideale Trinktemperatur zu sein). Vertrauen Sie uns: Mit Champagner machen Sie nichts falsch. Ihre Gäste werden erst überrascht sein, dann freudig strahlen und diesen herrlichen, unnachahmlichen Champagnerschwips bekommen. Nur der Kater am Morgen danach ist wie immer, auch wenn der Rausch wesentlich teurer war.



Foto: Julia Hoersch; Styling: Krisztina Zombori; Text: Claudia Muir

# Gehoben

## *Schwarze Trüffeln*

Gesucht werden sie schon lange nicht mehr. Denn entgegen hartnäckiger Gerüchte lassen sich die teuersten aller Pilze bestens züchten. Weltweit verstreut stehen Plantagen mit Bäumen, deren Feinwurzeln mit Sporen geimpft wurden und in deren Nähe gut sieben bis zehn Jahre nach der Pflanzung die begehrte Delikatesse unterirdisch gedeiht. Ihren Status als Luxusprodukt haben Schwarze Trüffeln trotzdem nicht verloren – Aroma und Geschmack sind ja auch ohne Konkurrenz. Chichi brauchen sie allerdings nicht. Im Restaurant „Frantzén“ in Stockholm, das als eines der besten der Welt gilt, hobeln Kellner einen Trüffelberg auf buttrig getoastetes Brot mit Creme und Parmesan. Für zu Hause möchten wir Ihnen dieses Rezept empfehlen: Legen Sie eine Trüffel von 50 bis 100 Gramm mit vier frischen Eiern in ein Schraubglas und stellen Sie dies für vier Tage in den Kühl-schrank. So hat das Trüffelaroma genügend Zeit, durch die Schale ins Ei zu dringen. Die Eier verquirlen, in reichlich zerlassener Butter leicht stocken lassen, salzen, auf Tellern verteilen und großzügig Trüffelscheiben darüberhobeln. Fehlt noch was? Nein. Trotzdem möchten wir Ihnen unsere Reportage auf Seite 124 ans Herz legen. Unsere Autorin reiste durch das Piemont und suchte, Sie ahnen es schon, Trüffeln – in dem Fall allerdings Weiße.



# GUTEN MORGEN!

Manchmal muss es eben Mett sein: Unsere tough belegte Stulle gibt Kraft und hält vor. Die beißt nicht, die lässt's knacken. Mit Meerrettich und frischen Kräutern



**JÜRGEN BÜNGENER**

»e&t«-Koch

„Mett am Morgen braucht keine Zwiebeln. Gurke, Apfel, und Bete peppen's frisch auf.“

## Mettstulle

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL

Für 4 Portionen

- 4 Scheiben Bauernbrot (à ca. 80 g, ca. 1,5 cm dicke Scheiben)
- 100 g Gewürzgurken
- 100 g eingelegte Rote Bete in Scheiben (Glas; z.B. von Kühne)
- 1 kleiner säuerlicher Bio-Apfel (150 g; z.B. Boskop oder Elstar)
- Salz • Pfeffer
- 2–3 Stiele krause Petersilie
- 2 Stiele Dill
- 500 g Mett
- 20 g Meerrettichwurzel

**1.** Brotscheiben unterm vorgeheizten Backofengrill bei 250 Grad von beiden Seiten hellbraun und knusprig rösten. Abkühlen lassen.

**2.** Für das Gurken-Apfel-Häckerle abgetropfte Gurken und Rote Bete in ca. 5 mm feine Würfel schneiden und in ein Schälchen geben. Apfel waschen, vierteln und entkernen. Apfel fein würfeln und zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie und Dill mit den Stielen fein schneiden und zugeben.

**3.** Brotscheiben mit Mett bestreichen und das Häckerle darauf verteilen. Meerrettichwurzel schälen und fein gerieben darüberstreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 20 Minuten

**PRO PORTION** 30 g E, 28 g F, 44 g KH = 574 kcal (2405 kJ)

Fleisch trifft fein'  
Gemüse: gewürztes Hack  
mit Roter Bete und  
Apfel-Gurken-Häckerle



# Glück kann so einfach sein.

Perfekter Moment für einzigartigen Genuss.

LE GRUYÈRE®  
SWITZERLAND AOP

Ein Stück vom Glück.



Schweiz. Natürlich.



Käse aus der Schweiz.  
[www.schweizerkaese.de](http://www.schweizerkaese.de)



# Was machen Sie denn da, Herr Gedigk?

„Ich hebe ein Glas hoch, das soeben mit CO<sub>2</sub>-Gas (Trockeneis) gefrostet wurde. Vor mir sehen Sie den sogenannten ‚Wormwood Wagon‘, der in der Bar des Hotels „The Fontenay“ hier in Hamburg steht. Er ist eine Erfindung unseres ehemaligen Barmanagers Sebastian Schneider. Seine Idee war es, unseren Gästen am Tisch Wermuts zu mixen. Ein Wermut ist Wein, der mit Kräutern – hauptsächlich Wermutkraut (engl. Wormwood) –, Gewürzen, Früchten und Blüten aromatisiert wird. Er kann auch mit einer Spirituose gespritzt werden. In der ‚Fontenay Bar‘ nehmen wir als Basis

erstklassige Weine, die alkoholische Ergänzung sowie eine fruchtige Note bekommen unsere Wermuts durch Obstbrände. Kräuter-Essenzen und -Elixiere aus aller Welt sowie der ‚Silber Wermut Geist‘ der Firma Organic Distillery runden geschmacklich ab. Zum Schluss süßen wir mit natürlichen Ingredienzien. Alle Zutaten stehen im ‚Wormwood Wagon‘ bereit, den ich von Tisch zu Tisch fahren kann. Mit einem Matcha-Besen, eine Art Schneebesen aus Bambus, rühre ich den Drink. Den frisch gemixten Wermut serviere ich dann im eisgekühlten Glas.“

[www.thefontenay.com](http://www.thefontenay.com)



**Ceiron Gedigk** (29), Assistant Bar Manager, arbeitet an einem der wohl schönsten Orte Hamburgs: in der „Fontenay Bar“ im 6. Stock des gleichnamigen Hotels mit Blick auf Außenalster und Stadt



VOM FEINSTEN

# Der KÖNIG unter den Schinken

Er ist viel mehr als nur eine spanische Delikatesse: Ibérico-Schinken steht für Tradition, Qualität, Lebensmittelsicherheit und Nachhaltigkeit. Doch letztlich ist es der unvergleichliche Geschmack, der dem Jamón Ibérico die Krone aufsetzt

## So erkennt man die Qualität von Ibérico-Schinken

**Schwarzes Siegel:** Jamón de Bellota. 100 % Ibérico aus Weidehaltung. In der Mast kommen nur Eicheln und Naturprodukte zum Einsatz. Eine außergewöhnliche Delikatesse.

**Rotes Siegel:** Paleta Ibérica de Bellota. Mindestens 50 % Ibérico. Haltung und Mast entsprechen den Bestimmungen des schwarzen Siegels.

**Grünes Siegel:** Cebo de Campo. Mindestens 50 % Ibérico aus Weidehaltung. In der Mast werden zusätzlich Getreide, Hülsenfrüchte und Feldkräuter verfüttert.

**Weißes Siegel:** Jamón de Cebo Ibérico. Mindestens 50 % Ibérico. Die Tiere werden auf Höfen und nicht auf der Weide gehalten. Die Mast entspricht dem grünen Siegel. Die meistverbreitete Qualitätsstufe.



Man kann es nicht oft genug sagen: Ibérico-Schinken ist keine geografische Herkunftsbezeichnung, sondern der Name leitet sich von einer Schweinerasse ab, dem berühmten Ibérico-Schwein. Es unterscheidet sich äußerlich vor al-

lem durch seine schwarze Haut- und Huffarbe von seinen Artgenossen. Entscheidend jedoch ist das, was unter der Haut steckt: Sein außergewöhnlich aromatisches Fleisch beschert dem Schinken einen herrlichen, unverwechselbaren Geschmack und unerreichte Zartheit. Das ist kein Zufall – die Tiere verbringen ihr ganzes Leben auf Weideplätzen unter freiem Himmel und werden für die höchste Qualitätsstufe ausschließlich mit Eicheln gefüttert.

Apropos Qualität: Um den Gourmets weltweit absolute Transparenz beim Einkauf der Delikatesse zu gewährleisten, haben die Ibérico-Hersteller ein strenges System geschaffen, das die vollständige Rückverfolgbarkeit von jedem Stück Ibérico-Schinken

„vom Feld bis auf den Tisch“ sicherstellt. Sie erkennen es an vier farbigen Siegeln auf den Schinken. Dabei steht Schwarz für die höchste und Weiß für die niedrigste (aber immer noch herausragende) Qualität –



Das Herstellungsmodell von Ibérico-Schinken ist das strengste der Welt

siehe Kasten links. Ein kurzer Blick auf die Siegel genügt und schon können Sie sicher sein, dass ein Schinken auch wirklich ein Ibérico-Schinken ist.

Wenn Sie noch mehr Informationen über die Qualitätsstufen erhalten möchten oder einzelne Ibérico-Schinken anhand des aufgedruckten Barcodes identifizieren und rückverfolgen möchten, laden Sie sich die kostenlose Ibérico-App aufs Smartphone – gib's im App Store® oder bei Google Play™.

[f](#) [i](#) [Y](#) [hampassiontour.eu](#)  
#hampassiontour

ENJOY  
IT'S FROM  
EUROPE

Der Inhalt der vorliegenden Veröffentlichung gibt nur die Meinung ihres Autors wieder und fällt ausschließlich in seine Verantwortung. Die Europäische Kommission übernimmt keine Haftung für die Nutzung, die von der dort enthaltenen Information gemacht werden kann.



## Italien im Weckglas

**- HINGEHEN** In den zitronengelben Metallregalen der Viani-Filialen stapelt sich das Beste, was italienische Feinkost zu bieten hat. Acht Mal in Deutschland: Berlin (2x), Frankfurt, Göttingen, Hamburg (2x), Köln und München.

**- ENTDECKEN** Frisches Obst und Gemüse der Saison, San-Marzano-Tomaten, hausgemachte Pesti, feinste Olivenöle und Balsamico-Essige, Weine, Süßes. Die Hits der italienischen Wurst- und Käsekultur an der Frischetheke. Und die Gelegenheit, Zitronen-Baiser-Tarte und Espresso zu genießen.

**- MITNEHMEN** Frischen Pizza-Teig im Pfand-Weckglas, Pesto von gegrillten Artischocken, Culatello di Zibello (in Rotwein gereifter Parmaschinken), Panettone in Sternform, Rosato Vino frizzante.

[www.viani.de/de/unsere-laeden](http://www.viani.de/de/unsere-laeden)



### HAUSGEMACHT

#### SPITZENIDEE

Der Duft von gebrannten Mandeln entführt uns im Nu auf den Weihnachtsmarkt. Alle, die dieses Jahr nicht hingehen, können sich die „Hamburger Goldmandeln“ in hübschen Spitztüten nach Hause bestellen. Bio-Mandeln, -Cashew, -Erd- oder -Paranüsse, 100 g, ab ca. 3,50 Euro [www.goldmandeln.de](http://www.goldmandeln.de)



### HERZHAFT FEHLT NOCH WAS?

Dann sollte vielleicht ein Schuss „Röstzwiebel-Würzöl“ von Unperfekt Perfekt an die Käsespätzle, auf den Flammkuchen oder einfach aufs Brot. Würzig, kräftig, mit feinen Röstaromen – genau das Richtige für alle Liebhaber der deftigen Küche. 500 ml, ca. 20 Euro, [www.biorausch.com](http://www.biorausch.com)



Genuss-  
Orte  
Teil 30



### HEISS BEGEHRT

#### VON OMA LERNEN

Ein Spritzer Roséwein macht Erdbeer-Sorbet erst richtig gut, fand Oma Bayne. Das fanden auch ihre Enkel und entwickelten daraus die Idee zu feinsten Frucht-Sorbets mit Gin, Wein, Wodka oder Likör. 125 ml, ca. 2,50 Euro

[www.bayneicecream.com](http://www.bayneicecream.com)



### HIMMLISCH

#### AUSZIEHEN!

Der schillerndste Modetrend des Jahres kommt direkt vom Nordpol: Santa Claus hat seine schwarzen Stiefel gegen goldene getauscht. Die hier sind mit feiner Bio-Vollmilchschokolade gefüllt – und bestimmt schnell wieder ausgezogen. 12 g, ca. 2 Euro

[www.mutterland.de](http://www.mutterland.de)

### Getestet von



#### KAY-HENNER MENGE

»e&t«-Koch

„Klar, jeder kann Sauerteig heranziehen, das braucht aber Zeit. Einfacher geht's mit den aktiven Kulturen vom ‚Reinzucht-Sauerteig Böcker‘. Die Brot- und Brötchenteige gehen wunderbar auf und haben ein tolles, natürliches Aroma.“ 430 g, ca. 4 Euro

[www.sauerteig.shop](http://www.sauerteig.shop)



**SOEHNLE**

Präzision aus Leidenschaft

## Macht hoch die Tür...

— Nein, es kommt nicht „der Herr der Herrlichkeit“, dafür verstecken sich hinter diesen Türen je 24 genussvolle Überraschungen. Von Porridge bis Whisky – und reichlich Schoki:

- 1 Vegane Pralinen und Rawnies, gluten- und zuckerfrei, 59 Euro, [www.gleem.de](http://www.gleem.de)
- 2 Der kleine Wildbach-Adventskalender, Zartbitterschokolade, ca. 10 Euro, [www.confiserieklein.de](http://www.confiserieklein.de)
- 3 Feinste Pralinés in der Filz-Edition von Lindt, ca. 19 Euro, [www.lindt.de](http://www.lindt.de)
- 4 Whisky Selection von BEEF! mit 24 hochprozentigen Minis, ca. 130 Euro, [www.foodist.de](http://www.foodist.de)
- 5 Premium-Kalender mit Müsli, Porridge, Choco & Tee, ca. 60 Euro, [www.mymuesli.com](http://www.mymuesli.com)
- 6 Trüffel, Pralinen, Weihnachtsspezialitäten mit oder ohne Alkohol, ca. 40 Euro, [www.sawade.berlin](http://www.sawade.berlin)



HERRLICH

### FRISCH GESCHLÜPFT

Dieser Fürst im edlen Grau ist eine Rarität. Die auf 1000 Flaschen limitierte Sonderedition ist im Betoniegel gereift. Die runde Form bewirkt, dass Hefepartikel lange in der Schwebe bleiben und eine schnellere Klärung während des Gärvorgangs erreicht wird. Ergebnis des Experiments: ein zartcremiger Sekt, frisch-fruchtig und vielschichtig. 25 Euro, [www.freixenet-onlineshop.de](http://www.freixenet-onlineshop.de)

Fotos: David Maupile (1); Text: Stefanie Meyer



Jeden Tag was Neues: Mit Tee, Schokolade, Whisky oder Müsli ist das Warten ein Fest



### Küchenwaage Page Profi 300

mit intelligenter 4-Sensoren-Technologie für präzise Wiegeergebnisse.



[www.soehnle.de](http://www.soehnle.de)



## Glanzleistung

— „Die einzige Qualifikation, die ich habe, ist ein Töpfekurs in der Schule“, hat der britische Star-Designer Tom Dixon mal in einem Interview gesagt. Wenn das die Basis für seine neuen Barutensilien ist – bravo! Der verkupferte Cocktailshaker mit seinen spitz zulaufenden Enden liegt gut in der Hand, die Kappe fungiert zugleich als Messbecher, und die Gläser mit dem breiten Kupferband sind einfach schick. Shaker 155 Euro, Zange 60 Euro, Gläser, 2er-Set, 85 Euro, [www.tomdixon.net](http://www.tomdixon.net)



Kann viel, macht viel: Der facettenreiche Tom Dixon entwirft Tableware, Leuchten und Möbel



UNKONVENTIONELL

### GEGEN DEN STROM...

... zu schwimmen ist nicht nur Fischen vorbehalten. Auch Le Corbusier, einer der berühmtesten und zugleich umstrittensten Architekten der Moderne, liebte es. Der Fisch auf dem Tablett aus Biskuitporzellan ist eines von vielen Relief-Motiven, die er in den 1950er-Jahren für Betonwände der indischen Weltkulturerbe-Stadt Chandigarh entwarf. Dieses und weitere Motive auf runden und quadratischen Tabletts setzen künstlerische Akzente auf der Tafel. Collection „Chandigarh“, ca. 35 cm Ø, 210 Euro, [www.cassina.com](http://www.cassina.com)

PROFESSIONELL

### UNFASSBAR LEICHT

Zahllose Versuche und Prototypen brauchte es, bis der österreichische Glasdesigner Kurt Josef Zalto die perfekte Form für sein Champagnerglas gefunden hatte. „Josephine“ liegt leicht wie eine Feder in der Hand und ist und dennoch robust genug für die Spülmaschine. „Josephine No. 4“, 38 Euro [www.josephinen.com](http://www.josephinen.com)



—  
ORIGINELL

## ABHÄNGEN

Sie erinnern ein wenig an die Achtzigerjahre, als klassische Christbaumkugeln durch originelle Objekte ersetzt wurden. Die handbemalten Delikatessen schmücken mit zartem Glitzerstaub und machen obendrein Appetit – etwa auf unsere festlichen Menüs (ab Seite 39).

Hummer, 14 cm, ca. 15 Euro,  
Croissant, 10 cm, ca. 17 Euro  
[www.gustavia-shop.de](http://www.gustavia-shop.de)



—  
TEATIME-REBELL

## WILDER TRINKEN

Sieht aus wie Action Painting von Jackson Pollock – nur nicht so bunt. „Jedes Schälchen soll ein unverwechselbares Einzelstück sein. Wenn ich das flüssige schwarze Porzellan in die Form spritze, wird das Muster mal wild, mal dezent“, erklärt Designerin Nana König ihre „Graffiti“-Idee. Espresso-, Tee- und Kaffeebecher, 28 bis 45 Euro  
[www.nanakoenigdesign.com](http://www.nanakoenigdesign.com)



—  
SPIRITUELL

## GUTE TOPFGEISTER

Die Kelten lockten mit Ilex Feen und Waldgeister an, die das Haus vor Unheil schützen sollten. Später dienten die Zweige – lange vor dem Weihnachtsbaum – zur festlichen Dekoration. Der französische Kochgeschirrhersteller Le Creuset hat diese Tradition in der limitierten Edition „Holly“ aufgegriffen. Bräter (26 cm Ø), 265 Euro, [www.lecreuset.com](http://www.lecreuset.com)

# Reformhaus



# Natürlich besser ... für mich!

**Reformhaus® –  
das Fachgeschäft für mehr  
Schwung mit der Kraft der Natur.**

### Für aktive Stunden zu zweit

Sie möchten mehr Schwung in Ihr Leben bringen und die Stunden zu zweit aktiv genießen? In Ihrem Reformhaus® finden Sie viele hochwertige Produkte, naturbelassen und schonend verarbeitet.

Bio Maca von Raab Vitalfood® ist besonders bei Frauen und Männern in der zweiten Lebenshälfte beliebt. Das Macawurzelpulver in Premium Bio-Qualität schmeckt hervorragend sowohl in herzhaften Speisen als auch in Kombination mit Kakao.

Scheuen Sie sich nicht davor, sich von unseren fachkundigen Mitarbeiter\*innen beraten zu lassen.

**Bringen Sie neuen Schwung in Ihr Leben – natürlich mit Ihrem Reformhaus®.**



## MAGAZIN: KÜCHE



ACHIM ELLMER

»e&t«-Küchenchef

### MEINE KÜCHE

Neueste Technik, gute Ideen – was mir beim Kochen Freude macht.

#### 3. Folge: der Dampfgarer

„Bei mir in der Küche steht seit Jahren ein Buch über die Kulturschichte der chinesischen Küche. Es heißt „Schlafender Lotos, trunkenes Huhn“, und ehrlich gesagt, habe ich es mir damals gekauft, weil der Titel so poetisch klingt. Bereut habe ich den Kauf nicht. Der Sinologe Thomas O. Höllmann liefert darin eine lesenswerte Chronik zu Chinas kulinarischer Tradition. **Beim Lesen wurde mir bewusst, wie detailver-sessen die Chinesen beim Kochen sind.** So gibt es unzählige Wörter für Gartechniken, die sich nur minimal unterscheiden. Aus der bunten Küchenlandschaft des Landes haben sich bei uns zwei etabliert: das Braten im Wok und das Dämpfen. Beide Zubereitungs-methoden verfolgen das Ziel, die Lebensmittel möglichst schonend zu garen, sodass Farbe, Konsistenz, Geschmack und Aroma erhalten bleiben – in China wichtige Kriterien für eine gelungene Mahlzeit. Während hier im Wok alles Mögliche gerührt wird, garen im Dampfgarer, -korb oder -topf meist nur Gemüse und Fisch. Bei den Chinesen dagegen nahezu alles. Von Brot über Fleisch, natürlich Gemüse und gefüllte Teigtaschen in allen möglichen Variationen. Ein gelungenes Beispiel finden Sie auf Seite 104. Dort zeigt mein Kollege Michele Wolken, wie er Dim Sum zubereitet. Das brachte mich übrigens auf die Idee, meine Maultaschen im Dampfgarer zu dämpfen, statt zu kochen, was sehr gut ging. Doch bestimmt wollen Sie nun wissen, was ein trunkenes Huhn ist: ein gedämpftes und über Nacht in Reiswein und Gewürzen marinierter Huhn. Köstlich!

#### AUFHÄNGEN

### ZUR MUSTERUNG, BITTE!

Karos, immer nur Karos. Lange Zeit wurden Geschirrtücher von Designern Ignoriert. Nun aber machen sie Karriere. Sie heißen auch mal Tea Towel, bekommen witzige Illustrationen, neue Farben und Muster. Rauten zum Beispiel, überall wunderbare Rauten. Von Hay, 2er-Set ca. 25 Euro, über [www.connex.de](http://www.connex.de)



#### AUFHÜBSCHEN

### KÜCHEN-COUTURE

„Plissé“ – da denken wir an die Laufstege der Fashion Weeks vom letzten Jahr. An in Falten gelegte Röcke, die allen Trägerinnen in diesem Sommer eine gewisse Beschwingtheit gegeben haben. Alessi hat den Modetrend aufgegriffen und dem so biederem Wasserkocher einen dynamischen Look samt Namen verpasst. Auch in Weiß, Grau und Schwarz. 1 l, ca. 74 Euro, über [www.connex.de](http://www.connex.de)

#### AUFBEWAHREN

### SCHÖN ZEITLOS

Die legendäre Keramikkünstlerin Hedwig Bollhagen erschuf Alltagsgeschirr, das klar, schnörkellos, formschön und trotzdem funktional war. Nach diesen Leitlinien arbeiten die HB-Werkstätten in Brandenburg noch immer. Gutes Beispiel: Brotdose „481“, ca. 190 Euro, [www.hedwig-bollhagen.de](http://www.hedwig-bollhagen.de)



### Zieht auch wieder ab

Bei offenen Küchen ist der Übergang zum Wohnzimmer fließend, da sind gerade bei Abzugs-hauben optische Täuschungen willkommen. „Skyline“ von Berbel sieht aus wie eine Designerlampe und verschwindet nach geleisteter Arbeit per Knopfdruck wieder unter der Decke. [www.berbel.de](http://www.berbel.de)





1

## GESUNDE KÜCHE? MACHEN SIE MAL DAMPF!

*Gesund, aromatisch, lecker: Nie war die Zubereitung mit dem Dampfgarer einfacher. Möglich machen es die Geräte der Generation 7000 von Miele*

**B**evor die große Festtags-Schlemmerei beginnt, wollen Sie sich so gesund wie möglich ernähren? Dann ist nun die perfekte Zeit, sich mal mit dem Thema Dampfgaren auseinanderzusetzen. Schließlich bleiben bei dieser Methode die Nährstoffe und Vitamine sehr gut erhalten, das Gemüse knackig und auch Fisch und Fleisch schön saftig. Plus: Auch die Farben des aktuell beliebten Wurzel- und Kohlgemüses leuchten durch das Dampfgaren weiterhin intensiv. Das Auge isst schließlich mit! Aber ist die Methode nicht unglaublich kompliziert und aufwendig? Nicht mit dem Miele Dampfgarer der Generation 7000. Das Gerät ist mit der DualSteam-Technologie ausgestattet, die für schnelle Aufheizzeiten sorgt. Übrigens sind die Garzeiten im Dampfgarer die gleichen wie auf der Kochstelle. Allerdings ist ein Überkochen wie auf der Kochstelle hier nicht möglich. Auch die Zubereitung ganzer Menüs ist einfacher denn je. Denn mit dem automatischen Menügaren können bis zu drei verschiedene Lebensmittel miteinander gegart werden. Temperatur, Garzeit und Abfolge bestimmt das Gerät. Alles, was Sie noch tun müssen, ist, die Lebensmittel zum angegebenen Zeitpunkt und in vorgegebener Reihenfolge in den Dampfgarer zu schieben. Easy! Apropos Flexibilität: Beim Miele Combi-Dampfgarer mit Backofenfunktion lässt sich beim Combigaren die perfekte und individuelle Mischung aus Feuchte und Heißluft einstellen – das ist vor allem bei frisch gebackenem Brot oder köstlichem Braten (jetzt schon an Weihnachten denken!) praktisch. Perfekte Ergebnisse garantiert – so schmeckt uns das Kochen!



2



3

1 Bereiten Sie ein vollständiges Menü in nur einem Garprozess zu

2 Die Temperatur wird die gesamte Garzeit gradgenau gehalten – perfekt für das Dampfgaren mit der Sous-vide-Methode

3 Neue Lieblingsrezepte entdeckt? In der Miele@mobile App finden Sie neben vielen Rezeptideen auch hilfreiche „How to“-Videos – für perfektes Gelingen

**Miele**

Mehr Informationen unter:  
[miele.de/gen7000](http://miele.de/gen7000)

# Eine Wurst namens Käse

— Aus einfachen Speisen mit ein paar frischen Ideen etwas Besonderes machen. An dieser Stelle zeigen wir Ihnen Klassiker mit vier Varianten **65. FOLGE: LEBERKÄSE**



Leberkäse mit Krautsalat

ALLE REZEPTE FÜR 4 PORTIONEN

**600 g (bayerischen) Leberkäse** im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad (Gas 1–2, Umluft 140 Grad) 30 Minuten backen. **800 g Spitzkohl** in feine Streifen schneiden. **1 rote Zwiebel** fein würfeln. **5 Stiele krause Petersilie** fein hacken. **4 El Apfelessig**, **3 El neutrales Öl**, **1 El Zucker**, **Pfeffer und Salz** verrühren, Kohl, Zwiebeln und Petersilie untermischen. **1 TL Kümmelsaat** in einer Pfanne ohne Fett rösten, grob mahlen und untermischen. Leberkäse in Scheiben schneiden und mit dem Krautsalat servieren.

Unser  
Liebling



## Leberkäse mit sauren Kartoffeln

**1 kg festkochende Kartoffeln** schälen, in 2 cm große Würfel schneiden und in kochendem **Salzwasser** 15 Minuten garen. **1 Zwiebel** fein würfeln. Zwiebeln mit **40 g Butter** in einem Topf glasisig dünsten. Kartoffeln abgießen, zu den Zwiebeln geben, mit **1½ El Mehl** bestäuben und unter Rühren 2 Minuten dünsten. **6 El Apfelessig**, **500 ml Kalbsfond**, **2 El Zucker** und **1 Lorbeerblatt** zugeben und 15–20 Minuten unter gelegentlichem Rühren sämig einkochen. **4 El Schnittlauchröllchen** und **1 Ti Dijon-Senf** untermischen. **4 Scheiben (bayerischen) Leberkäse** (à ca. **150 g**) in **2 El Öl** goldbraun braten und mit den Kartoffeln servieren.



## Leberkäsesalat mit Brezel-Croûtons

**2 Laugenbrezeln** in Würfel schneiden. **1 El Öl** und **2 El Butter** in einer Pfanne erhitzen, Brezelwürfel darin goldbraun rösten. **8 Radieschen** putzen und waschen. Radieschen und **60 g Cornichons** in feine Scheiben schneiden. **2 rote Zwiebeln** in Ringe schneiden. **5 Stiele glatte Petersilie** mittelfein hacken. **300 g (bayerischen) Leberkäse** in feine Streifen schneiden. **5 El Rotweinessig**, **1 El süßen Senf** und **5 El neutrales Öl** mit **½ Ti edelsüßem Paprikapulver**, **Salz**, **Pfeffer** und **1 Prise Zucker** verrühren. Die vorbereiteten Zutaten untermischen, sofort servieren.



## Gebratener Leberkäse mit Spiegelei

**4 El Öl** in der Pfanne erhitzen, **4 Scheiben (bayerischen) Leberkäse** (à **150 g**) darin in 2 Portionen braten, herausnehmen und im Backofen bei **80 Grad** warm stellen. **4 El neutrales Öl** in der großen Pfanne erhitzen, **4 Eier (Kl. M)** darin zu Spiegeleien braten. Dabei mit **Salz** würzen. **16 Cornichons** längs in Scheiben schneiden. Leberkäse mit **je 1 El süßem Senf** bestreichen und mit Eiern und Cornichons anrichten. Mit **2 El Schnittlauchröllchen** und **Pfeffer** bestreuen und servieren.



## Leberkäseschnitzel mit Gurkensalat

**4 Scheiben (bayerischen) Leberkäse** (à **150 g**) in **4 El Mehl** wenden, durch **2 verquirte Eier (Kl. M)** ziehen, in **120 g Semmelbröseln** panieren. Leicht andrücken. **2 Bio-Salatgurken** in dünne Scheiben hobeln, leicht salzen, im Sieb abtropfen lassen. **150 ml Sahne**, **5 El Apfelessig**, **Salz**, **Pfeffer**, **1 Prise Zucker** verrühren. **4 Stiele Dill** und **2 Schalotten** fein schneiden, unterrühren. Gurken ausdrücken, unterröhren. **10 El Butterschmalz** in einer großen Pfanne erhitzen, Leberkäse darin von beiden Seiten goldbraun braten. Mit **4 El Wildpreiselbeeren** und **4 Bio-Zitronenspalten** servieren.

# Der Blauflossenthun ist heiß begehrt und stark gefährdet. Gibt es Alternativen, etwa Fisch aus Aquakultur?



— Verantwortungsvolle Zuchtbetriebe gibt es nicht, Mastanlagen stehen in der Kritik. Einzige Lösung: der Verzicht

flossen weg!

DAS PROBLEM: THUNFISCHARTEN SIND VOM AUSSTERBEN BEDROHT

## WEGGEFISCHT UND VERSPEIST

Er durchquert die Weltmeere wie andere Fische einen Süßwassersee. Gut 80 Stundenkilometer ist er schnell. Oft schwimmt der Blauflossenthunfisch, auch Roter Thun genannt, nahe der Oberfläche, mal taucht er bis zu 1000 Meter in die Tiefe. Mancher von ihnen wird 40 Jahre alt, wiegt 600 Kilo und ist vier Meter lang. Das Kraftpaket frisst Unmengen kleiner Fische, Kraken und Quallen. Durch seine sportliche Leistungen wird sein tiefrotes, mit Fett durchwachsenes Fleisch fest und zart wie ein Stück Wagyu-Rind. Ein Fisch der Extraklasse, in Japan Delikatesse und Heiligtum. Doch gerade die kulinarischen Qualitäten des Blauflossenthunfisches sind sein Untergang. Die aus Japan über den Globus geschwollte Sushi-Welle machte ihm in nur 20 Jahren beinahe den Garaus. Schon vor zehn Jahren galt er als stark gefährdet, heute sieht es, trotz strenger Fangquoten, nicht viel besser aus. Die Gründe: illegale Fischerei und die Tatsache, dass Thun langsam wächst und sich erst spät im Leben fortpflanzt.



**SEBASTIAN BÄIER**  
Inhaber von „Fischfeinkost Baier“ und Fischberater bei „Good Fisch Guys“

DIE LÖSUNG

## „BESSER VERZICHTEN“

**Kann man Thunfisch nicht in Aquakultur züchten?**

Es ist bis heute nicht gelungen, vernünftig und verantwortungsbewusst aus einem Thunfisch-Ei eine Larve zu ziehen. Man bräuchte dafür auch sehr viel Futter. Bei einem Thunfisch mit einem Verkaufsgewicht von rund 200 Kilogramm wäre das unglaublich teuer und eine Verschwendug von Ressourcen. Statt Aquakulturen gibt es Mastbetriebe. Gefangene Fische werden dort gefüttert – teilweise bis zur Verdopplung des Fanggewichts gemästet – und dann geschlachtet. Wer aber weiß, wie vor allem der Blauflossenthunfisch unter natürlichen Umständen lebt, kann eine Gefangenschaft auf gar keinen Fall verantworten.

**Was raten Sie Ihren Kunden, die gern Thunfisch bei Ihnen kaufen möchten?**

Ich versuche als Erstes aufzuklären und das Bewusstsein für die Problematik der Überfischung zu schärfen. Ich sage auch, dass die Alternativen eigentlich keine Alternativen sind. So wird oft der Yellowfin (Gelbflossenthun) als Ersatz im Sushi gehandelt. Neulich habe ich sogar an der Tankstelle Sushi mit ihm gesehen. Tatsächlich sind die Bestände in manchen Regionen noch recht hoch. Doch auch die können sich, wenn die Nachfrage steigt, rasant minimieren.

**Also kein Thunfisch mehr?**

Gesunde Bestände gibt es zurzeit nur noch vom Weißen Thunfisch und dem Bonito. Der Bonito ist der Fisch, der bei uns als Thunfisch in der Dose landet. Er ist – schon wegen der industriellen Verarbeitung – langfristig gefährdet. Fest steht: Kein anderer Fisch steht unter einem solchen Fischereidruck wie der Thunfisch.

# WEIN AUS NIEDERÖSTERREICH.

GROSSE KUNST. OHNE ALLÜREN.



**Niederösterreich** – eine geschützte Ursprungsbezeichnung der EU für österreichischen Qualitätswein. Hier entstehen Weine, die vielfach ausge-

zeichnet und dennoch am Boden geblieben sind. Kunstwerke aus Natur, Tradition und Vision, komplex und leichtfüßig zugleich. [österreichwein.at](http://österreichwein.at)

WINEinMODERATION  
CHOOSE | SHARE | CARE

**ÖSTERREICH WEIN**  
Große Kunst. Ohne Allüren.



# STURMERPROBT

Ein Schuss Whiskey in der heißen Schokolade verstärkt die wärmende Wirkung – kommt dann noch Guinness dazu, ist die Sensation perfekt

— Rein pragmatische Gründe führten zur Erfindung des Irish Coffee: Mit einem beherzten Schuss Whiskey verstärkte Bartender Joe Sheridan die wärmende Wirkung des Kaffees, war sein Pub am Hafen von Foynes doch ein beliebtes Ziel bei Amerikanern, die sich völlig durchgefroren von der Überfahrt direkt an seinen Tresen begaben. Inspiriert von Sheridans Erfindergeist, ersetzen wir den Kaffee durch eine feine Melange aus Guinness, Kakao und Ahornsirup – ein wärmendes Vergnügen, das im Winter Wunder wirken kann.

Ungewöhnliches Paar:  
Die feinherben Noten  
von Röstmälz und Hopfen  
passen wunderbar zur  
heißen Schokolade



## IRISH CHOCOLATE

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN,  
RAFFINIERT

Für 4 Tassen

- 1 Dose Guinness (440 ml)
- 3 Ei Kakaopulver
- 3 Ei Ahornsirup
- 500 ml Milch
- 80 ml irischer Whiskey  
(z.B. Tullamore Dew)



1. Guinness in einem kleinen Topf zum Kochen bringen und bei mittlerer Hitze auf 150 ml reduzieren, entstehenden Schaum mit einer Schaumkelle abschöpfen. In einer Schüssel Kakaopulver mit Ahornsirup glatt rühren. Reduziertes Guinness einrühren.

2. Milch erhitzen, Guinness-Kakao-Sirup einrühren. Heiße Schokolade vom Herd nehmen, Whiskey einröhren, mit dem Mixstab kurz aufschäumen, in 4 Tassen gießen und sofort servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten  
PRO GLAS 6 g E, 6 g F, 16 g KH = 224 kcal (941 kJ)



Haben Sie Fragen  
zu Staatl. Fachingen?  
0800 - 100 81 56  
(gebührenfrei)

# Natürlich besser leben.



Mit dem **natürlich hohen Hydrogencarbonat-Gehalt von 1.846 mg/l** neutralisiert Staatl. Fachingen STILL überschüssige Säure im Magen und unterstützt so die Säure-Basen-Balance. Angenehm im Geschmack leistet es damit einen wertvollen Beitrag zu einem gesunden, unbeschwerter Leben.

STAATL.  
FACHINGEN

Das Wasser. Seit 1742.

Anwendungsgebiete: Staatl. Fachingen STILL regt die Funktion von Magen und Darm an, fördert die Verdauung und hilft bei Sodbrennen. Es fördert die Harnausscheidung bei Harnwegserkrankungen, beugt Hamsäure- und Calciumoxalatsteinen vor und unterstützt die Behandlung chronischer Harnwegsinfektionen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie das Etikett und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand der Information: 01/2013.  
Fachingen Heil- und Mineralbrunnen GmbH · Brunnenstraße 11 · 65626 Fachingen · [www.fachingen.de](http://www.fachingen.de)

# AUF NEUEN PFADEN

Frischer Wind in Bordeaux:  
Immer mehr Weingüter setzen auf  
nachhaltige Methoden im Weinberg.  
Winzerin Nea Berglund von  
Château Carsin über die Umstellung  
auf ökologischen Weinbau

Seit 2015 führt  
Nea Berglund das  
Familienweingut  
und macht einiges  
anders als ihr Vater

## 1990 erwarb die Familie Berglund Château Carsin – wie hat sich der Weinbau seitdem verändert?

Mein Vater und seine damalige Kellermeisterin Mandy hatten die Idee, dass der Wein vor allem im Keller entsteht. Ich konzentriere mich heute auf die Arbeit im Weinberg. Es ist wie beim Kochen: Wenn du gute Produkte hast, musst du nicht mehr viel dazugeben. Ich will ein perfektes Grundprodukt.

## Welche Rolle spielt die Umstellung auf ökologischen Weinbau dabei?

Sie ist auf jeden Fall ein Teil dieses veränderten Denkens. Wir haben bereits 2003 erste Versuche gemacht – die Parzellen, die seitdem ökologisch bewirtschaftet werden, sind heute unsere besten. Seit 2016 produzieren wir komplett ökologisch. Der Ansatz ist holistisch: Wir pflanzen heute Obstbäume, Gemüse und Hülsenfrüchte in

den Weinbergen und siedeln Tiere an, um die Biodiversität zu steigern. Es ist nicht nur gut für den Wein, auch für die Umwelt und die Menschen.

## Wie groß war die Hürde, sich zertifizieren zu lassen?

Ich war überrascht, wie reibungslos es funktioniert hat. Die Zertifizierer wollen Betriebe bei der Umstellung vor allem unterstützen – von ihrer Erfahrung kann man sehr profitieren.

Die Weine von Château Carsin können über den eigenen Onlineshop bezogen werden: [www.carsinstore.com](http://www.carsinstore.com)



## Zeit genießen.

Cremig sanft und milchig frisch im Geschmack - wir geben  
unserem Bio-Jogurt 3 x mehr Zeit zum Reifen.  
Nehmen auch Sie sich die Zeit für Ihr unverwechselbares  
Genusserlebnis!

# BENS BESTE

Weihnachten darf es für unseren Getränke-Redakteur etwas exklusiver sein – es gibt Klassiker aus der Rioja und der Champagne, hochklassigen Lakritzlikör und ein Abo für Spitzenkaffees

## SCHWARZE PERLE

Mit Produktvielfalt und ausgeprägtem Sinn für Qualität revolutionierte der Däne Johan Bülow die Kategorie Lakritz. Neu in seinem Portfolio: ein betörender Lakritzlikör mit einem Hauch Kakao. 25 Euro über [www.lakridsbybulow.de](http://www.lakridsbybulow.de)

## SPITZEN-RIOJA MAL ZWEI

Altmodisch im besten Sinne präsentiert sich der Reserva 2007 von Tondonia: saftig und würzig mit fast verschwenderischer roter Frucht, voller Eleganz und Frische (32,90 Euro über [www.hawesko.de](http://www.hawesko.de)). Modern und kraftvoll kommt der Reserva 2014 von der Finca Martelo ins Glas, mit geschmeidigem Tannin und üppigen Noten von Vanille und Backpflaume (23 Euro und 26 Euro über [www.vinatis.de](http://www.vinatis.de)).

## PRICKELNDER EVERGREEN

Bei Champagner sollte man sich nicht immer auf große Namen verlassen – mit dem komplexen, finesseren-reichen Réserve brut von Taittinger geht man aber tatsächlich auf Nummer sicher. 34,90 Euro über [www.weinfreunde.de](http://www.weinfreunde.de)

## KAFFEE PER POST

Perfekt für neugierige Koffein-Freunde: Mit dem Spezialitäten-Kaffee-Abo von Slurp landet alle zwei Wochen ein neuer Kaffee von kleinen Röstereien aus ganz Deutschland im Briefkasten. Ab 11,99 Euro pro Lieferung über [www.slurp.coffee](http://www.slurp.coffee)

### BENEDIKT ERNST

>e&t<-Redakteur

*„Klotzen, nicht kleckern! Nach einem Jahr voller Entbehrungen wird es höchste Zeit, die großen Flaschen aufzumachen. Die Weine von Tondonia sind genau richtig für besondere Stunden.“*

Foto: Andrea Thode; Styling: Katja Rahtjen; Porträt: Jorma Gottwald; Text: Benedikt Ernst; Glas: Schott Zwiesel; Kaffeekanne: Hario. Adressen Seite 164

32 essen & trinken 12 | 2020



**1** Frische Brise um die Nase und Gutes genießen: Eine AIDA Kreuzfahrt berührt viele Sinne

**2** Spannend: Der neue AIDA Podcast „Erlebnishunger“ wirft einen Blick hinter die Kulissen an Bord



# KÖSTLICH MIT MEERBLICK

Eine Kreuzfahrt mit AIDA ist ein unvergessliches Erlebnis, besonders für Gourmet-Fans. Der neue AIDA Podcast „Erlebnishunger“ wirft einen Blick hinter die Kulissen dieser kleinen schwimmenden (Kulinarik-)Welten

Auf allen AIDA Schiffen gilt diese goldene Regel: Gäste sollen sich rundum wohl fühlen, und das besonders in kulinarischer Hinsicht. Verwöhnlarm also in zahlreichen Restaurants, Cafés und Bars an Bord. Von Teppanyaki mit Showeinlagen über schiffsgemachte Eisspezialitäten bis hin zu Menüs von laktosefrei bis vegan – die Bordküche bietet ein Gourmetprogramm für jeden Geschmack, zubereitet mit viel Können, Kreativität und Hingabe. Und so können AIDA Gäste zwischen entspanntem Bordleben, vielseitigen Events und Ausflügen an Land kulinarische Highlights genießen, die sie so schnell nicht vergessen.

Alle AIDA Informationen und Reiseangebote finden Sie auf [www.aida.de](http://www.aida.de). Hier geht's zum Podcast: [www.aida/erlebnishunger](http://www.aida/erlebnishunger)

Die neue AIDA Podcast-Reihe „Erlebnishunger“\*, eine Kooperation von AIDA und essen & trinken, erzählt von genau diesen Köstlichkeiten und auch davon, welche Logistik dafür nötig ist. Heidi Rothe, General Managerin an Bord des neuesten AIDA Schifffes, gibt Einblicke in die Arbeit ihres Teams und verrät ihre Lieblingsorte an Bord. In einer anderen Folge kommt Stefan Marquard, ehemaliger Sternekoch und AIDA Gourmetpate, zu Wort. Sein Motto: Küche rockt! Und so zaubert er seinen begeisterten Gästen Thunfisch-Pannacotta, grünes Gemüse mit Maracuja und zum Nachtisch salzigen Karamell auf die Teller ... Auf den Geschmack gekommen?

## Das AIDA Versprechen

### Mit Sicherheit der schönste Urlaub

Genießen Sie das einzigartige AIDA Gefühl und ein Plus an Sicherheit, Komfort und Flexibilität. Das umfangreiche Gesundheitskonzept sorgt dafür, dass Sie Ihre Reise vollkommen entspannt und gleichzeitig sicher genießen können. Die großzügigen Buchungsoptionen – von der geringen Anzahlung bis zur kostenfreien Umbuchung – garantieren eine flexible Urlaubsplanung. Und das All-inclusive-Paket gibt's auf Wunsch on top. Mehr zum AIDA Versprechen erfahren Sie auf [www.aida.de](http://www.aida.de)



# WIR WAREN ESSEN

Ein Traditionshaus mit innovativer Küche und ein neues Restaurant mit modernisierter Hausmannskost – unsere Autoren aßen in Düsseldorf und Hamburg



*Wiederentdeckt*

DÜSSELDORF

**Frank's**

Hinter der gut 300 Jahre alten Fassade des Palais Spinrath, gegenüber dem legendären „Ratinger Hof“ in der Düsseldorfer Altstadt, sind gleich drei Ausgehziele: ein quirliges Bistro, im Keller ein Club und das Fine-Dining-Restaurant „Frank's“. Von der hohen Decke des Restaurants hängen wuchtige Designerlampen, dunkel gestrichene Wände und Polsterbänke geben dem riesigen Raum Eleganz, aber auch Gemütlichkeit. Was der aufmerksame Service empfiehlt, ist eine sichere Bank: auf dem Punkt der Loup de mer mit Weißweinschaum auf knackig gegarten Zucchini-Pappardelle. Auch der knusprige Schweinebauch mit Preiselbeerjus überzeugt, ebenso die Entenbrust mit Erbsenstampf und Birne (Foto). Als Dessert wird ein Klassiker mit köstlichem Dreh serviert: Die Birne Helene, begleitet von einer Vanille-Mousse, schmeckt so hervorragend, dass wir beschließen, möglichst schnell wiederzukommen – alle paar Wochen wechselt Küchenchef Christoph Holm die Karte. Maike von Galen

**3-Gänge-Menü 55, 4-Gänge-Menü 65, Hauptspeisen ab 15 Euro**  
Ratinger Straße 9, 40213 Düsseldorf, Tel. 0211/585 87 94  
[www.franks-duesseldorf.de](http://www.franks-duesseldorf.de)

*Neuentdeckt*

HAMBURG

**Reep**

Ein Reep ist ein Seil, Seeleute wissen das. Und dass auf der Reeperbahn schon längst kein Reepschläger mehr die Seile verdrillt, das weiß heute jeder Tourist. Doch Tradition ist Tradition. Und in heiklen Zeiten braucht's was zum Festhalten. Das „Reep“ – mondäner 50er-Retro-Chic, freibeuterisch keck mit Kiezblick im ersten Stock des Schmidt Theaters platziert – hält fest an der kulinarischen Tradition der Stadt. Labskaus, Pannfisch, Aalsuppe – das macht ein wenig Angst. Doch die Küche serviert Birnen, Bohnen, Speck als Birnenterrine mit warmem Bohnensalat und Speckchip. Pannfisch gibt's nach Marktlage, und wer noch nie Aalsuppe gegessen hat, kann sich hier herantasten an ein Vorzeigeelexemplar: klare Fleischbrühe vom Bio-Galloway mit Grießklößchen, Kräutern, Backobst für den süßsäuerlichen Twist und Aal nur, wenn man will. Franzbrötchen-„Eis“ (gekühlte Soja-Mousse) geht als Gag durch. Aber das Vorspeisen-Trio vom Angler Sattelschwein und die Roulade sind kein Tüddelkram, das ist einfach gut gemacht. Inken Baberg

**3-Gänge-Menü 34,50 Euro; à la carte von 7,50 bis 26,90 Euro**  
Spielbudenplatz 24–25, 20359 Hamburg, Tel. 040/31 77 88 84  
[www.reep.de](http://www.reep.de)

# ITALIENISCHE EXZELLENZ



Consorzio Tutela Grana Padano

DER ITALIENISCHE GESCHMACK, DEN DIE GANZE WELT LIEBT

Der Grana Padano ist der weltweit am meisten verzehrte D.O.P.\* Käse.  
Seit 1135 wird er mit unveränderter handwerklicher Hingabe in Italien hergestellt.

## Ausgezeichneter Geschmack.

Nur die Laibe, die den strengen Prüfungen der Experten des Grana Padano Schutzkonsortiums standhalten, werden mit dem Brandzeichen Grana Padano versehen und erhalten die geschützte Ursprungsbezeichnung.

## Vortrefflicher Genuss.

In 1 kg Grana Padano D.O.P. sind sämtliche Nährstoffe von 15 l Milch konzentriert, weshalb er ein vollwertiges Nahrungsmittel ist.

## Qualität braucht Zeit.

Grana Padano D.O.P. gibt es in 3 verschiedenen Reifungen.

- **ab 9 bis 16 Monate:** mild und zart, ideal mit einem Aperitif.
- **mehr als 16 Monate:** vollmundig und intensiv, ohne weniger mild zu sein.
- **RISERVA, mehr als 20 Monate:** herhaft, voll aromatisch und duftend; das Optimum der Qualität. Ein Käse für Feinschmecker.



\* D.O.P.: geschützte Ursprungsbezeichnung.

[granapadano.it](http://granapadano.it)



Grana Padano Riserva – für echten italienischen Genuss.

Rezepte und mehr auf [giovanniferrari.de](http://giovanniferrari.de)





# HIRSCHHORNSALZ UND SPECKULATIUS

Warum unserer Kolumnistin als Kind bei der Weihnachtsbäckerei gruselte und was das Schwein im Keks zu suchen hat. Doris Dörrie über den Duft von **PLÄTZCHEN**, ausgeklügelte Lebkuchenhäuser und essbare Mangas

**J**etzt braucht man unbedingt wieder einen Hirsch. Hirsche und Weihnachtsplätzchen gehörten für mich als Kind eng zusammen, denn um sie zu backen, brauchte man auf jeden Fall Hirschhornsatz. Ich stellte mir also vor, wie ein Jäger durch den tief verschneiten Wald zog, um einen Hirsch zu fangen, ihm das Geweih abzusägen und daraus das Salz zu mahlen. Es gab dem gemütlichen Plätzchenbacken einen leicht schaurigen und auch blutrünstigen Unterton, denn außer einem Hirschgeweih brauchte man auch ein totes Schwein – für den Speck im Spekulatius. Zu seinem Angedenken gab es deshalb als Aussteckform das kleine Schwein, und zum Trost für den baldigen Verlust ihres Geweihs durften die Hirsche den Schlitten vom Weihnachtsmann ziehen. So fügte sich alles ganz logisch in meinem Kinderhirn zusammen.

Als Erwachsene war ich natürlich überzeugt, dass Hirschhornsatz nichts mit einem Hirsch zu tun hat. Tatsächlich jedoch gewann man es ursprünglich aus dem stickstoffreichen Horn des Hirschgeweihs – heute wird es chemisch

hergestellt, um gleich alle Veganer und Vegetarier zu beruhigen. Als Backtriebmittel macht Hirschhornsatz den Teig locker, lässt ihn aber nicht in die Höhe gehen, sondern hält ihn flach, deshalb ist es besonders geeignet für Plätzchen, Lebkuchen und Spekulatius. Der Spekulatius hat nun aber wirklich nichts mit Schweinespeck zu tun, sondern mit dem lateinischen Wort *speculum* für Bild oder Abbild. Er kommt ursprünglich aus den Niederlanden und Belgien, wo es ihn am Nikolaustag gab, und deshalb die gesamte Nikolausgeschichte auf den Keksen erzählt wird wie ein essbares Manga. Ich erinnere mich an Windmühlen und Schiffe, an Pferde und einen Elefanten, über den ich bis heute rätsele, wie er in die Geschichte vom Nikolaus passt. Der Geruch von Spekulatius ist so speziell wie der von Lebkuchen, und ich vertrage ihn nur in der Vorweihnachtszeit. Mir wird leicht schwummrig, wenn er schon ab Anfang Oktober durch die Supermärkte weht. Das vermasselt zuverlässig die Vorfreude auf Hirschhornsatz und Backwahn, der darin gipfelt, mich wie ein Frank Gehry des Lebkuchens in der Konstruktion von

gewaltigen Lebkuchenhäusern zu verlieren, die kein Mensch jemals essen wird. Aber ach, dieser künstlerische Höhenflug, wenn man die Lebkuchenplatten statisch genau berechnet zusammenfügt, Smarties in einem ausgeklügelten Farbmuster auf die Wände klebt, Zuckerwatte zum Schornstein herauswehen lässt, die Fenster mit roter Gelatine bespannt! Am allerschönsten allerdings ist das Plätzchenbacken mit Kindern, die auf Hockern stehend schwer schnaufend den Teig kneten und mit größter Konzentration die Plätzchen ausstechen, Nervenzusammenbrüche bekommen, wenn der Schweif von der Sternschnuppe immer wieder in der Form hängen bleibt, wie er selbst einem schon immer misslungen ist, und wie sie vielleicht von Hirschen und Schweinen fantasieren, die durch die Wälder galoppieren, und sich vor dem Spekulatius in Sicherheit bringen.

**Doris Dörrie** führt Regie, schreibt Bücher, ist Hochschulprofessorin und Japan-Liebhaberin. Gerade sind ihre kulinarischen Kolumnen aus »e&t« als Buch erschienen: „Die Welt auf dem Teller: Inspirationen aus der Küche“ (Diogenes, 22 Euro). Für uns beschreibt sie kleine Momente von großem Genuss.



Lasst uns froh &  
**BUNTER**  
sein.



# Genuss kennt keine Grenzen.

Deutschland ist bunt – also warum nicht auch unser Festessen? Entdecken Sie die kulinarische Vielfalt bei EDEKA und lassen Sie sich von bunten Rezepten aus aller Welt inspirieren. Jetzt auf [edeka.de/weihnachten](http://edeka.de/weihnachten)

Wir ❤ Lebensmittel.



# Wo Ikonen junge Talente wachsen lassen.

Weine aus der Pfalz:  
Qualität, die man schmeckt.



Die 13 deutschen Weinregionen sind  
geschützte Ursprungsbezeichnungen.



Zum Wohl.  
Die Pfalz.

Die Pfalz ist eines der 13 deutschen Weinanbaugebiete, das die EU als geschützte Ursprungsbezeichnung anerkannt hat. Typisch für das zweitgrößte deutsche Weinbaugebiet ist das mediterrane Klima. Geschützt vom Pfälzerwald gedeihen hier vor allem weiße Sorten wie Riesling, Weiß- und Grauburgunder, bei den Rotweinen dominieren Dornfelder und Spätburgunder. [www.pfalz.de/gu](http://www.pfalz.de/gu)

Willkommen  
in besten Lagen.  
deutscheweine.de

# LASST UNS FEIERN!

Für das Fest der Feste haben sich unsere Köche wieder selbst übertroffen. Mit vier Menüs, die allesamt kulinarische Glücksmomente versprechen. Im Mittelpunkt stehen Reh, Ente, Fisch oder Tortellini, eingerahmt von zauberhaften Vorspeisen und Desserts

**REZEPTE** MARCEL STUT, SUSANNE WALTER, MICHAEL WOLKEN

**FOTOS** THORSTEN SUEDFELS **STYLING** KRISZTINA ZOMBORI **TEXT** MARIANNE ZUNNER

## MENÜ MIT REH

Klare Wild-Bouillon mit grünen Flädle  
Rehrückenfilet mit Ricotta-Gnocchi und Wirsing  
Stracciatella-Parfait mit pochiertem Apfel und Nuss-Tahin-Streuseln



## MENÜ MIT FISCH

Blinis mit Saiblingstatar und Meerrettich-Kefir  
Zanderfilet mit Rote-Bete-Polenta und Beurre blanc  
Millefeuille mit Mascarponecreme und Amarenakirschen

## VEGETARISCHES MENÜ

Topinambur-Tortellini auf Schwarzwurzelpüree  
Pochiertes Ei auf Brioche mit Sauce béarnaise und Rotweinschalotten  
Birnen-Nougat-Terrine



## MENÜ MIT ENTE

Dreierlei asiatische Vorspeisen  
Entenbraten mit gebackenem Sellerie, Gemüsechips und Apfel-Confit  
Variationen von Schokolade mit Preiselbeer-Sorbet

**Wild-Menü**

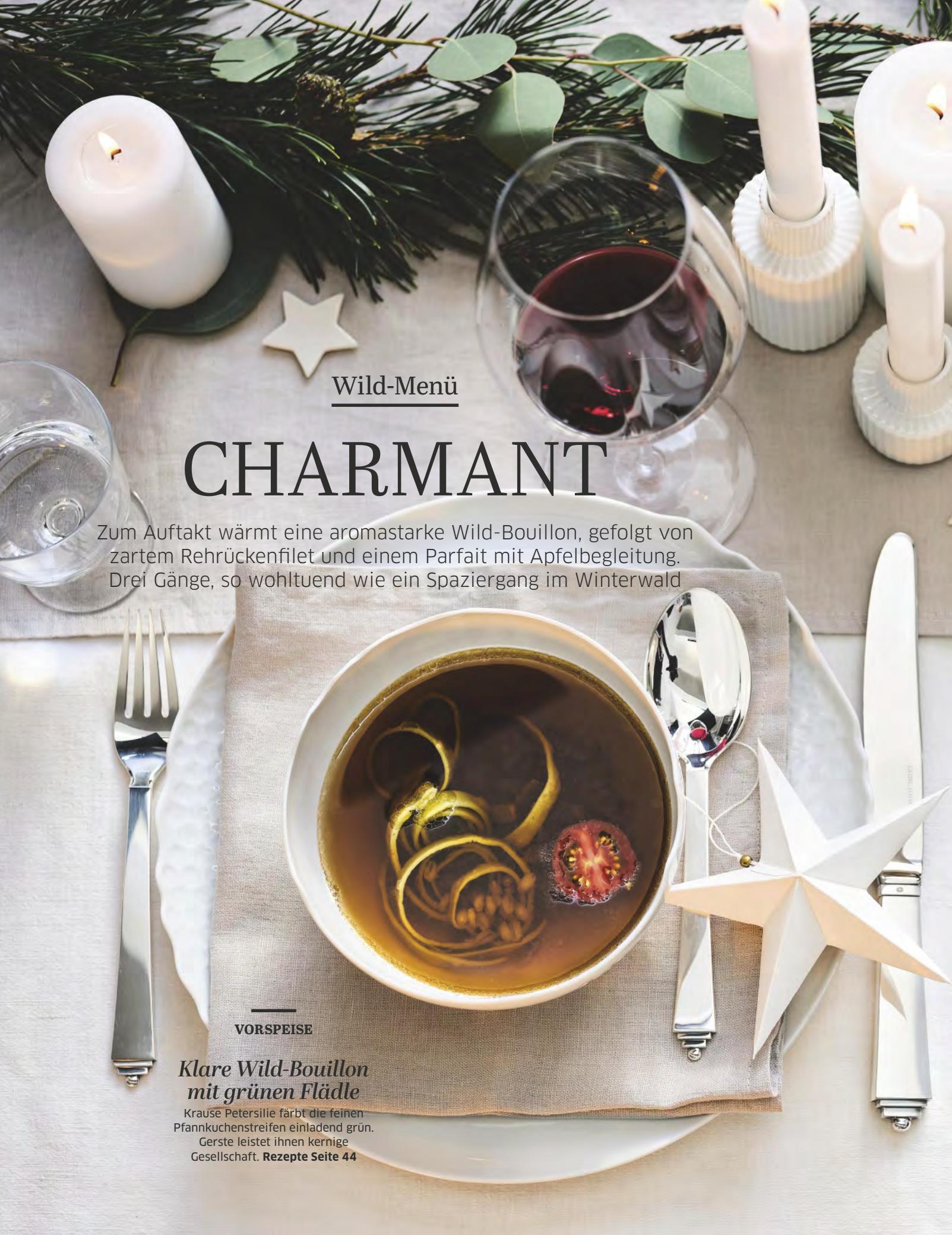
# CHARMANT

Zum Auftakt wärmt eine aromastarke Wild-Bouillon, gefolgt von zartem Rehrückenfilet und einem Parfait mit Apfelbegleitung. Drei Gänge, so wohltuend wie ein Spaziergang im Winterwald

## VORSPEISE

### *Klare Wild-Bouillon mit grünen Flädle*

Krause Petersilie färbt die feinen Pfannkuchenstreifen einladend grün.  
Gerste leistet ihnen kernige Gesellschaft. **Rezepte Seite 44**



## So plant unser Koch Michele Wolken sein Menü

### **AM VORTAG**

- Brüheansatz kochen, kalt stellen
- Pfannkuchen für Flädle backen, aufrollen, in Folie wickeln und kalt stellen
- Gerste einweichen
- Parfait zubereiten und einfrieren

### **AM VORMITTAG**

- Wild-Bouillon klären, abkühlen lassen
- Ricotta-Gnocchi zubereiten, auf einem Backblech mit Öl mischen, beiseitestellen
- Äpfel pochieren, im Sud abkühlen lassen
- Nussbrösel backen, abkühlen lassen

### **4 STUNDEN BEVOR DIE GÄSTE KOMMEN**

- Gerste für die Bouillon garen, Tomaten häuten. Beides zugedeckt beiseitestellen
- Rotkohlsauce zubereiten (noch nicht binden), abkühlen lassen
- Wirsing zubereiten, abkühlen lassen
- Äpfel aus dem Sud nehmen, in Klarsichtfolie wickeln, kalt stellen. Sud einkochen

### **30 MINUTEN VORHER**

- Rehrückenfilets anbraten, im Ofen garen
- Flädle schneiden

### **KURZ VOR BEGINN**

- Bouillon erhitzen und Suppe anrichten

### **NACH DER VORSPEISE**

- Wirsing garen, Gnocchi und Rehfilets braten, Rotkohlsauce erwärmen, binden
- Rehfleisch aufschneiden. Alles anrichten

### **NACH DEM HAUPTGANG**

- Parfait antauen lassen, Dessert anrichten





# Titel-Rezept

Servierplatte und Schale: Meissen; Teller, Bowl und Sauciere: Rosenthal; Besteck: Georg Jensen; Weingäser: Zwiesel Glas; Porzellan-Kerzenhalter: Lyngby über Illums Bolighus Hamburg; Leinenservietten und -läufer: Hmla über Illums Bolighus Hamburg. **Adressen Seite 164**

HAUPTSPEISE

## Rehrückenfilet mit Ricotta-Gnocchi

Das Bett aus Wirsing und eine außergewöhnliche Sauce aus Rotkohl, Wildfond und Cassis bieten den Hauptdarstellern eine würdige Bühne.

**Rezepte Seite 46**



## Klare Wild-Bouillon

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

### BRÜHEANSATZ

- 900 g Wildknochen und -parüren (beim Wildhändler vorbestellen; Knochen in kleine Stücke hacken lassen; siehe auch Tipp rechts)
- 300 g Zwiebeln
- 150 g Knollensellerie
- 100 g Möhren
- 4 EL Öl (z.B. Maiskeimöl)
- 1 EL Tomatenmark
- 250 ml Rotwein
- 250 ml Portwein

### • 1 Lorbeerblatt

- 1 TL Wacholderbeeren
- 1 TL Pimentkörner
- 6 Stiele Thymian
- 2 Zweige Rosmarin
- Salz

### KLÄRMISCHUNG

- 150 g Knollensellerie
- 100 g Möhren
- 1 Eiweiß (Kl. M)
- 500 g Wildhackfleisch

Außerdem: Mulltuch

**1.** Am Vortag für den Brüheansatz Knochen und Parüren auf einem Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) auf der 2. Schiene von unten 1 Stunde (Umluft 50 Minuten) rösten, dabei gelegentlich wenden. Zwiebeln grob würfeln. Sellerie und Möhren schälen, waschen, grob würfeln. Am Ende der Garzeit Gemüse mit Knochen auf dem Backblech mischen, 300 ml Wasser zufügen und weitere 30 Minuten rösten (das Wasser soll dabei komplett verdampfen).

**2.** Öl in einem großen Topf erhitzen. Gemüse und Knochen vom Backblech darin bei starker Hitze 3–4 Minuten rösten. Tomatenmark unterröhren, 1 Minute mitrösten. Mit Wein und Portwein ablöschen, stark einkochen lassen. 200 ml Wasser aufs Backblech gießen, Röststoffe mit einem Pinsel lösen. Mit 3 l Wasser zur Knochenmischung geben, langsam aufkochen lassen.

**3.** 1-mal aufgekochten Brüheansatz bei milder bis mittlerer Hitze 3 Stunden offen eher sieden als kochen lassen. 20 Minuten vor Ende der Garzeit Gewürze und Kräuter zugeben. Brühe durch ein mit einem Mulltuch ausgelegtes Sieb in einen anderen Topf gießen und auf 1,2 l einkochen. Bouillon mit Salz würzen, abkühlen lassen und über Nacht kalt stellen.

**4.** Am Tag danach für die Klärmischung Knollensellerie und Möhren schälen, waschen und fein raspeln. Eiweiß in einer Schüssel mit einer Gabel leicht verschlagen, Gemüse und Hackfleisch zugeben und gut untermischen. Klärmischung in die kalte Bouillon einröhren, bei milder Hitze zum Sieden bringen, dabei ab und zu umrühren, damit das Hackfleisch nicht am Boden des Topfes anklebt, 1 Stunde ziehen lassen (nicht kochen!), dabei steigt die Klärmischung an die Oberfläche der Bouillon.

**5.** Klärmischung mit einer Schaumkelle vorsichtig von der Oberfläche der Bouillon entfernen. Bouillon vorsichtig durch ein mit einem Mulltuch ausgelegtes Sieb in einen anderen Topf gießen und abtropfen lassen (ergibt ca. 1 l), dabei den Siebinhalt nicht umrühren, sonst wird die Bouillon trüb.

**6.** Kurz vor dem Servieren Wild-Bouillon kurz aufkochen, eventuell mit Salz nachwürzen. Mit grünen Flädle und Gerste (siehe folgendes Rezept) servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1:30 Stunden plus Garzeiten 5–6 Stunden plus Kühlzeit über Nacht

**PRO PORTION** 1 g E, 10 g F, 11 g KH = 179 kcal (751 kJ)

**Tipp** Wer für den Hauptgang (Rezept siehe Seite 46) einen 1,4 kg schweren Rehrücken bestellt und die Filets auslösen und parieren lässt, erhält ca. 900 g Knochen und Parüren.

## Grüne Flädle und Gerste

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

- 30 g Nacktgerste (Bioladen)
- 1 Knoblauchzehe (angedrückt)
- 1 frisches Lorbeerblatt
- 30 g Krause Petersilie
- Salz
- 100 ml Milch
- 100 g Mehl (gesiebt)
- 2 Eier (Kl. M)
- 3 EL Mineralwasser mit Kohlensäure
- Muskat (frisch gerieben)
- 4 Kirschtomaten
- 15 g Butter

**1.** Am Vortag Gerste mit 1 l kaltem Wasser in einen Topf geben und über Nacht einweichen.

**2.** Am Tag danach Gerste mit Einweichwasser aufkochen und zugedeckt bei milder Hitze 1 Stunde kochen. 10 Minuten vor dem Ende der Garzeit Knoblauch und Lorbeerblatt zugeben. Gerste in einem Sieb abtropfen lassen.

**3.** Für die Flädle Petersilienblätter von den Stielen abzupfen und in kochendem Salzwasser 10 Sekunden blanchieren. Petersilie in ein feines Sieb abgießen, abschrecken und gut ausdrücken. Petersilie und Milch in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Schneidstab sehr fein pürieren, bis die Milch eine grüne Farbe angenommen hat. Durch ein feines Sieb in eine Schüssel gießen, dabei gut durchdrücken. Mehl, Eier und Mineralwasser zur Petersilienmilch geben und mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren. Teig mit Salz und Muskat würzen und 30 Minuten quellen lassen. Stielansätze der Tomaten keilförmig herauschneiden, Tomaten ca. 10 Sekunden in kochendes Wasser geben, abschrecken und häuten.

**4.** In einer beschichteten Pfanne (18 cm Ø) aus dem Teig nacheinander in heißer Butter 4 dünne Pfannkuchen backen, auf einem Teller aufeinanderlegen und abkühlen lassen.

**5.** Kurz vor dem Servieren Pfannkuchen jeweils fest aufrollen und quer in feine Streifen schneiden. Tomaten quer halbieren. Gerste, Pfannkuchenstreifen (Flädle) und Tomaten in Suppentassen oder in tiefen Tellern verteilen, mit kochend heißer Wild-Bouillon (siehe vorheriges Rezept) auffüllen und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1:15 Stunden plus Einweichzeit über Nacht

**PRO PORTION** 7 g E, 6 g F, 25 g KH = 194 kcal (817 kJ)

*„Anstatt mit Petersilie können Sie die Flädle auch mit jungem Spinat grün einfärben.“*

>e&t<-Koch Michele Wolken



---

DESSERT

## *Stracciatella-Parfait mit pochiertem Apfel*

Haselnussstreusel mit delikatem Sesam-aroma krönen das harmonische Wechselspiel von Eis und Früchten. Rote-Bete-Saft lässt den Apfel erröten. **Rezepte Seite 48**

## HAUPTSPEISE

FOTO SEITE 42/43 UND TITEL

### Rehrückenfilet mit Ricotta-Gnocchi

\* \* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

#### GNOCCHI

- 500 g Ricotta
- 75 g italienischer Hartkäse (z.B. Parmesan; fein gerieben)
- 2 Eier (Kl. M)
- 175 g Mehl plus eventuell etwas mehr • Salz
- 2–3 El doppelt gemahlener Hartweizengrieß (Semola di grano duro rimacinata) zum Bearbeiten
- 1 El neutrales Öl (z.B. Maiskeimöl)
- 2 El Olivenöl

#### REHRÜCKEN

- 3 El Olivenöl
- je 2 ausgelöste Rehrückenfilets und Rehfilets (ca. 480 g; von 1 Rehrücken à ca. 1,4 kg; Fleisch beim Wildhändler vorbestellen)
- Salz
- Pfeffer
- 20 g Butter (kalt)
- 4 kleine Lorbeerblätter
- 4 kleine Zweige Rosmarin
- Außerdem: Fleischthermometer

1. Für die Gnocchi Ricotta, fein geriebenen Käse, Eier und Mehl in einer Schüssel gut verrühren und mit Salz würzen. Die Masse sollte gut formbar sein, andernfalls noch etwas Mehl unterkneten. Auf einer leicht mit Grieß bestäubten Arbeitsfläche aus der Masse Rollen (à 2 cm Ø) formen, diese quer in 2 cm breite Stücke schneiden. Stücke jeweils mit einer Gabel leicht eindrücken und Gnocchi bis zur Verwendung nebeneinander auf ein leicht mit Grieß bestäubtes Backblech legen.
2. Für den Rehrücken 2 El Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die kleineren Rehfilets abgedeckt beiseitestellen, die größeren Rehrückenfilets im heißen Olivenöl ca. 1 Minute rundum braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Rehrückenfilets mit Butter, Lorbeer und Rosmarin auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 100 Grad (Gas 1, Umluft nicht empfehlenswert) ca. 50 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 57–58 Grad garen (Thermometer benutzen!).
3. Inzwischen für die Gnocchi in einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen, ¼ der Gnocchi hineingeben und 1-mal aufkochen. Sobald die Gnocchi an der Oberfläche schwimmen, Hitze reduzieren und Gnocchi im siedenden (nicht kochenden!) Wasser 3–5 Minuten gar ziehen lassen. Gnocchi mit einer Schaumkelle herausheben und in einem Sieb abtropfen lassen. Restliche Gnocchi ebenso garen. Abgetropfte Gnocchi auf einem Backblech mit neutralem Öl vorsichtig mischen und beiseitestellen.
4. Rehrückenfilets aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln und 5 Minuten ruhen lassen. Inzwischen für die Gnocchi Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und Gnocchi darin bei starker Hitze, am besten in 2 Portionen, kurz goldbraun anbraten. Für die kleinen Rehfilets restliches Olivenöl (1 El) in einer kleinen Pfanne erhitzen, Filets darin rundum 1 Minute bei starker Hitze braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Rehfilets und Rehrückenfilets schräg in Scheiben schneiden, mit Gnocchi, Rotkohlsauce und Wirsing (siehe folgende Rezepte) auf vorgewärmten Tellern anrichten und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:20 Stunden

PRO PORTION 44 g E, 42 g F, 42 g KH = 746 kcal (3126 kJ)

## Wirsinggemüse

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

- 500 g Wirsing
- 60 g Zwiebeln
- 20 g Butter
- 1 El Öl (z.B. Maiskeimöl)
- Salz
- Pfeffer
- Muskat (frisch gerieben)

1. Wirsing putzen, dabei den harten Strunk entfernen. Wirsing quer in ca. 4 cm breite und ca. 8 cm lange Stücke schneiden, waschen und abtropfen lassen. Zwiebeln fein würfeln.

2. Butter und Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Wirsing zugeben und 3–4 Minuten anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Wirsing zugedeckt bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten dünsten. Zum Rehrückenfilet (siehe vorheriges Rezept) servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten

PRO PORTION 2 g E, 7 g F, 3 g KH = 92 kcal (385 kJ)

## Rotkohlsauce

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT, SCHNELL

Für 4 Portionen

- 120 g Rotkohl
- 60 g rote Zwiebeln
- 2 El Öl (z.B. Maiskeimöl)
- 1 Tl Zucker
- 300 ml Wildfond
- 50 ml roter Portwein
- 2 El Cassis-Likör
- 100 ml Rote-Bete-Saft
- 50 ml Cranberrysaft
- 1½ El Rotweinessig
- Salz
- 1 El Speisestärke

1. Rotkohl putzen und bis zum Strunk quer in feine Streifen schneiden. Zwiebeln sehr fein würfeln.

2. Öl in einem Topf erhitzen. Rotkohl und Zwiebeln hineingeben, mit Zucker bestreuen und 6 Minuten bei mittlerer bis starker Hitze unter Rühren braten, bis der Zucker karamellisiert ist. Mit 200 ml Fond, Portwein und Cassis auffüllen. Zugedeckt bei milder Hitze 6 Minuten garen. Topfinhalt in ein hohes Gefäß geben, mit dem Schneidstab fein pürieren. Sauce durch ein feines Sieb zurück in den Topf gießen, dabei stark durchdrücken (ergibt ca. 120 ml).

3. Rote-Bete-Saft, Cranberrysaft, restlichen Fond und Essig zur Rotkohlsauce geben, aufkochen und mit Salz würzen. Sauce mit der in wenig Wasser angerührten Speisestärke binden. Zum Rehrückenfilet (siehe vorheriges Rezept) servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten

PRO PORTION 1 g E, 5 g F, 13 g KH = 118 kcal (495 kJ)



## EINE WEIHNACHTSGANS ZUR KRÖNUNG DER FESTTAGSTAFEL

Wie so viele Erfolgsgeschichten beginnt auch diese mit dem Enthusiasmus und der Leidenschaft von Menschen, etwas aus Überzeugung richtig und gut zu machen. Denn mit ihrem Umzug aus Nordirland ins ostenglische Suffolk gründeten Maurice und Miriam Buchanan im Jahr 1971 ihre Farm Gressingham, mit dem Ziel, Hühner, Enten und Gänse artgerecht zu halten. Inzwischen in zweiter Generation von ihren Söhnen geführt, hat sich der Familienbetrieb einen Namen als erstklassiger Geflügel-Lieferant - u.a. für das britische Königshaus - weit über die britischen Grenzen hinaus gemacht.

### AUSGEZEICHNETE QUALITÄT AUS TRADITIONELLER FREILANDHALTUNG

Die majestätische Gressingham Gänse grasen gemeinsam mit anderen Geflügelarten von Frühsommer bis zum

Herbst dank natürlicher Aufzucht auf selbst bewirtschaftetem Weideland. Die Tiere ernähren sich hier ausschließlich von einer nahrhaften Mischung aus Weizen und Soja mit Vitaminen und Mineralstoffen. Ein naturbelassenes, gesundes Wachstum der Gänse hat dabei oberste Priorität, um unbelastetes und qualitativ hochwertiges Fleisch garantieren zu können. Die hohen, kompromisslosen Standards an Tierwohl und Güte werden regelmäßig mit dem begehrten britischen „Red Tractor“-Label prämiert. Das Fleisch zeichnet eine wunderbar saftige, zarte Textur mit kräftigem Aroma aus. Erhältlich ist das Geflügel in einzigartiger Gourmet-Qualität deutschlandweit auf **doncarne.de**. Bestellen Sie das exquisite Geflügel und alles vom feinsten Rinderfilet über zartes Roastbeef, Wild- & Lamm-Spezialitäten bis hin zum aromatischen Ibérico-Schwein in unserem Premiumfleisch-Onlineshop.

Impressum: Don Carne GmbH, Bilker Allee 192, 40215 Düsseldorf,  
Geschäftsführer: Axel-Marcel Thubeauville

JETZT FÜR  
WEIHNACHTEN  
VERSANDKOSTENFREI\*  
VORBESTELLEN



KRÄFTIGER GESCHMACK,  
ZARTE TEXTUR

### ENGLISCHE GRESSINGHAM GANS

ca. 4,5 kg Gans  
für 99,00 €  
(22,00 €/kg)

Foto: Owls & Larks | Serviervorschlag - Produkt wird roh geliefert  
\* Gilt nicht für die Samstagzustellung. Ab 99€ versandkostenfrei; unter 99€ für 4,95€

**ÜBER 300 WEITERE PRODUKTE FINDEN SIE IN UNSEREM SHOP [WWW.DONCARNE.DE](http://WWW.DONCARNE.DE)**



WILD-SPEZIALITÄTEN



ROASTBEEF & RUMPSTEAK



FEINSTE FILETS



GEFLÜGEL-SPEZIALITÄTEN

## DESSERT

FOTO SEITE 45

### Stracciatella-Parfait

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

- 100 g Zartbitterkuvertüre
- ½ Vanilleschote
- 100 g Zucker
- 4 Eigelb (Kl. M.)
- 3 El Rum
- Salz
- 330 ml Konditorsahne (35% Fett)

- 12 frische Himbeeren
  - 1 Tl Puderzucker
- Außerdem: Küchenthermometer, Terrinenform (1,2 l Inhalt; ersatzweise Kastenform), etwas Öl für die Form, großer Gefrierbeutel (6–10 l; aufgeschnitten)

1. Kuvertüre hacken und im heißen Wasserbad schmelzen, dabei nicht wärmer als 35 Grad werden lassen (Thermometer benutzen!). Kuvertüre mit einer Palette dünn auf Backpapier verstreichen, abkühlen und fest werden lassen.
2. Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. In einem kleinen Topf Vanilleschote mit Vanillemark, Zucker und 50 ml Wasser aufkochen, 1 Minute kochen lassen.
3. Eigelbe, Rum, 1 Prise Salz und Vanillesirup in einen Schlagkessel geben. Im heißen Wasserbad mit dem Schneebesen dicklich-cremig aufschlagen, dann in eine Schüssel mit Eiswasser stellen und kalt schlagen. Kuvertüreplatte in kleine Stücke brechen. Sahne steif schlagen und mit den Kuvertürestückchen unter die Eigelbcreme heben. Eine leicht geölte Terrinenform mit einem großen aufgeschnittenen Gefrierbeutel oder mit Klarsichtfolie auslegen. Parfait-Masse einfüllen, mit Klarsichtfolie abdecken und mindestens 12 Stunden gefrieren lassen.
4. Parfait mindestens 15 Minuten vor dem Servieren aus dem Tiefkühler nehmen und auf ein Brett stürzen, Form und Gefrierbeutel bzw. Folie entfernen und Parfait antauen lassen.
5. Parfait in Scheiben schneiden, mit pochierten Äpfeln und Nuss-Tahin-Streuseln (siehe folgende Rezepte) anrichten, mit Himbeeren garnieren, mit Puderzucker bestäuben und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1 Stunde plus Gefrierzeit mindestens 12 Stunden  
**PRO PORTION** 7 g E, 42 g F, 40 g KH = 604 kcal (2540 kJ)

**Tipp** Der aufgeschnittene Gefrierbeutel vom Parfait kann gesäubert und wiederverwendet werden, etwa zum Ausrollen von Mürbeteig.

### Rot pochierter Apfel

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

- 1 Bio-Zitrone
- ½ Vanilleschote
- 60 g brauner Zucker
- 400 ml Rote-Bete-Saft
- 400 ml Cranberryensaft
- 3 Sternanis
- 4 kleine säuerliche Äpfel (à 160 g; z.B. Elstar)

**1.** Zitrone heiß waschen, trocken reiben und mit einem Sparschäler ein 6 cm langes Stück Schale fein abschälen. Zitrone halbieren und 2 El Saft auspressen. Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen. Vanillemark und -schote, Zitronenschale und -saft, brauen Zucker, Rote-Bete-Saft, Cranberryensaft und Sternanis in einen kleinen hohen Topf geben und aufkochen.

**2.** Äpfel schälen und nebeneinander in den kochenden Gewürzsud setzen. Mit einem passenden Teller beschweren, anschließend zugedeckt bei milder Hitze ca. 15 Minuten pochieren. Topf vom Herd nehmen, Äpfel im Sud abkühlen lassen und bis zur Verwendung abgedeckt kalt stellen.

**3.** Äpfel aus dem Sud nehmen. 300 ml Sud abnehmen und in einem breiten Topf bei starker Hitze auf 80 ml sirupartig einkochen lassen, anschließend durch ein feines Sieb gießen.

**4.** Pochierte Äpfel zum Straciattella-Parfait (siehe vorheriges Rezept) servieren, dabei mit etwas Gewürzsirup übergießen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 40 Minuten plus Abkühlzeit  
**PRO PORTION** 1 g E, 0 g F, 28 g KH = 127 kcal (537 kJ)

### Nuss-Tahin-Streusel

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT

Für 4 Portionen

- 70 g Mehl
- 70 g gemahlene Haselnüsse
- 50 g helles Tahin (Sesampaste)
- 50 g Zucker
- 1 Msp. gemahlener Zimt
- Salz
- 50 g Butter (kalt; in kleinen Stücken)

**1.** Mehl, Haselnüsse, Tahin, Zucker, Zimt und 1 Prise Salz in einer Schüssel mischen. Butter und 2 El kaltes Wasser zugeben und alles mit den Händen oder mit den Knethaken des Handrührers zu Streuseln verketten. Mindestens 30 Minuten kalt stellen

**2.** Nuss-Tahin-Streusel auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 190 Grad (Gas 2–3, Umluft 170 Grad) auf der 2. Schiene von unten ca. 12 Minuten goldbraun backen. Streusel mit Backpapier auf ein Gitter ziehen und abkühlen lassen. Bis zum Servieren in einer Blechdose zwischen Backpapier aufbewahren. Streusel zum Straciattella-Parfait (siehe Rezept links) servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 20 Minuten plus Kühlzeit 30 Minuten plus Abkühlzeit  
**PRO PORTION** 6 g E, 27 g F, 28 g KH = 394 kcal (1651 kJ)

Krimi-Rätseltouren  
& Outdoor Escape Games

Historische Touren  
**GEO EPOCHE**



## BESONDERE ERLEBNISSE IN DEINER STADT

Ob kulinarische Stadtführung, Rätsel-, Foto- oder Galerietour:  
Bei Meet the World findest du das besondere Stadterlebnis,  
das zu dir passt!

Jetzt stöbern:  
[meet-the-world.de/erlebnisse](http://meet-the-world.de/erlebnisse)



**art**  
DAS KUNSTMAGAZIN

Galerietouren

Kulinarische Stadtführungen

# So plant unsere Köchin Susanne Walter ihr Menü

## AM VORTAG

- Birnen-Nougat-Terrine zubereiten und kalt stellen
- Nüsse karamellisieren, abgekühlt in eine Blechdose füllen
- Rotweinschalotten zubereiten, kalt stellen
- Für die Béarnaise Reduktion kochen und Butter klären, beides kalt stellen
- Brioche backen
- Karamellsauce zubereiten, abgedeckt beiseitestellen
- Nudelteig zubereiten und eingewickelt kalt stellen
- Topinamburfüllung und Schwarzwurzelpüree zubereiten, abgedeckt beiseitestellen

## 6 STUNDEN VORHER

- Nudelteig ausrollen, Tortellini füllen und formen
- Blattspinat vorbereiten

## WENN DIE GÄSTE DA SIND

- Tortellini garen, Schwarzwurzelpüree erwärmen, Nussbutter zubereiten
- Vorspeise anrichten

## NACH DER VORSPEISE

- Blattspinat garen, Brioche rösten, Eier pochieren, geklärte Butter erwärmen und Béarnaise aufschlagen
- Hauptgang anrichten

## NACH DEM HAUPTGANG

- Karamellsauce erwärmen
- Dessert anrichten



Essteller: Nymphenburg; Besteck: Zara Home; Stoff (als Tischdecke): Designers Guild; goldene Platzteller: Kühn Keramik; Schälchen: Dibbern; Weinkelch: Rosenthal; grüne Gläser: Freiherr von Poschinger Glasmanufaktur; grüner Keramikkeller: HK Living über Orangenhaus; Serviettenring: Broste Copenhagen über Westwing Now, **Adressen Seite 164**

Vegetarisches Menü

# FULMINANT

Heimische Wurzeln machen auf italienisch, das Ei entwickelt Starqualitäten, Birnen kuscheln mit Nougat und Karamell. Ein leuchtendes Beispiel für die hohe Kunst der fleischlosen Küche

## VORSPEISE

### *Topinambur-Tortellini auf Schwarzwurzel-püree*

Himmlisch cremiger Pasta-Genuss, dem gebräunte Butter noch mehr Schmelz verleiht. Obendrauf knistern leise ein paar Petersilienblättchen.

**Rezept Seite 52**



## Topinambur-Tortellini auf Schwarzwurzelpüree

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

### TORTELLINI

- 75 g Mehl
- 125 g doppelt gemahlener Hartweizengrieß (Semola di grano duro rimacinata) plus etwas zum Bearbeiten
- 3 Eier (Kl. M)
- Salz
- 600 g Topinambur
- Pfeffer
- 100 g italienischer Hartkäse (z.B. Parmesan; fein gerieben)
- 15 g Semmelbrösel
- Muskat (frisch gerieben)

### SCHWARZWURZELPÜREE

- Saft von ½ Zitrone
  - 600 g Schwarzwurzeln
  - Salz
  - 3 El Olivenöl
  - Pfeffer
- PETERSILIE-NUSSBUTTER**
- 120 g Butter
  - 1 Handvoll Petersilienblätter
- Außerdem: Nudelmaschine, runder Ausstecher (10 cm Ø; ersatzweise Glas)

1. Für die Tortellini Mehl, Grieß, 2 Eier und 1 Prise Salz mit den Händen zu einem elastischen Teig verkneten. In Klarsichtfolie wickeln und mindestens 1 Stunde kalt stellen.

2. Inzwischen für die Füllung Topinambur waschen, schälen und grob würfeln. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Topinambur im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) auf der 2. Schiene von unten ca. 25 Minuten garen, bis die Stücke weich sind und etwas Farbe annehmen. Topinambur leicht abkühlen lassen und im Blitzhacker (oder in der Küchenmaschine) fein pürieren. Restliches Ei trennen, Eiweiß abgedeckt kalt stellen. Eigelb, 80 g geriebenen Käse und Semmelbrösel unter das Topinamburpüree rühren. Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und abgedeckt beiseitestellen.

3. Für das Schwarzwurzelpüree Zitronensaft (bis auf 1 Tl) mit 1 l kaltem Wasser mischen. Schwarzwurzeln waschen, putzen, schälen (mit Küchenhandschuhen arbeiten!) und sofort in das Zitronenwasser legen. Wenn alle Stangen geschält sind, Schwarzwurzeln abtropfen lassen, grob zerkleinern und in einem Topf knapp mit Wasser bedecken. Etwas Salz und restlichen Zitronensaft zufügen und aufkochen. Unter gelegentlichem Rühren offen bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten weich garen, eventuell zwischendurch etwas Wasser nachgießen. Schwarzwurzeln abgießen, Kochwasser auffangen. Olivenöl zu den Schwarzwurzeln geben und Schwarzwurzeln mit dem Schneidstab fein pürieren, dabei nach Belieben noch etwas Kochwasser angießen (das Püree soll schön cremig sein). Schwarzwurzelpüree mit Salz und Pfeffer würzen und abgedeckt beiseitestellen.

4. Nudelteig in 2–3 Portionen in der Nudelmaschine von Stufe 1–6 zu dünnen Nudelbahnen ausrollen. Mit wenig Grieß bestreuen und mit einem Küchentuch bedecken, bis der gesamte Teig verarbeitet ist. Aus den Nudelbahnen mit einem runden Ausstecher 24 Kreise (à 10 cm Ø) ausschneiden. Kalt gestelltes Eiweiß verquirlen, Ränder der Kreise damit bestreichen. Jeweils 1 El der Topinamburfüllung mittig daraufsetzen. Teigkreise zu

einem Halbmond zusammenklappen, Ränder festdrücken. Halbmonde jeweils um einen Zeigefinger legen, sodass die Spitzen übereinanderliegen. Spitzen zusammendrücken und Wölbung der Halbkreise nach hinten umbiegen. Tortellini auf ein mit Grieß bestäubtes Backblech legen, bis zur Verwendung beiseitestellen.

5. Kurz vor dem Servieren in einem breiten Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Tortellini hineingleiten lassen, Temperatur reduzieren und Tortellini ca. 3 Minuten leise kochen lassen.

6. Inzwischen für die Nussbutter Butter in einer Pfanne erhitzen, Petersilien hineingeben und braten, bis sie knusprig ist und die Butter hellbraun ist und nussig duftet. Petersilien-Nussbutter sofort in eine Schüssel umfüllen, damit sie nicht nachbräunt.

7. Tortellini mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und gut abtropfen lassen. Schwarzwurzelpüree erwärmen und auf 4 Tellern verteilen, Tortellini daraufgeben. Petersilien-Nussbutter darauf verteilen, mit restlichem Käse bestreuen und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 2:30 Stunden

**PRO PORTION** 22 g E, 44 g F, 48 g KH = 756 kcal (3171 kJ)

## HAUPTSPEISE

FOTO RECHTS

## Pochiertes Ei auf Brioche mit Sauce béarnaise und Rotweinschalotten

\*\* MITTELSCHWER, RAFFINIERT, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

### ROTWEINSCHALOTTEN UND BLATTSPINAT

- 20 kleine Schalotten
- 1 El Butter (10 g)
- Salz
- Pfeffer
- 200 ml Rotwein
- 1–1½ El brauner Zucker
- 400 g Wurzelspinat
- 1 Knoblauchzehe
- 2 El Olivenöl

### SAUCE BÉARNAISE

- 1 kleine Schalotte
- 1 El Weißweinessig
- 150 ml trockener Weißwein

- 4 Pfefferkörner (zerstoßen)
- 5 Stiele Estragon
- 100 g Butter
- 2 Eigelb (Kl. M)
- Salz
- 1 Spritzer Zitronensaft

### POCHIERTE EIER

- 50 ml Weißweinessig
  - Fleur de sel
  - 4 tagesfrische Eier (Kl. M)
  - Pfeffer
- Außerdem: 4 Scheiben Brioche (1,5–2 cm dick; siehe folgendes Rezept; oder vom Bäcker)

1. Für die Rotweinschalotten Schalotten schälen. Butter in einer Sautéuse erhitzen, Schalotten darin bei mittlerer Hitze rundum anbraten, dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Sobald sie Farbe annehmen, Rotwein und Zucker zufügen und Schalotten garen, bis die Flüssigkeit fast vollständig verdampft ist. Sind die Schalotten dann noch zu hart, etwas Wasser angießen und erneut einkochen. Vorgang wiederholen, bis die Schalotten weich sind, aber nicht zerfallen. Schalotten abgedeckt beiseitestellen.

2. Für den Blattspinat Spinat putzen, sorgfältig waschen und im Sieb gut abtropfen lassen. Knoblauch fein hacken. Olivenöl in einem breiten Topf erhitzen, Knoblauch darin glasisch dünsten. Spinat zufügen und unter Wenden erhitzen, bis er in sich zusammenfällt. Blattspinat mit Salz und Pfeffer würzen und bis zum Servieren abgedeckt beiseitestellen.

HAUPTSPEISE

*Pochiertes Ei auf  
Brioche mit  
Sauce béarnaise*

Blattspinat lässt das Ei noch heller strahlen, die exquisite Sauce und herzhafte Rotweinschalotten machen den Hochgenuss perfekt.

[Rezept links](#)



DESSERT

## Birnen-Nougat-Terrine mit Karamellsauce

Vor dem Einstichten werden die Birnen in einem mit Ingwer gewürzten Sud sanft geschmort. Karamellisierte Haselnüsse lassen es fröhlich krachen.

Rezept Seite 56

Dessertsteller: Nymphenburg; Besteck: Zara Home; Stoff (als Tischdecke): Designers Guild; goldener Plättsteller: Kühn Keramik; grünes Glas: Freiherr von Poschinger Glasmanufaktur; grüner Keramikkeller: HK Living über Orangeriehaus. Adressen Seite 164



# Ein Fest unter Freunden

Sollten Sie gerade ein kleines, feines Adventsdinner für Ihre Liebsten planen – hier unser Tipp, wie Sie als Gastgeber noch ein paar Extrapunkte sammeln können



**3.** Für die Sauce béarnaise Schalotte in feine Streifen schneiden. Schalotten, Essig, Weißwein, Pfeffer und 2 Stiele Estragon in einem kleinen Topf aufkochen und auf ca.  $\frac{1}{3}$  (70 ml) einkochen lassen. Weißweinreduktion durch ein feines Sieb in eine kleine Schüssel passieren, dabei gut durchdrücken. Restliche Estragonblätter von den Stielen abzupfen und beiseitestellen.

**4.** Inzwischen die Butter klären. Dafür die Butter bei mittlerer Hitze in einem kleinen Topf erhitzen, bis sich die weiße Molke am Boden des Topfes abgesetzt hat und die Butter klar und goldgelb ist. Butter sofort durch ein feines Sieb in einen kleinen Stieltopf gießen, dabei darauf achten, dass der Bodensatz im Topf zurückbleibt. Geklärte Butter beiseitestellen.

**5.** Für die pochierten Eier 2 l Wasser in einem großen Topf aufkochen. Essig und 1 TL Fleur de sel zugeben. Eier nacheinander in jeweils 1 Tasse aufschlagen. Mit einem Holzlöffel einen leichten Strudel im Wasser drehen. 1 Ei vorsichtig ins siedende Wasser gleiten lassen und 2 Minuten bei milder Hitze pochieren, dabei gelegentlich mit einer Schaumkelle vorsichtig wenden. Ei mit der Schaumkelle vorsichtig aus dem Wasser heben und bis zum Servieren in eine Schüssel mit warmem Wasser geben. Restliche Eier ebenso pochieren und warm halten.

**6.** Für die Sauce béarnaise geklärte Butter eventuell nochmals erwärmen. Eigelbe und Weißweinreduktion in eine Metallschüssel geben und über einem heißen Wasserbad mit dem Schneebesen dicklich-cremig aufschlagen. Schüssel vom Wasserbad nehmen und geklärte Butter zuerst tropfenweise, dann in dünnem Strahl unter ständigem Schlagen zufügen. Die beiseigestellten Estragonblättchen fein schneiden und unterheben. Sauce béarnaise mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Über dem warmen Wasserbad warm halten, dabei darauf achten, dass das Wasserbad nicht zu heiß wird und der Boden der Schüssel die Wasseroberfläche nicht berührt.

**7.** Zum Servieren Brioche-Scheiben (siehe folgendes Rezept, Seite 56) im Toaster goldbraun rösten und anschließend auf 4 Teller setzen. Blattspinat kurz erhitzen und darauf verteilen. Pochierte Eier mit der Schaumkelle aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen und je 1 Ei auf den Spinat setzen. Eier mit etwas Fleur de sel und Pfeffer würzen und mit Sauce béarnaise überziehen. Rotweinschalotten daneben anrichten und sofort servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1 Stunde

**PRO PORTION** 16 g E, 50 g F, 46 g KH = 689 kcal (2888 kJ)

Damit es ein gelungener Abend wird, ist es nicht wichtig, dass alles perfekt ist – es ist wichtig, dass Sie und Ihre Gäste sich wohl fühlen. Und dafür braucht es in der Regel gar nicht viel. Sorgen Sie für gemütliche Beleuchtung, machen Sie eine Playlist mit den Lieblingsliedern Ihrer Gäste, decken Sie den Tisch, bereiten Sie das Essen, so gut es geht, vor – und haben Sie genügend Getränke im Haus.

Und noch ein Tipp zum Schluss: Am besten schmeckt ein Mineralwasser, wenn die Flasche erst am Tisch geöffnet und das Mineralwasser pur serviert wird. Wenn Sie dann noch fein geschliffene, dünne Gläser verwenden, in denen das Mineralwasser lange kühl bleibt, haben Sie in puncto Mineralwasser schon mal alles richtig gemacht. Auf einen schönen Abend! [sanpellegrino.com](http://sanpellegrino.com)

Neben einigen gut ausgesuchten Weinen sollten Sie auch ein passendes Mineralwasser haben. Denn es kann sich auf den Geschmack von Speisen und von Wein auswirken. Mineralwasser mit einem hohen Calciumanteil schmeckt beispielsweise leicht bitter, Natrium bringt eine salzige Note ins Spiel und Magnesium gibt einen eher süßlichen Geschmack. Und je stärker das Wasser mineralisiert ist, desto stärker ist sein Eigengeschmack. Darum ist für ein besonderes Festtagsdinner ein neutral bis mittel mineralisiertes Mineralwasser wie zum Beispiel S.Pellegrino ideal.

“

Das richtige Mineralwasser kann die verschiedenen Aromen eines Essens oder eines Weines unterstützen und dafür sorgen, dass sie noch besser zur Geltung kommen.

“

**S.PELLEGRINO®**



# Brioche

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH

Für 12 Scheiben

- 50 ml Milch
  - 22 g frische Hefe
  - 375 g Mehl plus etwas zum Bearbeiten
  - 35 g Zucker
  - Salz
  - 4 Eier (Kl. M)
  - 185 g Butter (weich) plus etwas für die Form
  - 1 Eigelb (Kl. M)
- Außerdem: Kastenform (25 cm Länge)

1. Milch lauwarm erwärmen, Hefe hineinbröseln, auflösen. Mehl in eine Schüssel sieben, Zucker und  $\frac{1}{2}$  TL Salz gut untermischen.

2. Hefemilch mit den Knethaken des Handrührers langsam in die Mehlmischung einarbeiten. Eier zufügen und einarbeiten. Butter in kleinen Portionen nach und nach zufügen und einarbeiten. Weiterkneten, bis der Teig glatt, glänzend und elastisch ist. Hefeteig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 40 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

3. Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten, zu einer Rolle formen und diese in 5 gleich große Portionen teilen. Portionen jeweils mit bemehlten Händen zur Kugel formen und nebeneinander in eine großzügig gebutterte Kastenform setzen.

4. Eigelb mit 1 EL Wasser verrühren, Brioche vorsichtig damit bepinseln und zugedeckt weitere 20 Minuten gehen lassen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) auf der 2. Schiene von unten ca. 35 Minuten goldbraun backen.

5. Brioche aus dem Ofen nehmen, vorsichtig stürzen und auf einem Gitter auskühlen lassen. 4 Scheiben (à 1,5–2 cm dick) für die pochierten Eier (siehe vorheriges Rezept, Seite 52) abschneiden. Restliche Brioche anderweitig verwenden oder einfrieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 20 Minuten plus Gehzeiten 1 Stunde plus Backzeit 35 Minuten

**PRO SCHEIBE** 5 g E, 18 g F, 23 g KH = 285 kcal (1197 kJ)

## DESSERT

FOTO SEITE 54

### Birnen-Nougat-Terrine mit Karamellsauce

\*\* MITTELSCHWER, RAFFINIERT

Für 8 Portionen

#### TERRINE

- 2,5 kg feste Birnen (z.B. Forelle oder Abate Fetel)
- 50 g frischer Ingwer
- 40 g Butter plus etwas für die Form
- 60 g Zucker
- 300 ml Weißwein
- 400 ml Birnensaft
- 5 EL Zitronensaft
- 5 EL Birnenschnaps
- 5 Blatt weiße Gelatine
- 200 g Nougat

#### KARAMELLSAUCE

- 70 g Zucker
- 100 ml Weißwein
- 200 ml Birnensaft
- Salz

#### KARAMELLISIERTE HASELNÜSSE

- 80 g ungeschälte Haselnusskerne
  - 60 g Zucker
- Außerdem: Terrinenform (1,5 l Inhalt; ersatzweise Kastenform), Elektromesser

1. Für die Terrine Birnen schälen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Die Hälfte der Birnenhälften nochmals der Länge nach halbieren. Ingwer schälen und fein würfeln.

2. Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Birnenhälften und -viertel darin anbraten, bis sie Farbe annehmen. Ingwer, Zucker, Weißwein, Birnensaft, Zitronensaft und Birnenschnaps zufügen und 1-mal kurz aufkochen.

3. Birnen aus der Pfanne nehmen und auf einem tiefen Backblech verteilen, anschließend mit dem Sud übergießen. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad (Gas 3–4, Umluft 200 Grad) auf der 2. Schiene von unten ca. 20 Minuten weich garen (Garprobe machen), dabei 1-mal wenden.

4. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Birnen vom Backblech nehmen, Schmorsud in einen Topf gießen und auf 300 ml einkochen lassen, dann vom Herd nehmen. Gelatine ausdrücken und darin auflösen.

5. 5 EL vom reduzierten Sud auf dem Boden einer leicht gefetteten, mit Klarsichtfolie ausgelegten Terrinenform verteilen. Boden der Form dicht an dicht mit Birnen belegen. Nougat in ca. 1 cm breite, unregelmäßige Streifen schneiden und die Hälfte davon zwischen den Birnen verteilen. Die Hälfte vom restlichen Schmorsud angießen. Restliche Birnen und restliches Nougat in die Form schichten. Restlichen Schmorsud angießen und die Birnen leicht andrücken. Terrinenform mit Klarsichtfolie abdecken und mindestens 4 Stunden (am besten über Nacht), kalt stellen.

6. Für die Karamellsauce Zucker in einem Topf schmelzen und hellbraun karamellisieren lassen. Karamell mit Weißwein ablöschen, Birnensaft angießen und 1 Prise Salz zufügen. Flüssigkeit auf 80 ml einkochen lassen. Karamellsauce abgedeckt beiseitestellen.

7. Für die karamellisierten Haselnüsse Nüsse und Zucker in einer Pfanne unter häufigem Wenden bei mittlerer Hitze erhitzen, bis der Zucker geschmolzen ist und die Nüsse rundum karamellisiert sind. Nüsse auf einen Bogen Backpapier geben und abkühlen lassen. Abgekühlte Nüsse grob hacken und bis zum Servieren in einer Blechdose aufbewahren.

8. Kurz vor dem Servieren Birnen-Nougat-Terrine vorsichtig auf ein Brett stürzen, Folie entfernen. Von der Terrine mit einem Elektromesser 4 Scheiben (je 2 cm dick) abschneiden und auf 4 Teller setzen. Karamellsauce eventuell unter Rühren nochmals leicht erwärmen. Terrinenscheiben jeweils mit etwas Karamellsauce beträufeln, mit Haselnüssen bestreuen und servieren. Restliche Terrine und restliche Karamellsauce sind abgedeckt im Kühlschrank 3 Tage haltbar.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 2 Stunden plus Kühlzeit mindestens 4 Stunden

**PRO PORTION** 6 g E, 17 g F, 88 g KH = 572 kcal (2391 kJ)

# GEMÜSE MIT KNUSPER TOPPING

Die meisten Gemüsesorten sind wandelbar; sie schmecken als Gratin, Püree, im Eintopf - und jetzt auch mit Knusper Topping

Das Knusper Topping **Italienische Kräuter** verfeinert Kartoffel- und Süßkartoffelgerichte. Zucchini und Auberginen werden mit dem Topping **Mediterrane Kräuter** zum Geschmackshighlight. Das Topping **Frühlingskräuter & Käse** schmeckt zu Blumenkohl, Brokkoli oder Romanesco. Und zu Kürbis oder Karotten darf es gerne pikanter sein: mit dem Topping **Orientalische Gewürze**.

## KARTOFFELSPALTEN AUS DEM OFEN

FÜR 2 PORTIONEN

### KNORR Knusper Topping

**Italienische Kräuter**

**500 g Kartoffeln**

**2 EL Olivenöl**

KNORR Knusper Topping Italienische Kräuter mit 50 ml lauwarmem Wasser und 2 EL Olivenöl zu einer Paste rühren.

Kartoffeln waschen und in Spalten schneiden. Kartoffelspalten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, Paste verteilen und leicht andrücken.

Im vorgeheizten Backofen bei 175 °C (Umluft: 150 °C) ca. 35 Minuten backen.

Dazu schmecken marinierte Gemüsespieße.



KNORR Knusper Toppings – jetzt neu im Regal bei der KNORR Salatkönigin. Mehr Infos und Rezepte unter knorr.de



## Fisch-Menü

# ELEGANT

Zweimal Fisch mit Finesse, mal als pikantes Tatar, mal auf der Haut gebraten, und zum süßen Finale eine Kreation aus Knusperdeig und Mascarpone. Festtagsküche, die leicht von der Hand geht





## So plant unser Koch Marcel Stut sein Menü

### AM VORTAG

- Kräuteröl für den Hauptgang vorbereiten und über Nacht ziehen lassen
- Glühweinsauce für die Millefeuille zubereiten, abkühlen lassen, kalt stellen
- Fond für die Beurre blanc einkochen lassen, passieren und kalt stellen

### VIER STUNDEN BEVOR DIE GÄSTE KOMMEN

- Kräuteröl passieren
- Blinis backen und abkühlen lassen
- Meerrettich-Kefir zubereiten, kalt stellen
- Saibling für das Tatar in feine Würfel schneiden (noch nicht würzen) und abgedeckt kalt stellen
- Strudelteigkreise für die Millefeuille backen und abkühlen lassen

### EINE STUNDE VORHER

- Mascarponecreme zubereiten und im Spritzbeutel kalt stellen
- Spitzkohl für den Zander zubereiten und abkühlen lassen

### KURZ VOR BEGINN

- Saiblingstatar fertigstellen und Vorspeise anrichten
- Butter für die Beurre blanc anfrieren

### NACH DER VORSPEISE

- Fond für die Beurre blanc erhitzen, Beurre blanc fertigstellen
- Polenta und Zander zubereiten, Spitzkohl erwärmen. Alles anrichten

### NACH DEM HAUPTGANG

- Millefeuille zusammensetzen und anrichten

## **VORSPEISE**

### Blinis mit Saiblingstatar und Meerrettich-Kefir

Die fluffigen Hefeküchlein unterstreichen die Frische des fein geschnittenen Fischfilets. Saiblingkaviar setzt Glanzlichter.

**Rezept Seite 60**

**VORSPEISE**  
Foto Seite 58/59

## Blinis mit Saiblingstatar und Meerrettich-Kefir

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

- 100 ml Milch
- 10 g frische Hefe
- Zucker
- Salz
- 120 g Mehl
- 35 g Buchweizenmehl
- 2 Eier (Kl. M)
- 1 Eigelb (Kl. M)
- 20 g frischer Meerrettich
- 250 ml Kefir
- 2 El Olivenöl

- Pfeffer
- 3 El Zitronensaft
- ½ Bund Schnittlauch
- 400 g Saiblingsfilet (Sushi-Qualität; ohne Haut und Gräten; vorbestellen)
- 8 Radieschen
- 4 Stiele Dill
- 4 El neutrales Öl (z.B. Maiskeimöl)
- 50 g Saiblingskaviar

**1.** Für die Blinis Milch lauwarm erwärmen und in eine Schüssel geben. Zerbröselte Hefe, 1 Prise Zucker und 1 Prise Salz darin auflösen. 40 g Mehl unterrühren. Vorteig zugedeckt bei Zimmertemperatur 20 Minuten gehen lassen. Restliches Mehl, Buchweizenmehl, Eier und Eigelb zufügen und mit den Quirlen des Handrührers zu einem zähflüssigen Teig verrühren. Zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

**2.** Meerrettich schälen, grob schneiden und mit Kefir in einen hohen Rührbecher geben. Mit dem Schneidstab fein pürieren und 10 Minuten ziehen lassen. Kefir durch ein feines Sieb passieren. Mit 1 El Olivenöl, Salz, Pfeffer und 1 El Zitronensaft abschmecken, wieder in den Rührbecher füllen, kalt stellen.

**3.** Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Saiblingsfilet in feine Würfel schneiden und mit Schnittlauch, Salz, Pfeffer, restlichem Zitronensaft und restlichem Olivenöl mischen. Kalt stellen. Radieschen putzen, waschen und in feine Scheiben hobeln. Dillästchen abzupfen. Beides getrennt in kaltes Wasser legen.

**4.** 2 El neutrales Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Blini-Teig kurz durchröhren. Mithilfe einer kleinen Kelle 4 Portionen Teig nebeneinander in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze von jeder Seite 2 Minuten backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Aus dem restlichen Teig im restlichen Öl 4 weitere Blinis backen und abtropfen lassen.

**5.** Dill und Radieschen gut abtropfen lassen. Je 2 Blinis auf 4 Teller geben. Tatar mithilfe von 2 Teelöffeln zu 8 kleinen Nocken formen und auf die Blinis setzen. Meerrettich-Kefir mit dem Schneidstab kurz aufschäumen und angießen. Blinis mit Kaviar, Dill und Radieschen garnieren und sofort servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 30 Minuten plus Gehzeit 50 Minuten

**PRO PORTION** 33 g E, 26 g F, 35 g KH = 520 kcal (2184 kJ)

**Tipp** Wer den Saibling nicht am Tag des Einkaufs zubereitet, friert ihn so schnell wie möglich ein und legt ihn ca. 6 Stunden vor der Verwendung zum Auftauen in den Kühlschrank.

**HAUPTSPEISE**  
Foto Rechts

## Zanderfilet mit Rote-Bete-Polenta, Spitzkohl und Beurre blanc

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT

Für 4 Portionen

- 60 g gemischte Kräuter (z.B. Schnittlauch, Dill, glatte Petersilie, Kerbel)
  - 200 ml neutrales Öl (z.B. Maiskeimöl)
  - 250 g Spitzkohl
  - 1 Handvoll junge Rote-Bete-Blätter (ersatzweise Babyleaf-Salat)
  - 200 ml Fischfond
  - 2 Lorbeerblätter
  - 1 TL weiße Pfefferkörner
  - 2 Schalotten
  - 50 g weiße Champignons
  - 220 g Butter
  - 250 ml trockener Weißwein
  - 30 ml trockener Wermut (z.B. Noilly Prat)
  - 50 ml Schlagsahne
  - Salz • Pfeffer
  - Zucker
  - 100 g Instant-Polenta
  - 300 ml Geflügelbrühe (eventuell etwas mehr)
  - 250 ml Rote-Bete-Saft
  - 4 Zanderfilets (à ca. 160 g; mit Haut)
  - 3 El Olivenöl
- Außerdem: Küchenthermometer, Mulltuch

**1.** Am Vortag für das Kräuteröl Kräuter von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Öl auf 60 Grad erwärmen (Küchenthermometer benutzen) und mit Kräutern in der Küchenmaschine auf höchster Stufe ca. 1 Minute fein pürieren. Kräuteröl durch ein feines Sieb in eine Schüssel passieren. Schüssel in ein Eisswasserbath stellen, Öl kalt rühren und zugedeckt über Nacht kalt stellen.

**2.** Am Tag danach Kräuteröl durch ein mit einem Mulltuch ausgelegtes Sieb passieren, kalt stellen.

**3.** Spitzkohl putzen, waschen und bis zum Strunk in feine Streifen schneiden. Rote-Bete-Blätter putzen und waschen, anschließend in kaltes Wasser legen und beiseitestellen.

**4.** Für die Beurre blanc Fischfond aufkochen, Lorbeerblätter und Pfefferkörner zugeben und bei milder Hitze 10 Minuten ziehen lassen. Fond durch ein feines Sieb gießen, warm stellen. Schalotten fein würfeln. Champignons putzen, fein würfeln. 20 g Butter im Topf erhitzen, beides darin 3–4 Minuten andünsten. Wein und Wermut zugeben und auf 150 ml einkochen lassen. Fischfond zugeben, auf 250 ml einkochen lassen. 150 g Butter in kleine Würfel schneiden und 15–20 Minuten in den Tiefkühler stellen.

**5.** Fond durch ein feines Sieb in einen anderen Topf passieren. Sahne zugießen und 5 Minuten bei milder Hitze ziehen lassen. Butter mit dem Schneebesen nach und nach unterrühren (Sauce ab jetzt nicht mehr kochen lassen). Beurre blanc mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Bis zum Servieren warm stellen.

**6.** Polenta in einem Topf ohne Fett bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten unter Rühren anrösten, herausnehmen. Brühe und Rote-Bete-Saft in den Topf geben, aufkochen. Polenta unter Rühren mit dem Schneebesen einrieseln lassen. Bei milder Hitze offen ca. 3 Minuten quellen lassen. 30 g Butter unterrühren, mit Salz würzen (eventuell etwas mehr Brühe zufügen). Polenta warm stellen.

**7.** Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, Filets darin auf der Hautseite bei mittlerer Hitze 6–8 Minuten braten. Wenden, 10 g Butter zugeben, Fisch 1–2 Minuten braten. Pfanne vom Herd nehmen, den Fisch 2 Minuten gar ziehen lassen. Inzwischen restliche

—  
HAUPTSPEISE

*Zanderfilet mit  
Rote-Bete-Polenta  
und Beurre blanc*

Selbst gemachtes Kräuteröl funkelt  
festlich auf der sanften Buttersauce.

Zwischen Fisch und Polenta  
gibt Spitzkohl sein Bestes.

**Rezept links**



## DESSERT

### *Millefeuille mit Mascarponecreme und Amarenakirschen*

Knusprige Strudelteigblätter geben Creme und Kirschen Halt. Eine fruchtige Glühweinsauce vollendet das hinreißende Ensemble.

**Rezept rechts**

Butter in einer Pfanne erhitzen und Spitzkohl darin 2–3 Minuten dünsten, dabei mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen.

**8.** Rote-Bete-Blätter gut abtropfen lassen. Mit Polenta, Spitzkohl und Fischfilet auf vorgewärmten Tellern anrichten. Beurre blanc angießen, mit je 1 EL Kräuteröl beträufeln und sofort servieren. Das restliche Kräuteröl hält sich im Kühlschrank, zum Beispiel in einer Flasche, mehrere Wochen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1:15 Stunden plus Kühlzeit über Nacht  
**PRO PORTION** 36 g E, 67 g F, 29 g KH = 904 kcal (3787 kJ)

## DESSERT FOTO LINKS

### *Millefeuille mit Mascarponecreme und Amarenakirschen*

\* EINFACH, GUT VORZUBEKREITEN, RAFFINIERT

Für 4 Portionen

- 300 ml Rotwein
- 40 g Zucker
- 1 TL Glühweingewürz
- 50 ml Orangensaft (frisch gepresst)
- 1–2 TL Speisestärke
- 36 Amarenakirschen (ca. 150 g; abgetropft)
- 40 g Butter
- 2 Blätter Filo-/Strudelteig (z.B. Tante Fanny; Kühlregal)
- 200 g Mascarpone
- 4 EL Puderzucker
- 1 EL Zitronensaft
- 100 ml Schlagsahne
- 3 Spekulatiuskekse
- 2 Stiele Minze
- Außerdem: runder Ausstecher (8 cm Ø), Spritzbeutel mit großer Lochtülle

**1.** Für die Sauce Rotwein, Zucker und Glühweingewürz in einem Topf aufkochen und auf die Hälfte einkochen lassen. Orangensaft zugießen, aufkochen. Sauce mit der in wenig Wasser angerührten Speisestärke binden, durch ein feines Sieb in eine Schüssel gießen und vollständig abkühlen lassen. Amarenakirschen zugeben.

**2.** Butter im Topf zerlassen. Teigblätter auf die Arbeitsplatte legen und mit einem Ausstecher 16 Kreise (à 8 cm Ø) ausstechen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit Butter bepinseln und mit 1 EL Puderzucker bestäuben. Im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad (Gas 1–2, Umluft 140) auf der mittleren Schiene 4–5 Minuten knusprig backen. Mit dem Papier vom Backblech auf ein Gitter ziehen und abkühlen lassen.

**3.** Mascarpone mit 2 EL Puderzucker und Zitronensaft glatt rühren. Sahne steif schlagen und unterheben. Creme in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle füllen und bis zur Verwendung kalt stellen. Spekulatius im Mörser fein zerstoßen.

**4.** Jeweils 1 Strudelteigkreis auf 4 Dessertsteller geben. Etwas Mascarponecreme daraufspritzen, mit je 3 Amarenakirschen belegen, mit etwas Sauce beträufeln und mit etwas Spekulatiusbröseln bestreuen. Mit je 1 Teigkreis bedecken. So fortfahren, bis die Zutaten verbraucht sind, mit Teigkreisen abschließen. Mit restlichem Puderzucker bestäuben, mit restlichen Spekulatiusbröseln bestreuen, mit Minze garnieren und sofort servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1 Stunde  
**PRO PORTION** 5 g E, 38 g F, 62 g KH = 639 kcal (2768 kJ)



AVERNA.DE [f](#) [c](#)

## DIE SEELE SIZILIENS

Ein gemeinsames Essen in guter Gesellschaft an einer großen Tafel bringt rückblickend oft die schönsten Erinnerungen hervor. Der beliebte, sizilianische Amaro Averna ist schon lange Teil solcher Erinnerungen: Seit 1868 ist das Rezept des Kräuterlikörs ein wohl behütetes Geheimnis. Geschmacklich vereint der Amaro Averna die verschiedenen kulturellen und kulinarischen Einflüsse seiner Heimatinsel: eine Kombination aus sizilianischen und mediterranen Kräutern und Früchten – der pure Geschmack Siziliens.

Mit einem typisch sizilianischen Dinner ist das Erlebnis dann komplett; sei dies mit Pasta al Cedro, Arrancini oder Cannoli. Denn was bringt einem ein Land näher, als seine Kulinari? Eins ist sicher, wirklich sizilianisch wird der Abend erst mit Averna und einem gemeinsamen „Salute!“ nach dem Essen.

Für eine besonders sizilianische Erfahrung einfach mit dem Averna Ritual die Gläser rollen lassen: Averna auf Eis in einem bauchigen Glas genießen und mit Kräutern wie Rosmarin oder Salbei und einer Zitronenzeste verfeinern. **Salute!**



Enjoy responsibly.



## So plant unsere Köchin Susanne Walter ihr Menü

### AM VORTAG

- Sorbet zubereiten und einfrieren
- Mousse au chocolat zubereiten, abgedeckt kalt stellen
- Knusper-Erde und Kakaogeback zubereiten, abkühlen lassen, in Blechdosen füllen
- Apfel-Confit zubereiten, abgedeckt kalt stellen
- Gemüse- und Kartoffelchips zubereiten, zwischen Backpapier in einer Blechdose aufbewahren
- Entensauce kochen (noch nicht binden), zugedeckt kalt stellen
- Filo-Teigröllchen backen

### SECHS STUNDEN BEVOR DIE GÄSTE KOMMEN

- Ingwer-Limetten-Shot zubereiten, abkühlen lassen
- Rotkohlsalat zubereiten, abgedeckt beiseitestellen

### EINE STUNDE VORHER

- Sellerie vorbereiten
- Ente füllen und mit dem Sellerie garen
- Tatar zubereiten, abgedeckt kalt stellen

### WENN DIE GÄSTE DA SIND

- Filo-Teigröllchen füllen, Ingwer-Limetten-Shot erhitzen, Bonito-Filet braten
- Vorspeise anrichten

### NACH DER VORSPEISE

- Entensauce erhitzen und binden
- Ente herausnehmen, evtl. tranchieren
- Sellerie mit Salzzitronenöl beträufeln
- Hauptgang anrichten

### NACH DEM HAUPTGANG

- Sorbet antauen lassen
- Dessert anrichten

### VORSPEISE

#### Dreierlei asiatische Vorspeisen

Das Trio aus Ingwer-Limetten-Shot, Bonito-Filet auf Rotkohlsalat und Teigröllchen mit Tatarfüllung macht Lust auf alles, was noch kommt.

Rezepte Seite 69



Geflügel-Menü

# BRILLANT

Ein klassischer Entenbraten mit aufregenden Gemüsebeilagen,  
davor dreierlei Asia-Happen und als krönender Abschluss  
ein Traum aus Schokolade und Preiselbeeren. Sterneverdächtig!



---

#### HAUPTSPEISE

### *Entenbraten mit gebackenem Sellerie und Gemüsechips*

Der Sellerie gart mit dem Vogel auf dem Blech, die Chips aus Süßkartoffel, Möhre, Pastinake und Kartoffel lassen sich bestens vorbereiten. Vermisst hier jemand Knödel und Rotkohl? **Rezept Seite 70**



---

DESSERT

**Variationen von  
Schokolade mit  
Preiselbeer-Sorbet**

Mousse au chocolat, Schokogebäck und Knusperstreusel nehmen das herbstliche Sorbet liebevoll in ihre Mitte.  
Kandierter Rosmarin mischt da gerne mit. **Rezept Seite 70**



## DREIERLEI ASIATISCHE VORSPEISEN

### Filo-Teigröllchen mit Rindertartar

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT, SCHNELL

Für 4 Portionen

- |  |  |
|--|--|
| • 1 Blatt Filo-/Strudelteig<br>(z.B. Tante Fanny; Kühlregal) | • Pfeffer  |
| • 1 El neutrales Öl<br>(z.B. Maiskeimöl)                     | • 1 TL Limettensaft  |
| • 100 g Rinderfilet  | • 1 El Olivenöl  |
| • 1 Frühlingszwiebel   | • ½ Avocado  |
| • 5 g frischer Ingwer  | Außerdem: 4 Schaumrollenformen aus Edelstahl<br>(à 2 cm Ø, 10 cm Länge),<br>Küchengarn, Spritzbeutel<br>mit großer Lochtülle |
| • 1 rote Chilischote   |  |
| • Salz   |  |

**1.** Aus dem Filo-Teigblatt 4 Quadrate (à 8 x 8 cm) schneiden. Teigquadrate mit neutralem Öl bepinseln, jeweils um 1 Schaumrollenform wickeln und mit Küchengarn locker festbinden, damit sie beim Backen nicht aufgehen.

**2.** Röllchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) auf der 2. Schiene von unten ca. 4 Minuten goldbraun backen. Röllchen leicht abkühlen lassen und vorsichtig von den Formen streifen. Garn entfernen.

**3.** Rinderfilet in sehr feine Würfel schneiden. Frühlingszwiebel putzen und waschen, das Weiße und Hellgrüne in feine Würfel schneiden. Dunkelgrüne Teile der Länge nach in 4 dünne Streifen schneiden und einige Sekunden in etwas sprudelnd kochendem Wasser blanchieren. Abschrecken und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Ingwer schälen und fein hacken. Chilischote waschen, putzen, entkernen und fein würfeln.

**4.** Kurz vor dem Servieren Tatar mit fein gewürfelten Frühlingszwiebeln, Ingwer und Chili mischen, mit Salz, Pfeffer, Limettensaft und Olivenöl würzen. Tatar in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle füllen.

**5.** Avocadohälften schälen, eventuell Kern entfernen. Fruchtfleisch quer in 4 Stücke schneiden. In die gewölbte Außenseite jeweils eine Kerbe schneiden. Rindertatar vorsichtig in die Filo-Teigröllchen spritzen, jeweils 1 Streifen blanchierte Frühlingszwiebel um die Röllchen binden. Je 1 Röllchen auf die Einkerbung der Avocados setzen, mit Ingwer-Limetten-Shot und Bonito-Filet (siehe folgende Rezepte) auf 4 Tellern anrichten und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 30 Minuten

**PRO PORTION** 6 g E, 6 g F, 4 g KH = 96 kcal (403 kJ)

### Ingwer-Limetten-Shot

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL

Für 4 Portionen (à 100 ml)

- |                          |                      |
|--------------------------|----------------------|
| • 1 Bio-Limetten         | • Zucker             |
| • 1 Schalotte            | • 100 ml Weißwein    |
| • 20 g frischer Ingwer   | • 350 ml Hühnerfond  |
| • 2 Stangen Zitronengras | • 100 ml Schlagsahne |
| • 40 g Butter            | • Salz • Pfeffer     |

**1.** Limette heiß waschen, trocken tupfen. Limette halbieren, die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Schalotte fein würfeln. Ingwer schälen, fein hacken. Zitronengras waschen, putzen, grob hacken. Butter im Topf erhitzen, Schalotten und Ingwer darin glasig dünsten. Zitronengras und ½ TL Zucker zufügen, mit Limettensaft und Wein ablöschen. Brühe angießen, aufkochen und 10 Minuten bei milder bis mittlerer Hitze offen kochen.

**2.** Sahne angießen, 1-mal aufkochen. Die Hälfte der Limettenschale zufügen. Suppe im Blitzhacker (oder mit dem Schneidstab) pürieren. Suppe durch ein feines Sieb passieren, dabei gut ausdrücken, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**3.** Kurz vor dem Servieren Suppe erhitzen, mit dem Schneidstab aufschäumen. In kleine Gläser füllen. Mit restlicher Limettenschale bestreuen, mit Filo-Teigröllchen und Bonito-Filet (siehe vorheriges und folgendes Rezept) servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 30 Minuten

**PRO PORTION** 1 g E, 16 g F, 3 g KH = 172 kcal (723 kJ)

### Bonito-Filet auf Rotkohlsalat

\* EINFACH, SCHNELL

Für 4 Portionen

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| • 150 g Rotkohl           | • 1 El gemischte Pfefferkörner<br>(z.B. Langpfeffer, Kubeben- und Tellicherry-Pfeffer) |
| • 10 g frischer Ingwer    | • 120 g Bonito-Filet (MSC-zertifiziert; möglichst rechteckig zugeschnitten)            |
| • 2 El Reisessig          | • 1 El Öl (z.B. Maiskeimöl)  |
| • 1 TL Ahornsirup         |  |
| • 2 El Sojasauce          |  |
| • ½–1 TL Fischsauce       |  |
| • 2 El geröstetes Sesamöl |  |

**1.** Rotkohl putzen und bis zum Strunk in sehr feine Streifen schneiden. Ingwer schälen und fein reiben. Rotkohl und Ingwer in einer Schüssel mit Reisessig, Ahornsirup, Sojasauce, Fischsauce und Sesamöl mischen, 15 Minuten ziehen lassen.

**2.** Pfefferkörner im Mörser fein zerstoßen. Bonito in der Pfeffermischung wälzen. Öl in einer Pfanne stark erhitzen. Fisch darin von allen Seiten ca. 40 Sekunden kurz und scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen.

**3.** Zum Servieren Rotkohlsalat auf 4 Teller verteilen. Fisch in dünne Scheiben schneiden und darauflegen. Mit Filo-Teigröllchen und Ingwer-Limetten-Shot (siehe vorherige Rezepte) servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 20 Minuten

**PRO PORTION** 7 g E, 12 g F, 2 g KH = 153 kcal (642 kJ)

## Entenbraten mit gebackenem Sellerie, Gemüsechips und Apfel-Confit

\*\* MITTELSCHWER, RAFFINIERT

Für 4 Portionen

### GEMÜSE- UND KARTOFFELCHIPS

- 1 große mehligkochende Kartoffel (à ca. 120 g)
- 1 Süßkartoffel (200 g)
- 2 Pastinaken (à 100 g)
- 1 große Möhre (120 g)
- Salz
- 400 ml Öl zum Frittieren (z.B. Erdnussöl)

### APFEL-CONFIT

- 2 säuerliche Äpfel (à 120 g; z.B. Boskop)
- 2 Ei Zucker
- 100 ml Apfelsaft
- 2 Sternanis
- 2 Gewürznelken
- Pfeffer
- 1 Zweig Rosmarin

### ENTE UND SAUCE

- 1 Ente (ca. 2 kg; küchenfertig) • Salz
- 2 säuerliche Äpfel (à 120 g)
- 4 Zwiebeln (à 60 g)
- 4 Lorbeerblätter
- 1 El Öl (z.B. Maiskeimöl)
- 1 El Mehl
- 400 ml Entenfond
- evtl. ½ Tl Speisestärke

### GEBACKENER SELLERIE

- 1 Knollensellerie (500 g)
  - 24 kleine Lorbeerblätter
  - 4 El Olivenöl
  - Salz • Pfeffer
  - ½ Salzzitrone (entkernt)
- Außerdem: Küchenthermometer, Zahnstocher, Küchengarn

**1.** Für die Chips Kartoffel, Süßkartoffel, Pastinaken und Möhre schälen, waschen und mit einem Gemüsehobel in hauchdünne Scheiben schneiden. Kartoffeln in eine Schüssel mit Wasser geben, Gemüse in eine Schüssel geben und mit etwas Salz würzen. Alles 20 Minuten ziehen lassen.

**2.** Kartoffeln abgießen, zwischen Küchenpapier trocken tupfen und beiseitestellen. Gesalzenes Gemüse ebenfalls mit Küchenpapier trocken tupfen und auf 2 mit Backpapier belegten Backblechen ausbreiten. Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad Umluft (Gas 1–2, Ober- und Unterhitze 170 Grad) auf der unteren Schiene und der 2. Schiene von oben 45 Minuten knusprig backen, dabei Gemüsechips gelegentlich wenden und Position der Backbleche 2-mal tauschen (beim Garen mit Gas sowie Ober- und Unterhitze Backbleche nacheinander auf der mittleren Schiene garen). Gemüsechips auf den Blechen abkühlen lassen.

**3.** Inzwischen für die Kartoffelchips Öl in einem Topf auf 170 Grad erhitzen (Thermometer benutzen!). Kartoffelscheiben darin portionsweise goldgelb und knusprig frittieren. Kartoffelchips mit einer Schaumkelle herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen.

**4.** Für das Apfel-Confit Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Äpfel in 1 cm große Würfel schneiden. Zucker in einem Topf schmelzen und hellbraun karamellisieren lassen. Apfelsaft zugießen, Äpfel, Gewürze und Rosmarin zufügen und offen ca. 10 Minuten bei milder Hitze kochen lassen, bis die Äpfel weich sind, aber noch nicht zerfallen, dabei gelegentlich umrühren. Rosmarin entfernen, Confit beiseitestellen.

**5.** Den Bürzel der Ente entfernen. Flügel spitzen und gegebenenfalls Hals vom Körper trennen und für die Sauce beiseitelegen. Ente innen mit Küchenpapier trocken tupfen, dann innen und außen mit Salz würzen. Äpfel waschen, vierteln und das

Kerngehäuse entfernen. 3 Zwiebeln vierteln, mit Äpfeln und Lorbeer mischen und in die Bauchhöhle der Ente füllen. Öffnung mit Zahnstochern und Küchengarn verschließen.

**6.** Ente mit der Brust nach oben auf ein tiefes Backblech setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad (Gas 3–4, Umluft 200 Grad) 2 Stunden braten, nach 15 Minuten Backofentemperatur auf 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) verringern.

**7.** Inzwischen Sellerie schälen, waschen und in 6 dicke Spalten schneiden. Gewölbte Seite jeweils 4-mal leicht einschneiden und je 1 Lorbeerblatt in die Einschnitte stecken. Selleriespalten nach 1:15 Stunden neben die Ente aufs Backblech setzen, mit 2 El Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und mitbraten. Salzzitrone fein hacken, mit restlichem Olivenöl verrühren.

**8.** Für die Sauce Öl in einem Topf erhitzen, Entenhals und Flügel spitzen darin scharf anbraten. Restliche Zwiebel würfeln, zugeben und hellbraun anbraten. Mit Mehl bestäuben, 3 Minuten rösten und mit Entenfond ablöschen. Sauce bei milder Hitze 30 Minuten kochen lassen, durch ein feines Sieb passieren und nach Belieben mit der in wenig kaltem Wasser angerührten Speisestärke binden. Mit Salz würzen und warm stellen.

**9.** Zum Servieren Ente auf eine Servierplatte setzen (nach Belieben vorher tranchieren). Sellerie auf eine Platte geben, mit Salzzitronenöl beträufeln. Apfel-Confit und Chips in Schalen füllen. Sauce in eine Sauciere füllen und alles servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 4:15 Stunden

**PRO PORTION** 45 g E, 50 g F, 79 g KH = 998 kcal (4191 kJ)

## DESSERT

FOTO SEITE 68

## Variationen von Schokolade mit Preiselbeer-Sorbet

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT

Für 4 Portionen

### PREISELBEER-SORBET

- 1 Blatt weiße Gelatine
- 1 Glas Wildpreiselbeeren (400 g Füllmenge; z.B. von D'Arbo)
- 2–3 El Zitronensaft

### MOUSSE AU CHOCOLAT

- 150 g dunkle Schokolade (74% Kakao)
- 20 g Butter
- 4 Eigelb (Kl. M.)
- 75 g Zucker
- 3 Eiweiß (Kl. M.)

### KNUSPER-ERDE

- 10 g Kakaopulver

- 15 g Mehl
- 25 g brauner Zucker
- 25 g Butter

### KAKAOGEBAK

- 30 g Mehl
- 12 g Kakaopulver
- 65 g Puderzucker
- 50 g Butter (flüssig)
- 1 Eiweiß (Kl. M.)

### KANDIERTER ROSMARIN

- 100 g Zucker
  - 2 Zweige Rosmarin
- Außerdem: Eismaschine, 1 Tl Puderzucker zum Bestäuben

**1.** Für das Sorbet Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

Preiselbeeren im Blitzhacker (oder mit dem Schneidstab) fein pürieren. 3 El Wasser in einem kleinen Topf erhitzen, vom Herd nehmen. Gelatine ausdrücken, darin auflösen. Mit Preiselbeerpüree, 170 ml Wasser und Zitronensaft gut verrühren.

- 
- 2.** Preiselbeermasse in eine Eismaschine füllen und 20–30 Minuten cremig gefrieren lassen. Das Sorbet in einen Gefrierbehälter füllen und bis zur Verwendung einfrieren.
- 3.** Für die Mousse au chocolat Schokolade grob hacken und mit der Butter unter Rühren über einem heißen Wasserbad schmelzen. Lauwarm abkühlen lassen. Eigelbe mit 25 g Zucker in einen Schlagkessel geben und über einem heißen Wasserbad mit dem Schneebesen dicklich-cremig aufschlagen, vom Wasserbad nehmen. Eiweiße mit restlichem Zucker steif schlagen.
- 4.** Etwa die Hälfte vom Eischnee unter die lauwarme Schokolade ziehen. Restlichen Eischnee unter die lauwarme Eigelbmasse ziehen. Beide Massen mit einem Teigschaber vorsichtig mischen. Mousse au chocolat in einen luftdichten Behälter füllen und mindestens 4 Stunden (am besten über Nacht) kalt stellen.
- 5.** Für die Knusper-Erde alle Zutaten mit den Händen zu einem bröseligen Teig verkneten und 30 Minuten kalt stellen. Teig mit den Händen fein zerkrümeln und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) 12–14 Minuten knusprig backen. Backblech herausnehmen, Brösel etwas abkühlen lassen (dadurch werden sie knuspriger). Sind sie dann noch weich, Brösel weitere 2–4 Minuten backen. Brösel mit Papier vom Backblech auf ein Gitter ziehen und abkühlen lassen.
- 6.** Für das Kakaogebäck alle Zutaten mit einem Schneebesen glatt rühren (nicht schaumig schlagen), 30 Minuten kalt stellen.
- 7.** Kakaoteig mit einer Palette in schmalen Streifen mit etwas Abstand dünn auf ein mit Backpapier belegtes Backblech auftragen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) ca. 8 Minuten backen. Backblech herausnehmen, Gebäck etwas abkühlen lassen (dadurch wird es knuspriger). Ist es dann noch weich, Gebäck weitere 2–3 Minuten backen. Kakaogebäck mit Papier vom Backblech ziehen und auf einem Gitter abkühlen lassen. Bis zum Servieren in einer Blechdose zwischen Backpapier aufbewahren.
- 8.** Für den kandierten Rosmarin in einem kleinen Topf Zucker mit 70 ml Wasser aufkochen, Rosmarinzweige halbieren und darin 3 Minuten kochen. Rosmarin abtropfen lassen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen bei 120 Grad Umluft (Gas 1, Ober- und Unterhitze 140 Grad) ca. 20 Minuten trocknen, bis die Nadeln knusprig sind. Abkühlen lassen.
- 9.** Preiselbeer-Sorbet 15 Minuten vor dem Servieren aus dem Tiefkühler nehmen. Zum Servieren jeweils 1 Nocke Mousse au chocolat auf 4 Teller geben. Je 1 Kugel Preiselbeer-Sorbet danebensenzen. etwas Knusper-Erde um das Sorbet verteilen. Kakaogebäck in Stücke brechen, in Mousse und Sorbet stecken oder anlegen. Je 1 Stück Rosmarin anlegen, mit Puderzucker bestäuben und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 2 Stunden plus Kühl- und Gefrierzeiten mindestens 5:30 Stunden plus Abkühlzeiten

**PRO PORTION** 13 g E, 37 g F, 116 g KH = 878 kcal (3689 kJ)

Einmalig  
buttrig,  
einmalig  
lecker.



„Ich bin ein Gourmeeggle.“



# EINE KLASSE FÜR SICH

Drei Weine, drei legendäre Weingüter: Weihnachten krönen wir unsere feinen Menüs mit besonderen Gewächsen. Unser Paket zum Fest kommt mit Tempranillo vom Duero, einer roten Cuvée aus der Toskana und einem eleganten Sancerre aus dem Herzen Frankreichs zu Ihnen nach Hause



## 1 Tinto Pesquera Crianza 2017

Dass die spanische Region Ribera del Duero heute für Spitzen-Tempranillo steht, ist auch Alejandro Fernández zu verdanken. Sein „Pesquera“ ist zeitlos, kraftvoll und dicht, mit einem großzügigen Bouquet von dunklen Beeren und schmeichelnden Noten von Vanille und Mandel aus der Lagerung im Holz. 18,42 Euro

## 2 Tenuta Luce Lucente 2017

Wenn die opulente Kirschfrucht von reifem Merlot auf die charakteristische Kräuterwürze der Sangiovese-Traube trifft, können wunderbare Weine entstehen – wie zum Beispiel der „Lucente“ vom Kult-Weingut Tenuta Luce. Eine sichere Bank mit Klasse. 25,15 Euro

## 3 Henri Bourgeois Sancerre Grande Réserve 2019

Große Sauvignon-blanc-Kunst von der Loire: Mit erfrischendem Zitrusduft nach Grapefruit und Limettenschale und der regionaltypisch geschliffenen Mineralität transportiert der Sancerre von Henri Bourgeois strahlende Schönheit ins Glas. 29,05 Euro

\*Das 3er-Set kostet 49,50 Euro (statt 72,62 Euro), das 6er-Set mit je 2 Flaschen kostet 89,90 Euro (statt 145,24 Euro). Versandkosten 5,95 Euro, ab 120 Euro Bestellwert versandkostenfrei. Aktionspreise gültig bis 30.1.2021. Exklusiv über [www.moenvipick-wein.de/essen-und-trinken](http://www.moenvipick-wein.de/essen-und-trinken), über die kostenlose Hotline 0049/80 07 23 39 74 oder in den Mövenpick Weinkellern in Hamburg (2x), Berlin, Bonn, Dortmund, Düsseldorf, Frankfurt, Hannover, München (2x), Stuttgart und Wiesbaden.

**MÖVENPICK**  
WEIN



# ENTDECKE DIE VIELFALT VON OLD AMSTERDAM



# 7 Tage, 7 Teller

Wurzelgemüse, Kohl, Birnen und Äpfel kombiniert »e&t«-Koch Jürgen Büngener zu schönstem Soulfood – und überrascht mit einem ziemlich genialen Hotdog

REZEPTE JÜRGEN BÜNGENER FOTOS JORMA GOTTLWALD STYLING ISABEL DE LA FUENTE TEXT STEFANIE MEYER

Pfefferschoten

Forellenfilet

Laugenstange

Pappardelle

## JÜRGEN BÜNGENER

»e&t«-Koch

### Beliebte Alleskönner

**Geräuchertes Forellenfilet** ist mein Fisch der Wahl, wenn es schnell gehen soll. Sein fast grätenfreies Fleisch ist sofort verzehrfertig, und mit seinem milden Geschmack passt es zu vielen Gerichten. Warm oder kalt ist die Forelle eine großartige Beilage zu Kartoffeln, Salat oder als Topping (siehe Sellerie-Apfel-Suppe Seite 76). Etwas frischen Meerrettich darüberreiben, fertig!

**Pappardelle** bekommt man meist als kleine Nester zusammengedreht. Die breiten Bandnudeln eignen sich besonders für Ragouts und cremige Saucen, da diese gut an der Textur haften bleiben. Wenn möglich, frische Pasta kaufen (lässt sich auch einfrieren) – schmeckt noch besser und hat eine kurze Garzeit.

**Pfefferschoten** lassen sich durch einen einfachen Trick in der Schärfe variieren. Wer Schärfe liebt, lässt Kerne samt Haut in der Schote. Milder wird es, wenn man beides vorher entfernt.

**Laugengebäck** bringt mehr Würze mit als einfaches Weißbrot. Ich habe es für meine Hotdogs verwendet (Mittwoch). Als TK-Ware lässt es sich gut auf Vorrat lagern und bei Bedarf in kurzer Zeit aufbacken.



25  
Min.

Montag

## Rote-Bete-Birnen-Pfannkuchen

\* EINFACH, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 2 Portionen

- 150 g Mehl
- 250 ml Milch
- Salz
- ¼ TL Chiliflocken
- 2 Eier (Kl. M)
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Birne (z. B. Forelle)
- 2 Rote Bete (à 80–100 g; vorgegart; vakuumiert)
- 3 Stiele krause Petersilie
- 4 El neutrales Öl (z. B. Maiskeimöl)
- 150 g Ziegenkäserolle
- 2 El Walnussöl

1. Für den Pfannkuchenteig Mehl, Milch, ½ TL Salz und Chiliflocken mit dem Schneebesen glatt rühren. Eier unterrühren und den Teig 10 Minuten quellen lassen.

2. Inzwischen Frühlingszwiebeln putzen, waschen und das Weiße und Hellgrüne in feine Ringe schneiden. Birne waschen, trocken tupfen und längs in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Rote Bete in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Petersilie mit den Stielen fein schneiden.

3. ⅔ der geschnittenen Petersilie und Frühlingszwiebeln unter den Pfannkuchenteig rühren. 2 El Öl in einer beschichteten Pfanne (20–24 cm Ø) erhitzen. Die Hälfte des Teiges in die Pfanne gießen, die Hälfte der Birnen-

scheiben und Bete darauf verteilen. Bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten backen. Pfannkuchen mithilfe eines großen Topfdeckels wenden und in 2–3 Minuten fertig backen. Pfannkuchen auf einen flachen Teller gleiten lassen und mit einem Teller bedeckt im vorgeheizten Backofen bei 80 Grad (Gas 1, Umluft nicht empfehlenswert) warm stellen, bis der zweite Pfannkuchen ebenso gebacken ist.

4. Ziegenkäse in dünne Scheiben schneiden und auf den Pfannkuchen verteilen. Mit restlicher Petersilie bestreuen und mit jeweils 1 El Walnussöl beträufeln.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 25 Minuten

**PRO PORTION** 33 g E, 54 g F, 75 g KH =  
959 kcal (4018 kJ)

**40** Min.

Dienstag

## Sellerie-Apfel-Suppe

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL

Für 4 Portionen

### SUPPE

- 100 g Zwiebeln
- 450 g Knollensellerie
- 2 EL neutrales Öl (z. B. Maiskeimöl)
- $\frac{1}{2}$  TL gemahlene Kurkuma
- 800 ml Gemüsefond
- 200 ml Milch
- Salz
- Pfeffer
- 1 säuerlicher Apfel (z. B. Granny Smith oder Boskop)
- Cayennepfeffer
- 1–2 EL Zitronensaft

### TOPPING

- 125 g geräuchertes Forellenfilet (ohne Haut)
- 20 g frische Meerrettichwurzel
- 4 TL Kürbiskernöl

1. Für die Suppe die Zwiebeln halbieren und in feine Streifen schneiden. Sellerie putzen, schälen und 2 cm groß würfeln.
2. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Sellerie darin 1–2 Minuten dünsten. Kurkuma zugeben und kurz andünsten. Gemüsefond und Milch zugießen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 15–20 Minuten weich garen. Apfel schälen, vierteln, entkernen und grob in Stücke schneiden. Nach 10 Minuten Garzeit die Apfelstücke in die Suppe geben.
3. Inzwischen für das Forellen-Meerrettich-Topping Forellenfilets in grobe Stücke zupfen, eventuell vorhandene Gräten entfernen. Meerrettich schälen und fein reiben.
4. Suppe mit dem Schneidstab fein pürieren. Mit Salz, Cayenne und Zitronensaft abschmecken. Suppe anrichten. Forellenfilet und Meerrettich darauf verteilen. Mit jeweils 1 TL Kürbiskernöl beträufeln und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 40 Minuten

**PRO PORTION** 10 g E, 11 g F, 13 g KH = 206 kcal (864 kJ)



**25** Min.

Mittwoch



## Hotdog mit Sauerkraut

\* EINFACH, SCHNELL

Für 4 Portionen

- 1 Dose Sauerkraut (300 g Füllmenge)
- 160 g rote Zwiebeln
- 4 El Rapsöl
- $\frac{1}{2}$  TL gemahlene Kreuzkümmelsaat
- $\frac{1}{2}$  TL gemahlene Koriandersaat
- 1 TL Tomatenmark
- Salz
- Pfeffer
- 3 El Olivenöl
- 3 Stiele glatte Petersilie
- 1–2 El Apfelessig
- 4 Nürnberger Bratwürste (gebrüht; à 80 g)
- 1 El Crème fraîche
- 1 El grober Senf
- 1 TL Akazienhonig
- 4 große Laugenstangen

**1.** Sauerkraut im Sieb kalt abspülen, gut ausdrücken. Zwiebeln in feine Würfel schneiden. 2 El Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und darin  $\frac{2}{3}$  der Zwiebeln glasig dünsten. Kreuzkümmel, Koriander und Tomatenmark zugeben und unter Rühren kurz andünsten. Sauerkraut zugeben und 3–4 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen.

**2.** Für die Zwiebel-Salsa 1 El Olivenöl erhitzen und darin restliche Zwiebeln glasig dünsten. Petersilie mit Stielen fein schneiden, mit restlichem Olivenöl und Apfelessig unter die Zwiebeln mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, beiseitestellen.

**3.** Restliches Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Würstchen rundherum braun anbraten. Für die Senfsauce Crème fraîche, Senf und Honig verrühren.

**4.** Laugenstangen längs aufschneiden dabei nicht durchschneiden. Sauerkraut jeweils auf die Mitte der aufgeklappten Laugenstangen verteilen. Je 1 Würstchen darauflegen. Zwiebel-Salsa und Senf-Crème-fraîche darauf verteilen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 25 Minuten

**PRO PORTION** 22 g E, 45 g F, 51 g KH =  
720 kcal (3016 kJ)

# Wirsing-Risotto mit Birnen-Haselnuss-Topping

\* EINFACH, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

## RISOTTO

- 800 ml Gemüsefond
- 80 g Zwiebeln
- 250 g Wirsing
- 100 g Möhren
- 2 EL Olivenöl
- 200 g Risotto-Reis
- 200 ml trockener Weißwein
- Salz • Pfeffer
- 40 g italienischer Hartkäse (z.B. Parmesan; fein gerieben)
- 2 EL Mascarpone
- Muskat (frisch gerieben)

## TOPPING

- 20 g Haselnusskerne
- 1 Birne (z.B. Forelle)
- 4 EL Aceto balsamico bianco
- 1 rote Pfefferschote
- 2 Stiele glatte Petersilie
- 4 EL Haselnussöl

**1.** Für den Risotto Fond aufkochen und warm stellen. Zwiebeln fein würfeln. Wirsing putzen, vierteln, den harten Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden. Strunk in 5 mm große Würfel schneiden. Möhren schälen und in 5 mm große Würfel schneiden.

**2.** Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten. Reis zugeben und unter Rühren 2 Minuten dünsten. Mit Wein ablöschen und bei mittlerer Hitze fast vollständig einkochen lassen. Wirsingstrunk, Möhren und Wirsingblätter zugeben und kurz mitdünsten. Die Hälfte vom heißen Fond zugießen, leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Unter Rühren 18–20 Minuten weitergaren, dabei nach und nach restlichen Fond zugießen.

**3.** Inzwischen für das Birnen-Haselnuss-Topping die Haselnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze goldbraun rösten. Auf einem Teller abkühlen lassen.

**4.** Birne waschen, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. In eine Schüssel geben und mit Essig mischen. Pfefferschote putzen, waschen, längs halbieren, entkernen und in feine Würfel schneiden. Petersilie mit den Stielen fein schneiden. Alles zu den Birnenwürfeln geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, Öl und Haselnüsse zugeben und gut mischen.

**5.** 30 g geriebenen Käse und Mascarpone unter den Risotto rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Risotto mit Topping und restlichem Käse bestreuen und servieren.

45 Min.  
Donnerstag

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten

PRO PORTION 10 g E, 27 g F, 50 g KH = 509 kcal (2132 kJ)





**DIESE SEITE** Platte: Motel a milo: Schale: 3 Punkt E LINKE SEITE: Söstrene Grenze: mittlere Schale: 3 Punkt F Kleine Schale: Brosse Copenhagen Adressen Seite 164

# Hüftsteak mit Rahmchampignons

\* EINFACH, SCHNELL

Für 2 Portionen

- 400 g mittelgroße festkochende Kartoffeln
  - 4 Ei neutrales Öl (z. B. Maiskeimöl)
  - Salz • Pfeffer
  - ¼ TL edelsüßes Paprikapulver
  - 200 g kleine braune Champignons
  - 4 Frühlingszwiebeln
  - ½ Bund Schnittlauch
  - 1 EL Butterschmalz (10 g)
  - 2 Rinderhüftsteaks (à 160 g)
  - 1 Knoblauchzehe
  - 1 Zweig Rosmarin
  - 150 g Crème fraîche

1. Für die Wedges Kartoffeln sorgfältig mit einer Bürste putzen, waschen und in Spalten schneiden. In einer Schüssel mit 2 EL Öl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver mischen. Kartoffeln auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im vorgeheizten Backofen auf 200 Grad (Gas 3, Umluft 180 Grad) auf der 2. Schiene von unten 25–30 Minuten goldbraun backen.

**2.** Champignons putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und das Weiße und Hellgrüne in feine Ringe schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

**3.** Für die Hüftsteaks Butterschmalz in einer offenfesten Pfanne erhitzen. Steaks mit angedrückter Knoblauchzehe bei mittlerer bis starker Hitze von jeder Seite 1–2 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, Rosmarin zugeben. In den vorgeheizten Backofen, auf die unterste Schiene (unter die Wedges) schieben und 8–10 Minuten garen.

**4.** Restliches Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Pilze darin bei starker Hitze 2–3 Minuten hellbraun anbraten. Frühlingszwiebeln zugeben, kurz mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Crème fraîche zugeben, aufkochen, 1 Minute kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Hüftsteaks, Wedges, Pilze und Sauce anrichten. Mit Schnittlauch bestreuen und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 45 Minuten

**PRO PORTION** 41 g E, 55 g F, 30 g KH =  
813 kcal (3406 kJ)

**45** Min.  
**Freitag**



## Pappardelle mit Rosenkohl

\* EINFACH, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

- 2 El Pinienkerne (20 g)
- 1 Dose Kidneybohnen (200 g Füllmenge)
- 50 g getrocknete Tomaten (in Öl; abgetropft)
- 200 g Rosenkohl
- 5 El neutrales Öl (z.B. Maiskeimöl)
- 300 g breite Bandnudeln (z.B. Pappardelle) • Salz
- 60 g Schalotten
- 20 g Butter
- 200 ml Gemüsefond
- 1 Tl mittelscharfer Senf
- 50 g italienischer Hartkäse (z.B. Parmesan; fein gerieben)
- 150 g Crème fraîche
- Pfeffer

**1.** Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und beiseitestellen. Kidneybohnen in einem Sieb kalt abspülen und abtropfen lassen. Tomaten grob schneiden. Rosenkohl putzen und vierteln. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Rosenkohl darin bei mittlerer bis starker Hitze 6–8 Minuten braten und beiseitestellen.

**2.** Pappardelle nach Packungsanweisung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen.

**3.** Inzwischen für die Käsesauce die Schalotten längs halbieren und in feine Streifen schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Mit Fond ablöschen, Senf unterrühren. Bei milder Hitze 5 Minuten leicht köcheln lassen. Dann mit dem Schneidstab fein pürieren. Käse und Crème

fraîche unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rosenkohl, Bohnen und Tomaten zugeben.

**4.** Nudeln abgießen, kurz abtropfen lassen und zurück in den Topf geben. Sauce zugeben und vorsichtig unterheben. Nudeln auf Tellern anrichten und mit Pinienkernen und etwas Pfeffer bestreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 40 Minuten  
**PRO PORTION** 20 g E, 37 g F, 61 g KH = 694 kcal (2909 kJ)

**40 Min.**  
**Samstag**



# REINE WEINE

Lebendig, charaktervoll, facettenreich:  
Die Weine von Delinat stehen für Genuss auf hohem Niveau.  
Sie werden nachhaltig angebaut  
und weitgehend ohne Hilfsmittel hergestellt

Ob ein vollmundiger Rotwein zum weihnachtlichen Festtagsmenü mit Rotkohl und Gans oder ein mineralischer Weißer zum entspannten Abend mit Käseplatte und Fingerfood: Erst der passende Tropfen rundet das Geschmackserlebnis ab. Und egal, zu welchem Anlass, zu welchem Gericht: Charakterreiche und lebendige Weine sind immer eine gute Wahl. Basis hierfür sind aromatische, gesunde Trauben von Reben, die im Zusammenspiel mit der Natur bewirtschaftet werden. Und das in doppelter Hinsicht, denn die Tropfen mit den komplexen Noten schmecken nicht nur besonders fein, sondern lassen uns mit gutem Gewissen genießen. Hochwertige, nachhaltig hergestellte

Weine bietet Delinat an. Dabei ist dem Schweizer Weinhandelsunternehmen vor allem der naturfreundliche Anbau der Trauben wichtig: Seit über 40 Jahren entwickelt Delinat gemeinsam mit familiären Winzerbetrieben Weinberge zu stabilen Ökosystemen. Schmetterlinge fliegen hier durch die Reben, Marienkäfer sitzen auf Wildblumen und Vögel zwitschern in den angrenzenden Obstbäumen. In den europaweit anspruchsvollsten Richtlinien schreibt das seit Jahren bestbewertete Bio-Label Delinat einen Anbau im kompromisslosen Einklang mit der Natur vor. Dabei soll die Biodiversität gefördert werden, sodass Insekten und anderen Nützlingen ein Lebensraum geboten



wird – diese wiederum bewahren Reben vor Krankheiten. Delinat-Winzer nutzen außerdem erneuerbare Energien und möglichst ökologische Transportwege, um das Klima zu schützen. Damit sich das Aroma der Trauben bestmöglich entfalten kann, geben sie keine oder kaum Hilfsmittel hinzu. Stoffe tierischer Herkunft kommen grundsätzlich nicht zum Einsatz. Am Ende steht ein giftfreier Genuss von höchster Qualität. Mit über 300 Medaillen wurden die Delinat-Weine bereits ausgezeichnet. Sie sind auf den Geschmack gekommen und wollen die Tropfen probieren? Delinat hat für Sie ein Probierpaket zum Vorteilspreis zusammengestellt: Sechs unterschiedliche Rotweine zeigen, wie facettenreich das Angebot ist.

## PROBIERPAKET

Entdecken Sie den Genuss der edlen Tropfen von Delinat-Winzern mit sechs Rotweinen aus den natürlichsten Weinbergen Europas – von Deutschland bis Spanien. Zum Kennenlernen bekommen Sie das Probierpaket für nur 39 Euro\* statt 55,10 Euro.

Jetzt bestellen unter: [delinat.com/reine-weine](http://delinat.com/reine-weine)

nur **39,-**  
statt für  
**55,10 Euro**



\* Solange der Vorrat reicht.

## Gebratene Garnelen mit Curry-Blumenkohl

\* EINFACH, RAFFINIERT, SCHNELL

Für 2 Portionen

- 1 Bio-Salatgurke • Salz
- 600 g Blumenkohl
- 20 g Butter
- 1 TL mildes Currysauce
- 1 rote Pfefferschote
- 4 Stiele Dill
- 2 EL Apflessig
- 1 TL Akazienhonig
- 5 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 200 g TK-Bio-Garnelen (roh, geschält; z.B. Deutsche See)
- Pfeffer

**1.** Für den Gurkensalat die Gurke waschen, trocken tupfen, dann streifig schälen und in dünne Scheiben hobeln oder schneiden. Mit 2–3 Prisen Salz mischen und 15 Minuten ziehen lassen.

**2.** Inzwischen Blumenkohl putzen und auf der groben Seite der Küchenreibe raspeln. Butter in einem breiten Topf erhitzen, Blumenkohl darin andünsten, leicht salzen. Curry in 100 ml Wasser verrühren und zugeben. Abgedeckt bei milder Hitze 15 Minuten weich dünsten.

**3.** Für den Salat die Pfefferschote waschen, putzen, längs halbieren, entkernen und in feine Würfel schneiden. 3 Stiele Dill mit den Stielen fein schneiden. Gurkenscheiben leicht ausdrücken, abgießen und mit Pfefferschote und geschnittenem Dill in eine Schale geben. Apflessig, Honig und 2 EL Olivenöl verrühren und mit dem Salat mischen.

**4.** Blumenkohl auf der ausgeschalteten Herdplatte 5 Minuten ausdampfen lassen. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Restliches Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Garnelen mit Knoblauch darin 2–3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**5.** Curry-Blumenkohl mit Garnelen und Gurken-salat anrichten. Mit restlichen, abgezupften Dillästchen bestreuen und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 35 Minuten

**PRO PORTION** 24 g E, 35 g F, 11 g KH = 479 kcal (2011 kJ)

35 Min.  
Sonntag



# #FESTMALANDERS

## gesellig & genussvoll: COSTA Lachsfilets & Pacific Prawns

Saftige Lachsfilets und knackig-zarte Pacific Prawns laden ein zu einem unvergleichlichen Genusserlebnis.

Duo aus Lachs an Orangensauce und Gewürzgarnelen und mehr Inspiration auf [www.costa.de](http://www.costa.de)



Lust auf Meer.

# EIN HERZ FÜR LEBKUCHEN

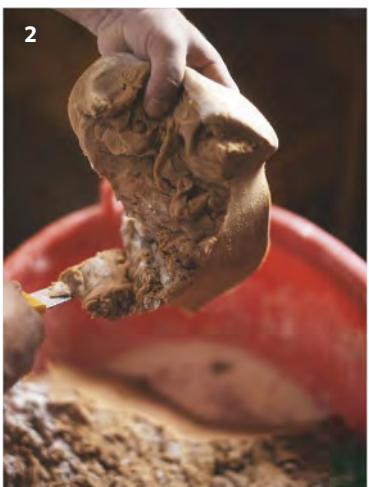
Wenn im September im Odenwaldstädtchen Reichelsheim der märchenhafte Duft von Zimt, Nelken und Kardamom durch die Straßen zieht, wissen alle Bescheid: In der Lebkuchenbäckerei Baumann hat Juniorchef Willi den Ofen angeworfen und mit der Produktion der begehrten Köstlichkeit begonnen – wie immer nach dem uralten, geheimen Familienrezept

FOTOS HARDY MÜLLER TEXT SUSANNE SCHÄFER

Still und glatt  
ruhen die Herzen  
auf ihren Blechen  
und duften



Wir sind die Baumanns:  
Mama Hilde, Schwieger-  
tochter Isabelle, Sohn Willi  
mit dem kleinen Hanno,  
der Lebkuchen auch schon  
zu schätzen weiß



**1** Die „älteste Odenwälder Lebkuchenbäckerei“ hat schon zwölf Generationen auf dem Buckel **2** Ein Teigstück nach dem anderen wird abgerissen und durch die Walze gekurbelt **3** Honig im Topf, Mehl und die geheime Gewürzmischung daneben **4** Die alte Herzform tut noch wacker ihren Dienst

Baumann, ich komme mit dem Verschicken kaum noch nach“, sagt eine Frau in der Schlange und lacht. Jetzt ist sie dran und ordert am Stand bei Hilde Baumann Lebkuchen, Vanillekipferl und Schoko-Spritzgebäck gleich tütenweise. „Wir backen wie die Vorfahren meines Mannes vor 240 Jahren, ohne Farbstoffe, Geschmacksverstärker oder Konservierungsstoffe“, erklärt die 71-jährige Seniorchefin der ältesten Odenwälder Lebkuchenbäckerei. „Das schmeckt man“, bekräftigt ein junger Mann, der extra aus Würzburg angereist ist, und beißt wieder in sein Lebkuchenschwein. Hilde Baumann lächelt, seit über 50 Jahren erlebt sie hautnah zuerst das Erstaunen, dann die Begeisterung ihrer Kunden beim Probieren. Damals heiratete sie Willi Baumann, der in der elften Generation den Familienbetrieb führte, bekam mit ihm drei Kinder und arbeitete Jahrzehntelang in der Backstube mit. Vor einigen Jahren übernahmen Sohn Willi, 40, und seine Frau Isabelle, 35, das Geschäft. Hilde Baumann ist weiterhin für den Verkauf im Hofladen zuständig, was ihr sichtlich Spaß macht. Jetzt ist also die zwölfteste Generation am Ruder – ich finde den Juniorchef oben in der Backstube, die man über eine enge Holztreppe erreicht.

#### VIER MONATE LANG LÄUFT DER BACKOFEN AUF HOCHTOUREN

Willi Baumann junior, ein lebhafter Mann mit Bart und wachen Augen, streckt gerade seinen Arm durch die Tür des gigantischen gusseisernen Backofens und prüft die Temperatur im Innern. In diesem Wahnsinns-Trumm aus dem Jahr 1949, gebaut von Willis Vater und Großvater, könnte locker ein Kleinwagen Platz finden. „Er hat um die 12000 D-Mark gekostet, ungefähr so viel, wie man damals für drei VW-Käfer

**D**ie Straße wird schmäler, ein Fuchs streckt seine Schnauze aus dem Dickicht und stolziert gleich darauf mit majestatisch erhobenem Kopf gemächlich über die Fahrbahn, als gehöre die Welt nur ihm allein. Keine Frage, so einen gelassenen, vor Selbstbewusstsein strotzenden Fuchs habe ich noch nie gesehen; hier, im tiefsten Odenwald, scheinen sogar diese sonst so nervösen Tiere ganz offenbar die Ruhe wegzuhaben. Auch sonst hat es keiner eilig, links grasen Schafe an einem halsbrecherisch steilen Abhang, rechts erhebt sich hügeliges Grün. Wiesen, Wälder, rundum Natur, die sich genüsslich ausbreiten und in alle Richtungen wachsen darf. Kurz darauf stehe ich auf dem Marktplatz des 1200-Seelen-Örtchens Beerfurth und erlebe den nächsten Wahnsinn-dass-es-sowas-hierzulande-noch-gibt-Moment. Alte Fach-

werkhäuser, idyllische Hinterhöfe, Stille. Keine Ampeln, keine Werbeplakate, nichts blinkt, stört, irritiert. So beschaulich war es hier womöglich schon vor dreihundert Jahren. Kein Mensch weit und breit. Doch, da hinten tut sich was. Vor einem großen Tor stellen sich Besucher in einer Schlange an, die vor einem Verkaufsstand in einem wunderschönen Innenhof endet. Alle, die hier warten, wollen dasselbe: Lebkuchen. Aber keine industriell hergestellte Massenware, wie man sie in jedem Supermarkt bekommt. Sondern die Herzen, Sterne, Schaukelpferde der Lebkuchenbäckerei Baumann, von Hand gebacken nach einem überlieferten Familienrezept von 1785.

„Meine Nachbarn sind nach Australien ausgewandert, eine Freundin arbeitet jetzt in Portugal: Sie alle wünschen sich zu Weihnachten die Lebkuchen von



*„Die Teigwalze  
stammt noch  
von meinen  
Vorfahren.“*

Willi Baumann, Lebkuchenbäcker

A woman with blonde hair, wearing a red apron over a light-colored t-shirt, is shown from the waist up. She is holding a white enamel mug with a floral design and a wooden brush. She is applying a glaze to several heart-shaped cookies arranged on a dark surface. In the background, there are more cookies on a rack and some kitchen equipment.

Ein bisschen Glanz steht  
jedem Herzen: Isabelle  
Baumann glasiert  
die frisch gebackenen  
Lebkuchen-Klassiker

## Lebkuchenbäckerei Baumann

### **ADRESSE**

Marktplatz 8, 64385  
Reichelsheim-Berfurth  
Tel. 06164/23 13

### **ÖFFNUNGSZEITEN**

Von Anfang September bis  
Weihnachten Mo–Fr 8–12  
und 13–17 Uhr, Sa/So 9–12  
und 14–16 Uhr (oder nach  
telefonischer Vereinbarung);  
nur Direktverkauf, kein  
Versand, kein Onlineshop

# „Während Brot schnell hart wird, halten unsere Lebkuchen eine kleine Ewigkeit.“

Willi Baumann, Lebkuchenbäcker

bezahlen musste.“ Im September wird der Ofen angeheizt und bleibt dann bis Weihnachten auf Flamme. Gebacken wird in den letzten vier Monaten des Jahres, leider, so Baumann, sei die Produktion inzwischen ein Saisongeschäft. „Früher haben die Leute das ganze Jahr über Lebkuchen gegessen, heute lässt die Nachfrage schlagartig nach, sobald Weihnachten vorbei ist.“ Verständlich, dass Baumann dies aus Umsatzgründen bedauert. Man kann es natürlich auch anders sehen: Gerade weil nicht ständig produziert wird, sind die nach uralten Rezepten hergestellten Lebkuchen hochmoderne, weil extrem nachhaltige Produkte. „Während Brot schnell hart wird, halten unsere Lebkuchen eine halbe Ewigkeit – ganz ohne Konservierungsstoffe. Einfach in einer Keksdose aus Metall in einem kühlen Raum aufbewahren, dann kann man sie nächste Weihnachten noch essen.“ Gerade Menschen, die sich der Wegwerfmentalität widersetzen und alte Konservierungstechniken wie Einkochen, Einlegen und Fermentieren zu neuem Leben erwecken, wissen die Baumann-Produkte zunehmend zu schätzen.

Die Geschichte des Familienbetriebs ist gut belegt. Französische Soldaten, die im 18. Jahrhundert die Region besetzt hielten, brachten die Lebkuchen aus Straßburg mit in den Odenwald. „Sechzehn Lebkuchenbäckereien gab es früher im Umkreis. Heute sind nur zwei übrig geblieben: ein industriell produzierender Betrieb und wir.“ Seitdem nennen sich die Baumans stolz „älteste Odenwälder Lebkuchenbäckerei“. Die Teigwalze, die alten Ausstecher, die Modeln aus Kirschholz und die Waage stammen noch von ganz früher. Nur die Teigknetmaschine und der alte Herd, auf dem der Honig mit der Gewürzmischung köchelt, sind jüngeren Datums

und strombetrieben. Man spürt, dass Willi Baumann seine Kraft, seine Energie und sein Selbstverständnis aus dem Wissen speist, Teil einer Generationenkette zu sein, die mit einfachen Geräten und ihrer Hände Arbeit seit Jahrhunderen Besonderes kreiert. Nach seiner Bäckerlehre, die er in einem anderen Betrieb absolvierte, stieg er in das kleine Familienunternehmen ein. „Niemand hat das von mir verlangt, ich hätte jeden anderen Beruf dieser Welt ergreifen können. Aber schon als kleiner Junge wollte ich nie Pilot oder Feuerwehrmann werden, wie viele meiner Freunde, sondern immer nur Bäcker.“ Er liebt die Atmosphäre in der Backstube, den Geruch, die Hektik, er genießt es, wenn hier alle durcheinanderwuseln und so richtig Leben in der Bude ist.

Schon bald geht es wieder rund. Dann muss Willi Baumann morgens um halb vier raus und den Ofen mit Briketts an-

heizen, bis konstante 210 Grad erreicht sind. Um acht kommen die Mitarbeiter; Isabelle und Hilde Baumann, weitere Verwandte und Saisonkräfte packen mit an. Der Teig wird mit einer handbetriebenen Walze platt genudelt, von Hand ausgestochen, sechs Minuten gebacken und mit einer Glasur aus geröstetem Kartoffelmehl bestrichen.

## DIE GEWÜRZMISCHUNG? IST NATÜRLICH STRENG GEHEIM

Bis zu sechs Zentner Lebkuchenteig werden am Tag verarbeitet, aber was da nun genau drin ist, erfährt man nur zum Teil. „Weizenmehl, Salz, Backhonig, Hirschhornsalz“, zählt Willi Baumann auf. Aber da ist natürlich noch diese ganz spezielle, von Generation zu Generation weitergereichte Gewürzmischung, die es nirgendwo anders in dieser Zusammensetzung gibt. Man erschnuppert Nelken, Zimt, Anis und Honig, vielleicht



1 Von September bis Weihnachten geht das Feuer im imposanten gusseisernen Ofen nie ganz aus 2 Mit alten Kirschholz-Modellen werden auch heute noch kunstvoll schmückende Reliefs in den Lebkuchenteig gedrückt





**1 Ein Leben für den Lebkuchen:**  
Willi Baumann trägt die kostbare  
Fracht in den Verkaufsraum –  
lang wird sie dort nicht liegen

sie, wie fast alle in der Region, natürlich nur bei den Baumanns. Und verliebte sich vor dreizehn Jahren in den Junior. „Er hat so eine süße Zahnlücke“, schwärmt sie und strahlt ihren Mann an. Wenn das kein überzeugender Grund ist, spontan von Lektorin auf Lebkuchenbäckerin umzuschulen und völlig zufrieden mit diesem Leben zu sein!

Willi Baumann muss jetzt los. Er steigt aufs Mofa, um nach seinen Kühen zu sehen, die auf den umliegenden Weiden grasen. Die Baumanns backen nicht nur, sie betreiben auch noch eine kleine Landwirtschaft mit zehn Kühen und zwei Schweinen. Die Schlange am Hofladen reicht jetzt bis auf die Straße. Kein Wunder, dass es hier so voll ist. Coronabedingt wurden dieses Jahr alle Wochen- und Weihnachtsmärkte, die die Baumanns sonst beliefern, abgesagt. Zudem verschicken sie keine Ware. Wer ihre Produkte genießen will, muss direkt beim Erzeuger kaufen. Was natürlich seinen ganz eigenen Charme hat, also decke ich mich ausgiebig ein.

Auf der Rückfahrt beiße ich in ein Lebkuchenherz. Es schmeckt würzig, nicht zu süß, irgendwie magisch. Nach wunderschönen Fachwerkhäusern, nach Abgeschiedenheit und Stille. Es schmeckt nach Menschen, die noch altes Handwerk beherrschen, die für ihre Arbeit brennen und die Welt nicht mit liebloser Massenware überflutten. Es schmeckt wie die Landschaft hier. Nach dichten Wäldern, stolzen Füchsen und nach einer Natur, die wachsen darf, wie sie will.



»e&t«-Autorin Susanne Schäfer hatte nach der einstündigen Rückfahrt alle erstandenen Lebkuchen aufgegessen. Ein schöner Grund, bald wiederzukommen.

## „Früher aß man Lebkuchen das ganze Jahr über – heute leider nur noch zur Weihnachtszeit.“

Willi Baumann, Lebkuchenbäcker

noch ein bisschen Kardamom, Muskat und Pfeffer – aber wie viel wovon? „Großes Geheimnis!“, freut sich Willi Baumann. Die genaue Rezeptur kennen derzeit nur vier Menschen: Seniorchef, Juniorchef und die beiden Ehefrauen.

In diesem Moment erscheint Willi Baumans Frau Isabelle mit dem gemeinsamen Sohn Hanno, 17 Monate alt. Ganz wie der Vater ist der Kleine immer in Bewegung. Läuft hierhin, dorthin, fällt hin, steht wieder auf und knabbert zwischendurch an seinem Lebkuchenpferd. Er liebt alles, was seine Eltern backen, doch ob er tatsächlich später in

dreizehnter Generation den Betrieb weiterführen wird, steht in den Sternen. „Wenn er Lust dazu hat, gern. Aber wir zwingen ihn zu nichts, er kann machen, was er will“, sagt Isabelle Baumann. Die blonde Frau, die sehr in sich zu ruhen scheint, ist im nächsten Ort aufgewachsen. Später studierte sie in Frankfurt/Main Germanistik, Philosophie und Geschichte, schloss mit dem Magister ab und wollte eigentlich Lektorin werden. Doch in der Großstadt wurde sie nicht heimisch, auch während des Studiums blieb sie immer im Odenwaldkreis wohnen. Ihr Weihnachtsgebäck kaufte



Xelsis



# Premium NEU DEFINIERT

15 KAFFEESPEZIALITÄTEN EINFACH WIE NIE ZUVOR



Saeco Xelsis – Ein Kaffeevollautomat ganz nach Ihrem Geschmack

Wie beginnt der perfekte Tag? Ganz einfach: Mit einem Kaffee, der genau nach Ihrem Geschmack ist. Gehen Sie keine Kompromisse zwischen maßgeschneiderter Vielfalt, höchster Qualität und einfacher Bedienung ein. So entsteht immer Ihr perfekter Kaffee. Erfahren Sie mehr unter: [www.saeco.com/xelsis](http://www.saeco.com/xelsis)

**PHILIPS**

Saeco, a Philips brand

VEGETARISCH

VORHER  
**Die Zutaten**



# In flotter Gesellschaft

Ein cremiger Risotto empfängt jungen Kohl und feine Pilze.  
Ein Linseneintopf staffiert sich aus mit Wintergemüse. Eine  
Rote-Bete-Tarte „from Leaf to Root“ steht kopf. Und warum ein  
Shepherd's Pie ohne Fleisch noch lange kein Unschuldslamm ist

REZEPTE MARCEL STUT FOTOS JORMA GOTTLWALD  
STYLING ISABEL DE LA FUENTE TEXT INKEN BABERG



NACHHER

## Kale-Risotto mit Pilzen

Kräuter- und Limonenseitlinge, mit jungem Kohl und Radicchio im cremigen Risotto vereint. Portwein und Balsamico runden ab, und Röstmandeln geben etwas Biss. Ergibt ein richtig feines Löffelgericht!

Rezept Seite 100

VORHER  
**Die Zutaten**





NACHHER  
**Gestürzte Rote-Bete-Blätterteig-Tarte**

Rote Bete und Zwiebeln garen in süßlich-würziger Marinade und backen unter Blätterteig zu Ende. Das Rote-Bete-Grün geht separat als Beilagensalat an den Start. From Leaf to Root – so gut! **Rezept Seite 100**



VORHER  
**Die Zutaten**





NACHHER  
**Vegetarischer Dinkel-Shepherd's-Pie**

Kartoffeln sind ein Muss, und Dinkel sorgt für den Biss. Das Unschuldslamm unter den Schäfer-Aufläufen hält aber auch einiges an Gemüse unterm Käsedeckel – und hat die Sauce gleich dabei. **Rezept Seite 102**

VORHER  
**Die Zutaten**





Vegan

NACHHER

## Linseneintopf mit Grünkohl und Kürbis

Buntes Herbstgemüse und zweimal Hülsenfrüchte  
arrangieren wir als herhaft-deftigen Einheizer  
mit knackiger Granatapfelgarnitur. Und einfrieren lässt  
er sich auch. **Rezept Seite 102**



Foto Seite 93

## Kale-Risotto mit Pilzen

\* EINFACH, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

- 75 ml Portwein
- 75 ml Aceto balsamico
- 1 El brauner Zucker
- 40 g Mandelkerne
- 150 g Curly Kale (junges Grünkohl)
- 60 g Radicchio
- 150 g Limonenseitlinge (siehe Zutaten-Info)
- 150 g Kräuterseitlinge
- 40 g italienischer Hartkäse (z.B. Parmesan)

- 1 l Gemüsebrühe
- 1 Zwiebel (60 g)
- 1 Knoblauchzehe
- 7 El Olivenöl
- 1 Bio-Zitrone
- 300 g Risotto-Reis (z.B. Carnaroli)
- Pfeffer
- 50 g Butter
- 1 Zweig Rosmarin

1. Portwein, Balsamessig, Zucker und 40 ml Wasser in einem Topf erhitzen und sirupartig einkochen.
2. Mandeln grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Kale und Radicchio putzen, waschen und trocken schleudern. Radicchio in 1–2 cm breite Streifen schneiden. Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Parmesan fein reiben. Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen.
3. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln. 3 El Öl in einem Topf erhitzen. Knoblauch und Zwiebeln darin glasig dünsten. Zitrone heiß waschen und trocken reiben. 2 Tl Zitronenschale fein abreiben und 3 El Zitronensaft auspressen. Reis zu Zwiebeln und Knoblauch in den Topf geben und unter Rühren 2–3 Minuten mitdünsten. Mit Zitronensaft ablöschen. Etwas heiße Brühe zugeben, bis der Reis knapp bedeckt ist. Unter gelegentlichem Rühren garen, bis die Flüssigkeit fast vollständig vom Reis aufgenommen wurde. Erneut Brühe zugeben, bis der Reis knapp bedeckt ist. Auf diese Weise den Risotto in 20–25 Minuten bissfest garen.
4. Inzwischen 2 El Öl in einer Pfanne erhitzen. Kale und Radicchio darin 2–3 Minuten scharf anbraten, salzen, pfeffern und herausnehmen. Restliches Öl und 10 g Butter in der Pfanne stark erhitzen. Pilze mit dem Rosmarin darin goldgelb braten, mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend auf dem ausgeschalteten Herd warm stellen.
5. Kale und Radicchio zum Risotto geben, untermischen und 2–3 Minuten mitgaren. Risotto vom Herd nehmen, mit der restlichen Butter und dem Parmesan glatt rühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Risotto mit den Pilzen anrichten und mit der Portweinreduktion beträufelt. Mit Mandeln, Pfeffer und Zitronenabrieb bestreuen und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1 Stunde**PRO PORTION** 16 g E, 36 g F, 77 g KH = 732 kcal (3067 kJ)

**Zutaten-Info** Limonenseitlinge sind hellgelbe Zuchtpilze mit kurzem Stiel, 2–5 cm großem Hut und feinem, leicht säuerlichen Geschmack. Sie sind ganzjährig im gut sortierten Supermarkt, Gemüse- oder Feinkosthandel erhältlich (z.B. bei Edeka oder im Frischeparadies) und eignen sich auch für den Rohverzehr.



Foto Seite 95

## Gestürzte Rote-Bete-Blätterteig-Tarte

\* EINFACH, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

- 500 g Rote Bete mit Grün
  - 3 rote Zwiebeln (ca. 180 g)
  - 8 El Olivenöl
  - 4 El Aceto balsamico
  - Salz • Pfeffer • Zucker
  - 2 Sternanis
  - 1 Tl Fenchelsaat
  - 1 Rolle Blätterteig (Kühlregal)
  - 2 El Butter (20 g)
  - 1 El körniger Senf
  - 1 Tl Ahornsirup
  - 2 Stiele Dill
- Außerdem: Mehl zum Bearbeiten

1. Rote Bete putzen, die zarten Blätter in kaltes Wasser legen. Bete schälen (mit Küchenhandschuhen arbeiten!) und in ca. 2 cm breite Spalten schneiden. Zwiebeln in ca. 2 cm breite Spalten schneiden. 4 El Öl, 2 El Balsamessig,  $\frac{1}{2}$  Tl Salz, Pfeffer, 3 Tl Zucker, Sternanis und Fenchelsaat in einer Schale mischen. Bete und Zwiebeln zugeben, mischen und 10 Minuten ziehen lassen.
2. Inzwischen Blätterteig auf der bemehlten Arbeitsfläche leicht ausrollen, mithilfe einer ofenfesten Pfanne (25 cm Ø) kreisrund ausschneiden (siehe Tipp). Teig abgedeckt kalt stellen.
3. Rote-Bete-Mischung und Butter in der Pfanne verteilen, mit Alufolie abdecken und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Gas 3, Umluft 180 Grad) 50 Minuten auf der mittleren Schiene backen. Pfanne aus dem Ofen nehmen, Folie entfernen. Blätterteig in die Pfanne auf das Gemüse legen und am Rand andrücken. Teig mehrmals mit der Gabel einstechen. Tarte im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad (Gas 3–4, Umluft 20–25 Minuten bei 210 Grad) auf der untersten Schiene 25–30 Minuten backen.
4. Inzwischen für den Salat restliches Öl, restlichen Essig, Senf und Ahornsirup verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Rote-Bete-Blätter abtropfen lassen. Vom Dill die Spitzen abzupfen. Einige Rote-Bete-Blätter und Dillspitzen beiseitelegen. Restliche Rote-Bete-Blätter und Dill mit dem Dressing mischen.
5. Tarte aus dem Ofen nehmen und 2 Minuten ruhen lassen. Am besten mithilfe eines Tortenretters vorsichtig auf eine Platte stürzen. Tarte mit Rote-Bete-Blättern und Dill garnieren, salzen, pfeffern und sofort servieren. Salat separat dazu servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 30 Minuten plus Garzeit 1:10–1:20 Stunden**PRO PORTION** 5 g E, 39 g F, 38 g KH = 546 kcal (2289 kJ)

**Tipp** Teigreste in Quadrate, dann in Dreiecke schneiden, zu Mini-Brezeln formen und im heißen Backofen kurz ausbacken.

**MARCEL STUT**

»e&amp;t«-Koch

**„Etwas Blauschimmel- oder Ziegenkäse als Topping nach dem Backen gibt der süßlich-würzigen Tarte einen frischen, pikanten Kick.“**

# Vegane Cordon Bleus und Quinoa

**Zutaten**  
für 4 Personen

- 250 g Quinoa
- 60 g Feldsalat
- 60 g Rucola
- 500 g rote Bete (vorgegart, geschält)
- 50 g Walnusskerne
- 4 EL Balsamico Essig
- 1 TL Agavendicksaft
- 1 TL Senf
- 4 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 80 g Granatapfelkerne
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 Packungen Vegane Mühlen Cordon Bleu

**Zubereitung**

1. Quinoa nach Packungsanweisung zubereiten. Inzwischen Feldsalat und Rucola gründlich waschen und abtropfen lassen. Rote Bete in mundgerechte Stücke schneiden. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, abkühlen lassen und grob hacken.
2. Balsamico, Agavendicksaft, Senf und Olivenöl verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alle vorbereiteten Zutaten und Granatapfelkerne vermengen.
3. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Cordon Bleus darin von beiden Seiten ca. 8 Minuten goldbraun braten. Salat und Cordon Bleus gemeinsam servieren.

**Zubereitungszeit**

ca. 30 Minuten

**Nährwerte pro Portion**

Brennwert  
2.795 kJ  
(665 kcal)

Eiweiß  
30 g

Fett  
35 g

Kohlenhydrate  
58 g

öffnen und auf tippen,  
um Ideen zu erhalten

AUCH  
VEGAN:

**RÜGENWALDER MÜHLE**  
Familienunternehmen seit 1834



Foto Seite 97

## Vegetarischer Dinkel-Shepherd's-Pie

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH

Für 4–6 Portionen

- 200 g Möhren
- 200 g Knollensellerie
- 600 g Steckrübe
- 150 g Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 5 Stiele glatte Petersilie
- 4 EL Olivenöl
- 120 g Butter
- 200 g passierte Tomaten
- 2 EL Sojasauce
- 250 g Kochdinkel (Bioladen; siehe Tipp)
- 1 l Gemüsebrühe
- 2 Zweige Rosmarin
- 3 Lorbeerblätter
- 1,2 kg vorwiegend festkochende Kartoffeln
- Salz
- 100 g TK-Erbsen
- Pfeffer
- 80 g Cheddar
- 150 ml Milch
- Außerdem: ofenfester Bräter (24 cm Ø, ca. 10 cm hoher Rand), Kartoffelpresse

**1.** Möhren, Sellerie und Steckrübe schälen. Möhren und Sellerie in ca. 5 mm große Würfel schneiden. Steckrübe in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln.  $\frac{2}{3}$  der Petersilie mittelfein hacken. Öl in einem ofenfesten Bräter (24 cm Durchmesser, ca. 10 cm hoher Rand) erhitzen. Steckrübe darin scharf anbraten. 40 g Butter, Sellerie, Möhren, Zwiebeln und Knoblauch zugeben und unter gelegentlichem Rühren 8–10 Minuten glasig dünsten.

**2.** Tomaten und Sojasauce zugeben, 3–4 Minuten mitdünsten. Dinkel zugeben, mit Brühe auffüllen. Petersilie, Rosmarin und Lorbeer zugeben und unter gelegentlichem Rühren 25–30 Minuten garen, bis der Dinkel weich, aber noch bissfest ist (gegebenenfalls etwas Wasser zugeben). Inzwischen Kartoffeln schälen, je nach Größe vierteln oder halbieren und in kochendem Salzwasser weich garen.

**3.** Erbsen zur Gemüse-Dinkel-Mischung geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**4.** Käse fein reiben. Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen und durch die Kartoffelpresse drücken. Restliche Butter und Milch untermischen. Käse unterheben und mit Salz würzen. Kartoffelmasse auf der Gemüse-Dinkel-Mischung verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Gas 3, Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 45–50 Minuten goldgelb backen.

**5.** Restliche Petersilie fein hacken. Pie 5 Minuten ruhen lassen, mit Petersilie bestreuen und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 45 Minuten plus Garzeit 1:30 Stunden

**PRO PORTION** (bei 6 Portionen) 18 g E, 29 g F, 63 g KH = 628 kcal (2631 kJ)

**Tipp** Statt Kochdinkel können Sie auch normalen Dinkel verwenden. Verglichen mit Kochdinkel hat er mehr Biss, und die Garzeit verlängert sich um mindestens ein Drittel.



Foto Seite 99

## Linseneintopf mit Grünkohl und Kürbis

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, VEGAN

Für 4 Portionen

- 400 g Grünkohl
- 200 g Knollensellerie
- 200 g Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 400 g Hokkaido-Kürbis
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Dose Kichererbsen (240 g Abtropfgewicht)
- 5 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 2 TL mildes geräuchertes Paprikapulver
- 200 g Berglinsen
- 3 Lorbeerblätter
- 1,5 l Gemüsebrühe
- 1 TL getrocknete Minze
- Salz
- Pfeffer
- 1 Granatapfel

**1.** Grünkohl putzen waschen, trocken schleudern und in Stücke zerzupfen. Sellerie schälen und in ca. 5 mm feine Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln. Kürbis putzen, entkernen und in ca. 2,5 cm große Würfel schneiden.  $\frac{2}{3}$  der Petersilie fein hacken. Kichererbsen im Sieb abtropfen lassen.

**2.** 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Grünkohl darin bei starker Hitze unter Rühren 3–4 Minuten braten und herausnehmen. Restliches Öl in den Topf geben und erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Sellerie darin unter Rühren glasig dünsten. Tomatenmark zugeben und unter Rühren anrösten. Paprikapulver zugeben und kurz mitrösten. Linsen, Grünkohl, Petersilie und Lorbeer zugeben und mit Gemüsebrühe auffüllen. Bei mittlerer Hitze 40–45 Minuten zugedeckt garen. Dabei ab und zu umrühren. Nach 20 Minuten Kürbis, Kichererbsen und Minze zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

**3.** Granatapfel halbieren. Zum Lösen der Kerne mit einem Holzlöffel über einem Gefäß auf die Schale schlagen, bis sich alle Kerne gelöst haben. Restliche Petersilienblätter abzupfen. Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit Granatapfelkernen und Petersilie bestreuen und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 20 Minuten plus Garzeit 50 Minuten

**PRO PORTION** 25 g E, 16 g F, 57 g KH = 529 kcal (2218 kJ)



MARCEL STUT

>e&t-<-Koch

*„Wer gern pikant isst, ersetzt mildes durch scharfes geräuchertes Paprikapulver oder würzt den Eintopf mit etwas mehr frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer.“*

3 AUSGABEN TESTEN



# Ganz nach Ihrem Geschmack.

Freuen Sie sich mit »essen & trinken« auf Genuss-Trends, köstliche Rezepte und viele wertvolle Tipps, mit denen Sie jedem Anlass die ganz besondere Note verleihen. Testen Sie 3 Ausgaben und sparen Sie 33 %.

Gleich bestellen!

**Ja,** ich möchte diese Vorteile mit  
»essen & trinken« genießen:

- **Frisch auf den Tisch**  
Jede Ausgabe pünktlich und portofrei im Briefkasten
- **Inspiration für jeden Anlass**  
Abwechslungsreiche Gerichte, die gelingen
- **Günstig – 33 % sparen**  
3 Ausgaben für nur 9,80 €



**02501/801 43 79**



[www.esSEN-UNd-trinken.de/minabo](http://www.esSEN-UNd-trinken.de/minabo)

Bitte Bestellnummer angeben: 026M046

Dies ist ein Aboangebot der Deutsche Medien-Manufaktur GmbH & Co. KG, Hülsebrockstr. 2-8, 48165 Münster, E-Mail: service@vg-dmm.de, Tel. 02501 8014379. Alle Preise sind Inlandspreise inkl. MwSt. & Versand. Weitere Infos: [www.esSEN-UNd-trinken.de/minabo](http://www.esSEN-UNd-trinken.de/minabo)

# DIM SUM

Die kunstvoll geschlossenen Teigtaschen mit würziger Füllung zählen zu den beliebtesten kulinarischen Importen Chinas.

»e&t«-Koch Michele Wolken füllt seine Dim Sum mit Perlhuhn oder Garnelen und zeigt, wie sie einfach zu verschließen sind

Die Garnelenfüllung (vorne) würzt unser Koch mit Ingwer und Sojasauce, die Perlhuhnfüllung mit einem Schuss Sherry



**MICHELE WOLKEN**  
»e&t«-Koch

„Für die Dim Sum nutze ich nicht nur das Fleisch der Garnelen, sondern auch die Karkassen, die sonst weggeworfen würden. Aus ihnen mache ich die Sauce. Dabei sollten man die Köpfe und Schalen nicht abspülen – in ihnen steckt der Geschmack!“

## DIM SUM MIT PERLHUHN

### \*\* MITTELSCHWER, RAFFINIERT

Für 2–4 Portionen

- 12 runde Wan-Tan-Blätter (à 8–9,5 cm Ø; TK, zum Dämpfen; Asia-Laden)
  - 150 g Perlhuhnbrust (beim Geflügelhändler vorbestellen)
  - 1 Ei trockener Sherry
  - 1 Eiweiß (KI. M) • 2 TL Schlagsahne
  - Salz • 1 Msp. Cayennepfeffer
  - 1 kleine Möhre (40 g)
  - 2 Stiele krause Petersilie
- Außerdem: Blitzhacker, Einwegspritzbeutel, Dämpfkorb, perforiertes Backpapier (Asia-Laden), Wok (ersatzweise Topf mit Dämpfeinsatz)

1. Am Vortag Wan-Tan-Blätter am besten über Nacht in der geschlossenen Packung im Kühlschrank auftauen lassen.

2. Am Tag danach für die Füllung vom Perlhuhnbrust die Haut abziehen, Häutchen und Sehnen entfernen. Fleisch vom Flügelknochen abschneiden, in feine Würfel schneiden und in einer Schüssel mit dem Sherry mischen. Messer und Behälter eines Blitzhackers 10 Minuten in den Tiefkühler stellen. Fleisch in 2 Portionen mit Salz, je der Hälfte Eiweiß und 1 TL Sahne im Blitzhacker zu einer feinen Masse mixen, mit Cayenne abschmecken. 20 Minuten kalt stellen.

3. Inzwischen Möhre putzen, schälen und anschließend sehr fein raspeln. Petersilienblätter abzupfen, fein schneiden. Möhren und Petersilie mit der Farce gut mischen, in einen Einwegspritzbeutel geben und bis zum Gebrauch kalt stellen.

4. Mit dem Spritzbeutel ca. 1 TL Füllung in die Mitte eines Wan-Tan-Blatts spritzen (siehe links, Foto 1), Teigrand anfeuchten (Foto 2), nach oben zusammenschlagen (Foto 3), um die Füllung drapieren (Foto 4), dann leicht zudrehen. Restliche Teigblätter und Füllung ebenso verarbeiten (siehe Tipp). Dabei in 3–4 Durchgängen arbeiten und die Blätter mit einem feuchten Küchentuch geschmeidig halten.

5. Dämpfkorb mit passend zugeschnittenem perforiertem Backpapier (alternativ normales Backpapier in regelmäßigen Abständen mit einer Nadel oder Schere durchstechen) auslegen. Gefüllte Teigtaschen mit Abstand zueinander portionsweise in den Dämpfkorb legen. Wok ca. 3 cm hoch mit Wasser füllen, das Wasser zum Kochen bringen. (Die Dim Sum sollen nicht mit dem Wasser in Berührung kommen.) Korb mit dem Deckel verschließen und in den Wok stellen. Dim Sum anschließend in 2 Portionen in 6–8 Minuten über Dampf garen.

6. Dim Sum in 2 Portionen servieren. Sojasauce (siehe folgendes Rezept „Dim Sum mit Garnele“, Seite 106) und Garnelensauce (siehe Rezept Seite 106) separat dazu servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1:45 Stunden plus Auftauzeit über Nacht

**PRO PORTION** (bei 4 Portionen) 12 g E, 2 g F, 14 g KH = 124 kcal (524 kJ)

**Tipp** Reste der Füllung als Mini-Buletten braten, am nächsten Tag als Snack essen.



**1**  
**Zum Füllen** ca. 1 TL Füllung mit dem Einwegspritzbeutel in die Mitte des Wan-Tan-Blatts spritzen.



**2**  
**Zum Befestigen** den Rand des gefüllten Wan-Tan-Blatts mit dem Finger mit etwas Wasser befeuchten.



**3**  
**Zum Formen** den Rand nach oben zusammenschlagen, dabei die Füllung mittig leicht fixieren.

**4**  
**Zum Verschließen** Teig mit Daumen und Zeigefinger in Kniffen um die Füllung herum drapieren und leicht zudrehen.

# **DIM SUM MIT GARNELE**

## **\*\* MITTELSCHWER**

Für 2–4 Portionen

- 12 runde Wan-Tan-Blätter (à 8–9,5 cm Ø; TK, zum Dämpfen; Asia-Laden)
- 2 TL helle geschälte Sesamsaat
- 1 EL Puderzucker
- 8 EL Sojasauce • 3 EL Fischsauce
- 5 TL Limettensaft
- 2 TL geröstetes Sesamöl
- 6 Garnelen (mit Kopf und Schale, à 50 g)
- 10 g frischer Ingwer
- 1 Frühlingszwiebel
- 2 Stiele Koriandergrün
- 1 Eiweiß (KL. M)

Außerdem: Dämpfkorb, perforiertes Backpapier (Asia-Laden), Wok (ersatzweise Topf mit Dämpfeinsatz)

**1.** Am Vortag Wan-Tan-Blätter am besten über Nacht in der geschlossenen Packung im Kühlschrank auftauen lassen.

**2.** Am Tag danach für die Sauce Sesam in der Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Puderzucker mit 6 EL Sojasauce, Fischsauce und 4 TL Limettensaft verrühren. Sesam -öl zugeben, beiseitestellen.

**3.** Für die Füllung Garnelen schälen, Köpfe abtrennen. Garnelenschalen und -köpfe für die Sauce (siehe folgendes Rezept) bis zum Gebrauch kalt stellen. Garnelen abwaschen, eventuell am Rücken entlang mit einer Schere einschneiden und entdarmen.

Garnelen fein schneiden, in einer Schale kalt stellen. Ingwer schälen, fein würfeln. Frühlingszwiebel putzen, waschen und das Weiße und Hellgrüne fein schneiden. Korianderblätter abzupfen, fein schneiden. Ingwer, Frühlingszwiebeln, Koriandergrün, Eiweiß, restlichen Limettensaft und und restliche Sojasauce mit den Garnelen mischen, bis zum Gebrauch kalt stellen.

**4.** Boden des Dämpfkorbs mit Backpapier belegen. 1 gehäuften TL Füllung in die Mitte eines Wan-Tan-Blatts geben (siehe rechts, Foto 1). Teigrand rund um die Füllung wie ein leicht geöffnetes Säckchen zusammendrücken (Foto 2), Füllung ggf. mit einem Teelöffel etwas flach drücken (Foto 3). Säckchen mit der Unterseite leicht auf die Arbeitsfläche drücken, sodass es einen standfesten Boden erhält. Restliche Teigblätter und Füllung ebenso verarbeiten (siehe Tipp). Dabei in 3–4 Durchgängen arbeiten und die Blätter mit einem feuchten Küchentuch geschmeidig halten.



**Formen** Teigrand leicht oben zusammenschlagen, dabei die Füllung in der Mitte des Wan-Tan-Blatts fixieren.



**Drapieren** Teigrand um die Füllung herum mit Daumen und Zeigefingern zusammendrücken, sodass ein Säckchen entsteht.



**Fixieren** Füllung mit einem befeuchteten Teelöffel etwas flach drücken, damit sie nicht aus dem Säckchen herausquillt.

**5.** 4–6 Teigtaschen mit Abstand zueinander in den mit perforiertem Backpapier ausgelegten Dämpfkorb legen. Wok ca. 3 cm hoch mit Wasser füllen, das Wasser zum Kochen bringen. (Die Dim Sum sollen nicht mit dem Wasser in Berührung kommen.) Dämpfkorb mit dem Deckel verschließen und in den Wok stellen. Dim Sum in 2 Portionen je 5–6 Minuten über Dampf garen. In 2 Portionen mit Soja- und Garnelensauce (siehe folgendes Rezept) servieren.

## **ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde**

**PRO PORTION** (bei 4 Portionen) 14 g E, 3 g F, 24 g KH = 184 kcal (778 kJ)

**Tipp** Reste der Füllung als Mini-Buletten braten, am nächsten Tag als Snack essen.

## **GARNELENSAUCE**

### **\* EINFACH**

Für 4 Portionen

- 80 g Butter • 2 EL Olivenöl
- Köpfe und Schalen von 6 Garnelen (siehe vorheriges Rezept)
- 120 ml Wermut • Salz
- 1–2 Spritzer Zitronensaft
- ca. ½ TL Speisestärke
- 1–2 Dillästchen

**1.** Butter in kleine Würfel schneiden und bis zum Gebrauch kalt stellen.

**2.** Öl im breiten Topf erhitzen, Garnelenköpfe und -schalen darin bei mittlerer Hitze 8 Minuten braten. Mit Wermut ablöschen, stark einkochen. Mit 300 ml kaltem Wasser auffüllen und ca. 8 Minuten bei milder Hitze kochen lassen. Sauce durch ein feines Sieb in einen weiteren Topf gießen, gut abtropfen lassen und mit der Suppenkelle gut durchdrücken. Sauce auf 120 ml einkochen, leicht mit Salz und Zitronensaft würzen.

**3.** Garnelenfond aufkochen, mit in wenig kaltem Wasser angerührter Stärke binden (siehe Tipp). Butterflocken nach und nach unterrühren. Dillästchen abzupfen und fein schneiden. Garnelensauce mit Dill bestreuen, zu den Dim Sum servieren.

## **ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten**

**PRO PORTION** 0 g E, 21 g F, 2 g KH = 212 kcal (887 kJ)

**Tipp** Bindet man die Sauce mit etwas Stärke, braucht man weniger Butter. Und die Sauce lässt sich – langsam und vorsichtig – auch wieder erwärmen.



Die Teigtaschen garen über Dampf, allerdings dürfen sie nicht zu lange Hitze bekommen, sonst wird der Teig zäh

## CHINA-KRACHER

Mehr als nur gefüllte Teigtaschen.  
Dim Sum ist der Oberbegriff  
für köstliche Leckerbissen – und  
ein Lebensgefühl

### **HERZ IM KORB**

Um die Entstehung der Dim Sum ranken sich viele Legenden. Die schönste geht so: Ein Feldherr aus der Östlichen Jin-Dynastie (317–420) servierte seinen Soldaten nach einer gewonnenen Schlacht kleine Häppchen. Sein Dank an die Kämpfer kam, so seine überlieferten Worte, „von Herzen“. Auf diese Weise entstand der Name „Dim Sum“, der so viel bedeutet wie „das Herz berühren“.

### **ROLLENDES DIM-SUM-BUFFET**

„Let's go Yum Cha!“ Falls Sie jemals das Glück haben, diese Einladung von einem Einheimischen in China zu bekommen, sollten Sie ohne eine Sekunde zu zögern zusagen. Wörtlich übersetzt heißt es „Lass uns Tee trinken gehen“, gemeint ist aber ein ausgiebiges Dim-Sum-Essen in einem der vielen Teehäuser, die es im ganzen Land gibt. Dabei liegen nicht nur Teigtaschen in den Bambuskörben, die von Servicekräften in Servierwagen von Tisch zu Tisch gefahren werden, sondern allerlei andere Kleinigkeiten. Frittierte oder gedämpfte Hühnerfüße können dabei sein, gefüllte Mini-Knödel, Frühlingsrollen, pikanter Kuchen, gedämpftes Brot und Schweinerippchen. Die kantonesische Spezialität umfasst bis zu 1000 Leckereien. Meist gehen die Chinesen in großer Runde Dim Sum essen, es ist auch ein traditionelles Sonntagsessen für Familien.

Das Getränk dazu? Tee – oft literweise.



# Von ganzem Herzen

Unsere Köchin Hege Marie Köster spart sich den Einkauf im Feinkostladen und verschenkt ausschließlich Selbstgemachtes: deftige Räucherfisch-Pâté, strahlend schöne Ruby Crossies, Marmelade mit Schwips und ein besonders fruchtiges Duo aus Essig und Öl

REZEPTE HEGE MARIE KÖSTER FOTOS JORMA GOTTLWALD FOODSTYLING ACHIM ELLMER  
STYLING ISABEL DE LA FUENTE TEXT BENEDIKT ERNST

Das Auge schenkt mit:  
Mehr zu den Deko-Ideen  
unserer Stylistin finden  
Sie auf Seite 114





*With love*

### Geröstete Chilikerne

Schöner knuspern:  
Süßlich-scharf  
ummantelt und im  
Ofen geröstet hat der  
Kerne-Mix das Zeug  
zum Dauerbrenner.  
**Rezept Seite 113**





**Orangenöl und  
Passions-  
fruchtessig**

Schnell hergestellt und gut  
durchgezogen ist dieses Duo von  
Öl und Essig zur Stelle, wenn die  
besondere Note gefragt ist.

**Rezept Seite 113**

## Ruby-Mandel-Quinoa-Crossies

Bewundern Sie die süßen Hingucker mit rosa Kuvertüre nicht zu lange – sonst sind sie weg!

Rezept Seite 114





## Cheddar-Cracker und Joghurt-Gewürzbällchen

Aromatisch eingelegte Bällchen und würzige Cracker liefern den Beweis, dass sich Gegensätze durchaus anziehen.

**Rezept rechts**



Foto links

## Cheddar-Cracker und Joghurt-Gewürzbällchen

**\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH**

Für ca. 60 Cracker + 12 Joghurtbällchen

### JOGHURTBÄLLCHEN

- 1 kg stichfester Joghurt (3,5 % Fett)
  - Salz
  - 2 Knoblauchzehen
  - ca. 800 ml Olivenöl
  - 1 TL Koriandersaat
  - 1 TL Szechuanpfeffer
  - 1 Zweig Rosmarin
  - 3 Stiele Thymian
- CRACKER**
- 200 g Cheddar

- 200 g Mehl plus etwas zum Bearbeiten
  - 2 TL Backpulver
  - 2 TL Zucker
  - Salz
  - 200–220 ml Schlagsahne
  - 1 Eigelb (Kl. M)
- Außerdem: Mulltuch, Küchenthermometer, verschließbare Gläser (z.B. mit Bügelverschluss), runder Teigausstecher (4,5 cm Ø)

1. Am Vortag für die Bällchen Joghurt mit ½ EL Salz verrühren. Ein Mulltuch in kaltem Wasser einweichen und gut ausdrücken. Mulltuch überlappend in ein Sieb legen, Sieb über eine Schüssel hängen. Joghurt in das Sieb geben und mit den Ecken des Mulltuchs bedecken. Joghurt mit einem kleinen Teller und einer vollen Konservendose beschweren und im Kühlschrank über Nacht, mindestens aber für 12 Stunden abtropfen lassen.
  2. Knoblauchzehen andrücken. Olivenöl in einem Topf mit Knoblauch, Gewürzen und Kräutern verrühren, auf 80 Grad erwärmen (Thermometer benutzen!), vom Herd nehmen, vollständig abkühlen lassen und in verschließbare Gläser füllen.
  3. Am nächsten Tag aus dem abgetropften Joghurt mit leicht geölten Händen 12 golfballgroße Bällchen formen und vorsichtig in das Gewürzöl gleiten lassen. Gläser verschließen und die Bällchen 3 Tage im Kühlschrank durchziehen lassen.
  4. Für die Cracker Cheddar fein reiben und mit Mehl, Backpulver, Zucker und 1 TL Salz mischen. Sahne unterrühren. Masse auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem glatten Teig kneten und in 2 Portionen teilen.
  5. Teigportionen nacheinander auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 3 cm dick ausrollen und mit einem Ausstecker Cracker ausstechen. Den restlichen Teig dabei immer wieder zusammenkneten, erneut ausrollen und Cracker ausstechen. Cracker auf 2 mit Backpapier belegte Backbleche geben.
  6. Eigelb mit 1–2 EL Wasser mischen und die Cracker damit bestreichen. Mit Salz bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) 12–15 Minuten goldbraun backen.
- ZUBEREITUNGSZEIT** 50 Minuten plus Abtropfzeit mindestens 12 Stunden plus Ziehzeit 3 Tage  
**PRO CRACKER/BÄLLCHEN** 1/3 g E, 2/8 g F, 3/3 g KH = 38/102 kcal (159/425 kJ)

**Tipp** Kühl und dunkel gelagert halten sich unsere Joghurtbällchen 5–6 Tage.



Foto Seite 109

## Geröstete Chilikerne

**\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH**

Für 300 g

- 1 Bio-Zitrone
  - 1 EL Zucker • Salz
  - 1 TL mittelscharfes Currypulver
  - 1 TL mildes geräuchertes Paprikapulver
  - ½ TL Chiliflocken
  - ½ TL Pfeffer (frisch gemahlen)
  - 1 Eiweiß (Kl. M)
  - 300 g gemischte Kerne (z.B. „Vital-Kerne-Mix“ von Seeberger)
- Außerdem: verschließbares Glas

1. Zitrone heiß waschen und trocken reiben. Zitronenschale fein abreiben, 2 TL Saft auspressen. Zitronenschale mit Zucker und 1 TL Salz im Mörser zerreiben und in eine Schüssel geben. Curry- und Paprikapulver, Chiliflocken, Pfeffer, Eiweiß, Zitronensaft und Kerne zugeben und gut mischen.

2. Kerne auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft nicht empfehlenswert) 10–12 Minuten rösten. Nach 6 Minuten die Kerne wenden.

3. Kerne nach dem Ende der Röstzeit in eine Schale geben, vollständig abkühlen lassen und in ein verschließbares Glas füllen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 30 Minuten plus Abkühlzeit  
**PRO PORTION** (30 g) 7 g E, 15 g F, 5 g KH = 196 kcal (824 kJ)

**Tipp** Kühl und trocken gelagert halten sich die Kerne 1 Woche.



Foto Seite 110

## Orangenöl und Passionsfruchteessig

**\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, VEGAN**

Für 500 ml Öl und 300 ml Essig

### ORANGENÖL

- 2 Bio-Orangen
- 500 ml Olivenöl

### PASSIONSFRUCHTESSIG

- 8 Passionsfrüchte
- 100 ml Weißweinessig
- 30 g Zucker

1. Orangen heiß waschen, trocken reiben, die Schale mit dem Sparschäler sehr dünn abschälen. Orangensaft auspressen (ca. 150 ml) und für den Essig beiseitestellen. Orangenschale in sterilisierte Flasche geben und mit Olivenöl auffüllen. Öl an einem dunklen, kühlen Ort 3–4 Tage ziehen lassen.

2. Für den Essig Passionsfrüchte halbieren. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen, in hohen Rührbecher geben, kurz mit dem Schneidstab pürieren und durch ein Sieb geben. Passionsfruchtsaft (ca. 120 ml), beiseitegestellten Orangensaft, Essig und Zucker in einen Topf geben. 6–8 Minuten einkochen lassen, dabei aufsteigenden Schaum abschöpfen. In sterilisierte Flasche füllen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 15 Minuten plus Ziehzeit 3–4 Tage  
**PRO EL Öl/Essig** 0/0 g E, 10/0 g F, 0/2 g KH = 93/9 kcal (389/40 kJ)

**Tipp** Kühl und dunkel gelagert halten sich Öl und Essig mindestens 4 Wochen.



Foto Seite 111

## Ruby-Mandel-Quinoa-Crossies

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 20 Stück

- |  |                                    |
|--|------------------------------------|
| • 50 g Zucker  | • 2 g gefriergetrocknete Himbeeren |
| • 200 g Mandelstifte   | • 5 g Quinoa-Pops (Naturkostladen) |
| • 3–4 Msp. Lebkuchengewürz   | Außerdem: Küchenthermometer        |
| • 2–3 Prisen Fleur de sel  |                                    |
| • 250 g Ruby-Kuvertüre (von Callebaut; z. B. über <a href="http://www.hobbybaecker.de">www.hobbybaecker.de</a> ) |                                    |

1. Zucker mit 50 ml Wasser aufkochen und 2–3 Minuten sirupartig einkochen lassen. Mandelstifte auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad (Gas 3–4, Umluft 200 Grad) auf der 2. Schiene von unten 10–15 Minuten hellbraun rösten. In den letzten 3 Minuten den Zuckersirup über die Mandeln gießen und gut verteilen. Mandeln aus dem Ofen nehmen, mit Lebkuchengewürz bestäuben, mit Fleur de sel bestreuen und gut vermischen (der Zuckersirup sollte jetzt so dickflüssig sein, dass die Mandeln zusammenkleben, aber noch formbar sind). Mandeln vollständig abkühlen lassen und in eine Arbeitsschale umfüllen.
2. Kuvertüre grob hacken, in einem Schlagkessel über dem heißen Wasserbad schmelzen und auf ca. 40 Grad erhitzen (Thermometer benutzen!). 1–2 Backbleche mit Backpapier belegen. Himbeeren in feine Stücke zerbröseln. Mandelmischung zügig in der Arbeitsschale mit der Kuvertüre mischen. Mit 2 Teelöffeln Mandelhäufchen (à ca. 3 cm Ø) formen und auf den Backblechen verteilen. Mit Quinoa-Pops und Himbeeren bestreuen. Crossies mindestens 1 Stunde kalt stellen, bis die Kuvertüre fest ist. In Keksdosen zwischen Lagen von Backpapier kühl und trocken lagern.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1 Stunde plus Kühlzeit mindestens 1 Stunde  
**PRO PORTION** 3 g E, 9 g F, 10 g KH = 142 kcal (594 kJ)

**Tipp** Kühl und trocken gelagert halten die Ruby-Mandel-Quinoa-Crossies ca. 1 Woche.

*„Die tolle Farbe der Kuvertüre ist nicht künstlich, sie kommt tatsächlich von der besonderen Ruby-Kakaobohne. Mit ihrem fruchtig-säuerlichen Geschmack ist sie eine echte Entdeckung.“*

»e&t«-Köchin Hege Marie Köster

Foto rechts

## Räuchersaiblings-Pâté

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 2 Terrinen (à 200 ml Inhalt)

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| • 200 g geräuchertes Saiblingfilet (ersatzweise Forellenfilet) | • 15 g frischer Meerrettich      |
| • 125 g Stremellachs   | • 1 Tl Bio-Zitronenschale        |
| • 150 g Crème frâiche  | • 1–2 El Zitronensaft            |
| • 100 g Rote Bete (vorgegart; vakuumiert)                      | • 4 Stiele Dill • Salz • Pfeffer |
- Außerdem: 2 Terrinen (z. B. Mini-Cocottes, à 200 ml Inhalt)

1. Saiblingsfilet von eventuellen Gräten befreien und mit dem Lachs und der Crème frâiche im Blitzhacker fein pürieren.
2. Rote Bete in kleine Würfel schneiden. Meerrettich fein reiben und mit Zitronenschale, Zitronensaft und Rote Bete mischen. Dillästchen abzupfen, fein schneiden und unterheben. Fischcreme mit Roter Bete mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pâté in Terrinen füllen und abgedeckt kalt stellen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 30 Minuten

**PRO PORTION** (30 g) 5 g E, 5 g F, 1 g KH = 72 kcal (300 kJ)

**Tipp** Die Pâté hält sich im Kühlschrank 2–3 Tage.



### Die äußeren Werte

Wenn es um Geschenke geht, können sich unsere Stylistinnen richtig austoben! Isabel de la Fuente hat sich diesmal für eine elegante Optik zwischen Grün und Blau mit ein wenig goldenem Glanz entschieden. Durch verschiedene Materialien und Texturen ergibt sich eine ganze Reihe an Kombinationsmöglichkeiten – werden Sie kreativ! Seidenpapier: Caspari; Satinbänder und Papieranhänger: Paper Poetry; Gläser und Geschenkbandrolle: Søstrene Grene; Papierkleberrollen: MT Masking Tape; Sticker: Idee (Adressen Seite 164).

## Pâté vom geräucherten Saibling

Getoppt mit frischem Rote-Bete-Tatar wird Räucherfisch zum perfekten Aufstrich für alle, die es herhaft mögen.

**Rezept links**





## Grapefruit-Aperol-Marmelade

Wir erheben unser Marmeladenglas auf diesen süß-herben Aufstrich, der nicht nur beim Sektfrühstück für beste Stimmung sorgt.

**Rezept rechts**

## Grapefruit-Aperol-Marmelade

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Gläser (à 250 ml Inhalt)

- 10 rosa Grapefruits      Außerdem: 4 sterilisierte Twist-off-Gläser (à 250 ml Inhalt)
- 100 ml Aperol
- 500 g Gelierzucker (2:1)

**1.** Grapefruits mit einem scharfen Messer so schälen, dass die weiße Haut komplett entfernt wird. Filets zwischen den Trennhäuten herausschneiden, Saft dabei auffangen.

**2.** Grapefruitfilets mit Grapefruitsaft und Aperol in einen Topf geben. (Das Gesamtgewicht sollte 800 g betragen.) Gelierzucker zugeben, erhitzen und 4 Minuten sprudelnd kochen, dabei den Schaum abschöpfen. Marmelade sofort in sterilisierte Twist-off-Gläser füllen. Gläser verschließen und 15 Minuten auf den Deckel stellen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 45 Minuten

**PRO PORTION** (20 g) 0 g E, 0 g F, 11 g KH = 50 kcal (215 kJ)

**Tipp** Verschlossen und kühl gelagert hält sich die Marmelade 3–4 Monate.

*„Auch nach dem Kochen verbleibt ein kleiner Rest Alkohol.“*

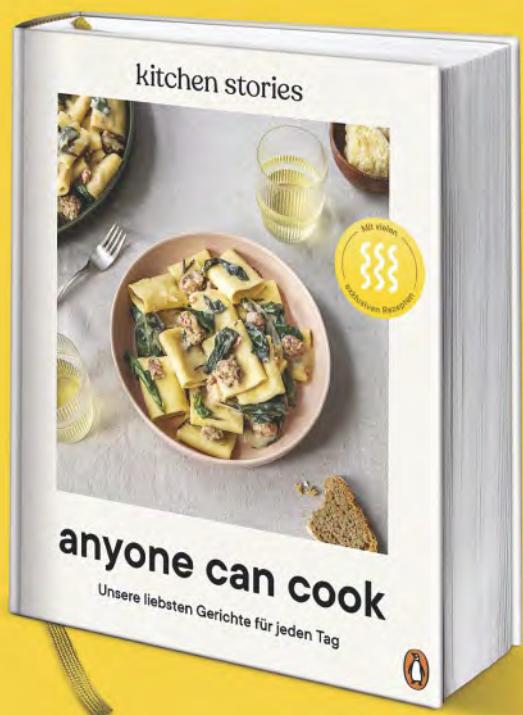
*Wer die Marmelade komplett alkoholfrei zubereiten will, findet heute auch alkoholfreie Alternativen zum Aperol im Spirituosenfachhandel, zum Beispiel „Undone Italian Bitter“.*

»e&t«-Köchin Hege Marie Köster

# Jeder kann kochen.

Mit Kitchen Stories ist Kochen ganz einfach.

Denn das Erfolgsrezept der beliebten Koch-App – viel Kreativität und klare Step-by-Step-Anleitungen – gibt es jetzt auch als Buch. Mit vielen Bildern, zahlreichen neuen Rezepten und spannenden Hintergrundartikeln aus der Kitchen-Stories-Küche. Die ideale Inspiration für Köche jeden Alters und Levels, zum Ausprobieren, Improvisieren, Selber-schwelgen und Verschenken.



Pappband, 320 Seiten mit zahlreichen Farb-Abb., 26,00 €



PENGUIN VERLAG

Es gibt viel zu entdecken.

# DER BESTE LEBENSPLAN? WENIGER PLÄNE MACHEN.

**Brigitte Woman**

**Das neue NORMAL**  
Was macht das Homeoffice mit uns?

**BEZIEHUNG**  
Zusammen sein, getrennt leben

**BREGENZERWALD**  
Einmal Käsknöpfle und Schnee, bitte!

**HOMÖOPATHIE**  
Ja oder nein? Die ewige Glaubensfrage

**SCHÖNHEIT**  
Hightech im Home-Spa

**TYPISCH WESSI, TYPISCH OSS!**  
Eine deutsch-deutsche Freundschaft

**OHNE ALKOHOL**  
Diese Drinks sind einfach köstlich

**LASS LOCKER!**  
Viel zu oft stehen wir uns selbst im Weg:  
So lösen sich die Selbstblockaden

**Jetzt! im Handel!**

DEIN LEBEN.  
**DEINE WOMAN.**

Direkt bestellen unter  
040/5555-8991 oder  
[brigitte-woman.de/jetzt](http://brigitte-woman.de/jetzt)



»e&amp;t«-Bäckerin Hege Marie Köster

# Schöner wohnen

Das feine Quartier aus Lebkuchenteig ist auf fruchtigem Biskuit-Fundament gebaut. Überall in den tief verschneiten Gassen duftet es nach Weihnachten

REZEPTE HEGE MARIE KÖSTER FOTOS JULIA HOERSCH  
STYLING KATJA RAHTJEN TEXT STEFANIE MEYER

Ein Hügel aus Mascarpone-Sahne bildet den Mittelpunkt der kleinen Siedlung

große  
Backschule  
78. Folge



# Orangen-Gingerbread-Torte

\*\* MITTELSCHWER, LÄSST SICH GUT VORBEREITEN, RAFFINIERT

Für 12 Stücke

## LEBKUCHENTEIG

- 125 g Butter
- 250 g Honig
- 100 g Zucker
- 500 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 1 Ei Kakao
- 2 TL Lebkuchengewürz
- Salz
- 1 Ei (Kl. M)

## BISKUITBODEN

- 75 g Butter
- 6 Eier (Kl. M)
- Salz
- 180 g Zucker
- 150 g Mehl
- 30 g Kartoffelmehl
- 1 Ei Kakao
- 1 TL Lebkuchengewürz
- 1 TL Bio-Orangenschale
- 6 Ei Orangenmarmelade
- 8–10 Ei Orangensaft  
(frisch gepresst)

## MASCARPONECREME

- 550 ml Konditorsahne  
(35% Fett)
- 250 g Mascarpone  
(z.B. von Galbani)
- 50 g Puderzucker plus  
1 Ei Puderzucker (zum  
Bestäuben)

## ZUCKERGUSS

- 1 Eiweiß (vom Lebkuchen-  
teig)
  - 250 g Puderzucker
  - 1–2 Ei Zitronensaft
- Außerdem: Springform  
(26 cm Ø), Lineal, Tortenret-  
ter, Spritzbeutel mit Loch-  
tülle (1 cm Ø), Zahnstocher

**1.** Für den Lebkuchenteig Butter, Honig und Zucker in einem Topf langsam aufkochen und abkühlen lassen. Restliche Zutaten in einer Schüssel mischen. Abgekühlte Honigmasse in die Schüssel geben und mit den Knethaken des Handrührers zu einem glatten Teig kneten. Masse auf ein Stück Backpapier geben, flach drücken, eingewickelt mindestens 2 Stunden, besser über Nacht, kalt stellen.

**2.** Für den Biskuit Butter zerlassen und abkühlen lassen. Eier trennen, dabei 1 Eiweiß (für den Zuckerguss) kalt stellen. Eiweiße und 1 Prise Salz mit den Quirlen des Handrührers schaumig rühren. Zucker langsam einrieseln lassen und sehr steif schlagen. Eigelbe unterrühren. Mehl, Kartoffelmehl, Kakao und Lebkuchengewürz mischen, sieben und mit der Orangenschale in 3 Portionen unter die Eiermasse heben. Abgekühlte Butter unterrühren.

**3.** Teig in eine am Boden mit Backpapier belegte Springform füllen und glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) 30–35 Minuten, auf der 2. Schiene von unten backen. Biskuit in der Form auf einem Gitter abkühlen lassen.

**4.** Für die Mascarponecreme 400 ml Sahne steif schlagen, restliche Sahne (um später den Tortenrand damit zu bestreichen) kalt stellen. Mascarpone und Puderzucker in einer Schüssel glatt rühren und unter die geschlagene Sahne heben, anschließend kalt stellen.

**5.** Biskuitboden aus der Form lösen, Backpapier entfernen und mit einem langen Sägemesser 2-mal waagerecht teilen. Backform säubern und 1 Boden wieder in die Form legen.

**6.** Orangenmarmelade und Orangensaft aufkochen, durch ein feines Sieb streichen. Die Hälfte des Orangensafts auf den Biskuitboden träufeln und verstreichen.  $\frac{1}{3}$  Mascarponecreme daraufgeben, glatt streichen und mit dem

zweiten Biskuit belegen, leicht andrücken. Restlichen Orangensaft darüberträufeln und verstreichen, dann  $\frac{1}{3}$  Mascarponecreme daraufgeben und glatt streichen. Restlichen Boden am besten mithilfe eines Tortenretters auf die Creme heben und mit restlicher Mascarponecreme bestreichen, kalt stellen.

**7.** Lebkuchenteig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche 3 mm dick ausrollen. Mit einem Pizza-Roller oder Messer kleine Häuser in verschiedenen Größen (insgesamt ca. 50 cm breit, für den Tortenumfang) und 4–5 Tannen ausschneiden. Restlichen Teig zu Plätzchen verarbeiten. Lebkuchen nacheinander auf mit Backpapier belegten Backblechen, im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) in 10–12 Minuten backen, abkühlen lassen.

**8.** Für den Zuckerguss restliches Eiweiß (vom Biskuit), Puderzucker und Zitronensaft glatt rühren, in einen kleinen Spritzbeutel aus Backpapier füllen (siehe Tipp und Foto 13, Seite 122), Spitze abschneiden und die Lebkuchenhäuser und -tannen verzieren.

**9.** Restliche Sahne (von der Mascarponecreme) steif schlagen. Torte aus der Form lösen, Rand mit einem Teil der Sahne bestreichen, restliche geschlagene Sahne in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen. Kurz vor dem Servieren Lebkuchenhäuser am Rand der Torte festdrücken, Oberfläche mit Sahnetuffs, Tannen und kleinen Häusern verzieren, Plätzchen eventuell mit Zahnstochern stützen. Mit Puderzucker bestäuben und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 2 Stunden plus Kühlzeiten  
mindestens 4 Stunden

**PRO STÜCK** 8 g E, 36 g F, 90 g KH = 734 kcal (3074 kJ)



**HEGE MARIE KÖSTER**

»e&t«-Bäckerin

*„Ich backe Lebkuchenteig und Biskuit am Vortag.  
Das spart Zeit, und der Biskuit lässt sich am nächsten  
Tag auch einfach besser teilen.“*

## Backen nach Bildern



1

**Für den Biskuitboden** Eier trennen. Eiweiße und Salz schaumig schlagen und den Zucker langsam einrieseln lassen.



2

Eiweißmasse mit den Quirlen des Handrührers sehr steif schlagen und nacheinander die Eigelbe unterrühren.



3

Mehl, Kartoffelmehl, Kakao und Lebkuchengewürz über die Masse sieben und mit Orangenschale unterheben.



4

Zerlassene, abgekühlte Butter mit dem Holzlöffel gleichmäßig unter die dickcremige Eier-Mehl-Mischung rühren.



5

Fertigen Biskuit mit einem langen Sägemesser 2-mal waagerecht teilen. Backpapier entfernen und Backform säubern.



6

**Für die Füllung** ersten Biskuitboden in die Form legen, mit der Hälfte des Orangensuds beträufeln, gleichmäßig verteilen.



7

$\frac{1}{2}$  Mascarponecreme darauf verstreicheln, mit zweitem Boden belegen, andrücken, weiter vorgehen wie beim ersten Boden.



8

Letzten Biskuit am besten mithilfe des Tortenretters auf die Creme gleiten lassen. Restliche Mascarpone darauf verstreicheln.



9

**Für die Lebkuchenplätzchen** den Teig flach drücken und auf einer bemehlten Arbeitsfläche 3 mm dick ausrollen.



Plätzchen für den Tortenrand grob mit einem Pizza-Roller ausschneiden. Sie sollten zusammen ca. 50 cm breit sein.



Häuser und Tannen mit einem kleinen Gemüsemesser fein ausschneiden und beliebig in Form schneiden.



Torte aus der Form lösen. Sahne steif schlagen und den Rand damit, am besten mithilfe einer Palette, wellig bestreichen.



**Tipp** Einwegspritzbeutel selbst basteln: Backpapier zum Rechteck schneiden, diagonal halbieren, dann von der kurzen Dreiecksseite aus eine Tüte drehen. Zur Stabilisierung die eine oben überstehende Spalte nach innen falten, die zweite Spalte nach außen.



Für die Deko kurz vorm Servieren restliche geschlagene Sahne in den Spritzbeutel füllen. Plätzchen rundum festdrücken.



Oberfläche mit Sahnetaffs, Tannen und Häusern verzieren (evtl. mit Zahnstochern stützen) und mit Puderzucker bestäuben.

# BRIGITTE Shopping Days: eine Karte - viele Shopping-Vorteile

**Brigitte  
SHOPPING  
DAYS**  
vom 04.11. bis 23.11.2020

**DER PRODUKT**  
Was sie lieben,  
kaufen, kombinieren

**VORFREUDE**  
Adventskalender  
zum Selbermachen

**BEAUTY**  
Make-up mit  
Glitzerfaktor

**DIE SIND  
DIE KRÖNUNG!**  
Köstliche Rezepte  
mit Streuseln

**DIE KUNST DER KLUGEN  
ENTSCHEIDUNG**

**Jetzt im  
Handel!**

Vom 04.11. bis 23.11.2020 profitieren Sie wieder von exklusiven Shopping-Rabatten bei unseren attraktiven Partnern. Sichern Sie sich jetzt Ihre persönliche Vorteilskarte in der aktuellen BRIGITTE. Alle Infos finden Sie unter: [www.brigitte.de/shoppingdays](http://www.brigitte.de/shoppingdays)

# IM PIEMONTE AUF TRÜFFELTOUR

Während die meisten Feinschmecker zur Trüffelzeit nach Alba in die Langhe sausen, reiste unsere Autorin in die weniger bekannte Region Monferrato. Sie besuchte Märkte, traf Köche und begab sich im dunklen, nebelnassen Wald selbst auf die Suche nach dem Edelpilz

TEXT ANNETTE RÜBESAMEN FOTOS HARDY MÜLLER

Das herbstliche Monferrato hüllt sich oft in Dunst und Nebel



Erfolg für Trüffelhund Charlie und seinen Besitzer: Die gerade ausgegrabene Knolle ist ein Prachtstück. Am liebsten suchen sie im Morgen grauen, denn der nachtfeuchte Boden intensiviert die Gerüche

**E**in Spätnachmittag im Monferrato. Langsam senkt sich die Oktoberdämmerung über rotgoldene Weinberge. Im Restaurant „Del Belbo da Bardon“ bereitet sich Familie Bardone, die das Lokal in der sechsten Generation führt, auf den Abend vor. In der Küche röhrt Tochter Alessandra in Töpfen mit Fleischbrühe und Ragout, während ihre Schwester Annalisa im Saal die Tische eindeckt und bunte Wassergläser auf blütenweiße Decken setzt. Gioacchino, der Wirt, den alle Gino nennen, hat sich eine lange schwarze Schürze umgebunden und eine kleine Digitalwaage auf dem Tresen aufgebaut. Immer wieder wirft er einen Blick auf die Uhr. Die wichtigsten Akteure des Abends fehlen noch. Und es sind nicht die Gäste.

Wenige Minuten später tritt ein Paar durch die Tür. Der Mann und die Frau sind um die Sechzig. Er trägt Lonsdale-Sweatshirt, sie roten Lippenstift und eine kleine Kühlbox so kokett am Arm, als handele es sich um ein Gucci-Täschchen. Als die beiden eine halbe Stunde später das Lokal verlassen, ist das Kühläschchen leer und die Hosentasche des Sweatshirt-Trägers um eine Rolle 50-Euro-Scheine voller. Gino am Tresen hingegen wickelt behutsam sieben ockergelbe, leicht erdige Knollen in Küchenpapier ein. 306 Gramm frische Weiße Alba-Trüffeln hat das Trüffelsucherpaar soeben abgeliefert. „Der Abend kann beginnen!“, freut sich der Wirt.

Von Oktober bis Dezember ist Trüffelzeit im Monferrato. Es sind ohnehin die schönsten Monate in diesem Hügelland rund um die Städte Asti und Alessandria, durch das ich kreuze wie auf hoher See: neblige Talgründe, hoch sich auftürmende Weinberge in schönsten

## Aromatische Haselnüsse, goldgelbe Pasta, feinstes Rind, Weltklasse-Wein und Trüffeln: Willkommen im Schlaraffenland!



Trüffelsucher Alessio Lantero durchstreift mit seinem Hund Charlie die Wälder nahe dem Städtchen Ovada

Goldtönen, und auf den Wellenkämmen, wie einsame Dreimaster, die Borghi, die kleinen Dörfer des Monferrato, steinerne Nester, fast immer mit Burg und Barockkirche aus bräunlichem Backstein.

Das Monferrato ist ein ursprüngliches, nie überlaufenes Stück Norditalien, durch das die meisten Feinschmecker im Herbst blind hindurchrauschen, weil sie immer nur in das weiter westlich gelegene Alba wollen. In die Stadt mit den Spitzenrestaurants und einem

der berühmtesten Trüffelmärkte der Welt. Was für ein Versäumnis! In der feuchten Erde des Monferrato gedeiht die Tuber magnatum pico, auch Weiße Alba-Trüffel genannt, mindestens ebenso gut, und hier gehört sie immerhin noch den Einheimischen. Ihr durchdringender Duft schwiebt über größeren und kleineren Trüffelmärkten, dringt aus gediegenen Restaurants ebenso wie aus der kleinen Trattoria um die Ecke.

### Es rieselt Trüffelflocken

Die Weiße Trüffel wird nicht gekocht. Sie wird auch nicht gewaschen oder geschält. Sie wird – zur Not mit einem Kartoffelschäler – einfach nur über eine möglichst schlichte, fettreiche Basis gehobelt. Gino Bardone empfiehlt Spiegelei mit Salz und Olivenöl extra vergine. Oder Carne cruda: rohes, mit dem Messer gehacktes Kalbfleisch der piemontesischen Fassona-Rasse. Oder Tajarin mit Butter. Tajarin sind die piemontesische Variante der Tagliatelle, dünne Bandnudeln, für die Alessandra Bardone 18 Eier in 1 Kilo Mehl schlägt, damit sie die perfekte goldgelbe Samtigkeit erreichen. „Fett verstärkt das Aroma der Trüffel“, erklärt Gino Bardone. Das braucht die Weiße Trüffel, denn ihr Eigengeschmack ist gering im Verhältnis zur überwältigenden Duftnote. Etwas später lässt der Wirt ein Gestöber aus hellen, hauchzarten Scheibchen auf meinen Teller mit dampfenden Tajarin fallen. In warmen Wogen breitet sich Trüffelduft im Raum aus: schweflig, erdig, grasig, mit Noten von Heu, dunkel. Es soll Menschen geben, die ihn nicht ausstehen können. Ich würde glatt dafür meine Großmutter verkaufen.



1



2

- 1 Glückliche Verbindung: Der Signore links weiß, wo Alba-Trüffeln gedeihen, Koch Gino Bardone, wie sie bestens zur Geltung kommen  
2 Von der Sonne erleuchtet liegt Montaldeo auf einem der Hügel des Monferrato



3

3+4 Wozu abgedrehte Rezepte? Mit besten Zutaten aus der Umgebung wie Haselnüssen und Trüffeln werden bei Marco Scanavino in seinem Restaurant „Santisè“ auch schllichte Teigtaschen zum Hochgenuss



4



Die süße, noch lauwarme Creme in Kombination mit hauchdünnen Trüffeln fand unsere Autorin zunächst ungewöhnlich. Doch schon einen Löffel später erklärte sie das Dessert aus dem Ristorante „Santise“ zu ihrem Lieblingsgericht

## Zabaione al tartufo

\*\* MITTELSCHWER, RAFFINIERT

Für 2 Portionen

- 2 Eigelb (kl. M)
- 40 g feinster Zucker
- 40 ml Moscato d'Asti DOCG (piemontesischer Süßwein)
- 1 kleine Weiße Alba-Trüffel (20 g)

**1.** Eigelbe und Zucker in einem Schlagkessel mit den Quirlen des Handrührers 2–3 Minuten weiß-schaumig aufschlagen. Den Wein unterrühren und die Masse über einem heißen

Wasserbad mit den Quirlen des Handrührers oder einem Schneebesen cremig-dicklich aufschlagen. Die Zabaione ist fertig, wenn sie eine mattgelbe Farbe angenommen hat und so dick ist, dass ein Schneebesen sichtbare Spuren in ihr hinterlässt.

**2.** Zabaione noch heiß in Gläsern servieren und bei Tisch etwas Weiße Alba-Trüffel darüberhobeln. Dazu schmecken knusprige Mürbeteig-Plätzchen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 15 Minuten  
**PRO PORTION** 3 g E, 6 g F, 23 g KH =  
177 kcal (744 kJ)



# **Nur ein paar Tage lang schmecken die Weißen Alba-Trüffeln, dann verflüchtigt sich ihr Zauber**

Einen anderen Teil des großen Trüffelglücks habe ich bereits Stunden zuvor erlebt. Es war das Glück der Jäger und Sammler in dunklen, nebelnassen Wäldern, in denen eigentlich keine Zeugen erwünscht sind. Die Welt war noch nachtschwarz, als mich Alessio in Ovada, einem Städtchen ganz im Südosten des Monferrato, in seinen verbeulten Geländewagen einsteigen ließ. Ich musste schwören, dass ich niemandem verraten würde, wo er mich hinführen würde. Noch lieber hätte er mir wohl die Augen verbunden. Aber nach drei Minuten auf Schlägelsträßchen durch ein nebliges Hügelmeer hatte ich ohnehin jede Orientierung verloren.

## **Drei Spürnasen im Wald**

Alessio, graumelierter Pferdeschwanz, von Beruf Schreiner, um die fünfzig, flucht und zeigt auf Kleinwagen, die am Waldrand schemenhaft in den Wiesen stehen. Die Konkurrenz ist offenbar noch früher aufgestanden als wir. Erst der dritte Geheimort liegt noch unberührt im gräulichen Dunst. Ein Waldstück, das sich einen steilen Hang hinabzieht. Alessio lässt Charlie aus dem Kofferraum – einen jungen Bastardino (Mischling) mit Schlappohren. Seine Mutter ist ein Bracco Italiano, „das sind die mit der besten Nase“, erklärt mir Alessio, während wir alle zusammen einen schlammigen Hohlweg talwärts hinunterrutschen. Charlie durchkämmt das Terrain mit gesenkter Nase; immer mal wieder fängt er entschlossen zu buddeln an. Und sobald Charlie buddelt, ist Alessio sofort an seiner Seite. Drei kleine 20-Gramm-Trüffeln beträgt die Ausbeute eine Stunde später. Ganz nett, findet Alessio, aber nichts verglichen mit dem



Kleine Erleuchtung: Der Weg ins Restaurant „Santisè“ führt durch einen paradiesischen Garten, in dem auch Kräuter wachsen

250-Gramm-Kaventsmann, den er vor ein paar Jahren einmal ausgegraben hat.

Alessio ist Trifulau, wie die Trüffelsucher auf Piemontesisch heißen. Vier bis fünf Kilo Alba-Trüffeln holt er mit Charlies Hilfe jedes Jahr unter Haselnussbüschchen, Eichen und Weiden aus dem feuchten Erdreich. Die größeren Stücke verkauft er an Gastronomen. Die kleineren Bröckchen lagert er bei sich zu Hause mit ein paar Eiern in einer Kunststoffdose ein, damit sich das Aroma

überträgt. Dann schlägt er sich ein Rührei daraus, bricht ein Stück Weißbrot ab und gießt sich einen Rotwein ein. Der Tartufo ist im Piemont ein beinahe volkstümliches Vergnügen.

Gut 80 Kilometer weiter nordöstlich sitzt unter der Gewölbedecke des Restaurants „Santisè“ in Calliano eine muntere Taufgesellschaft am langen Tisch. Wirt Marco Scanavino stiehlt sich kurz in den Garten des ehemaligen Pfarrhauses hinaus, wo sich rötlicher Wein und die letzten Sommerrosen über Backsteinmauern ranken. Es riecht nach feuchtem Laub und Holzheizung. „Trüffeln sind einfach Teil unserer Tradition“, sinniert der hochgewachsene Italiener. „Sie riechen nach Erde, nach den Bäumen, unter denen sie reifen, und sie symbolisieren Unverfälschtes.“

Scanavino ist bekannt für seine leicht aufgefrischte Monferrato-Küche, doch bei der Trüffel liebt er keine Experimente. Er lässt sie in feinen Flocken über Ravioli mit geschmolzenem Fontina-Käse und Haselnüssen regnen und zum Hauptgang über in Butter gebratenes Kalbsbries. Zum cremigen, leicht süßlichen Bries gibt es gebratene Cardi, die bitteren Distelstängel, die im Piemont als herbstliches Gemüse heiß geliebt werden – ein schöner Kontrast. Die große Überraschung kommt mit dem Dessert: ein Schälchen orangefarbene Zabaione al tartufo, aufgeschlagen aus Eigelb, Zucker und Moscato d'Asti. Scaravino zückt den Trüffelhobel und lacht. „Es steht nicht auf der Karte, aber ich schlage es gern Gästen vor, die sich auf dem Trüffelmarkt von Moncalvo eingedeckt haben und mich dann bitten, etwas Ungewöhnliches zu zaubern.“ Wie jetzt, man darf seine eigenen Trüffeln ins „Santisè“ mitbringen? Wie im Münchner

# Marktbühne für Schönheiten, Kennernasen und die Saisonstars der Region

Biergarten die Brotzeit? „Na klar! Das ist ja das Schöne an diesem Pilz. Er bringt die Menschen zusammen.“

So auch auf dem Trüffelmarkt von Moncalvo, der sich mehr wie ein Volksfest anfühlt als ein Gourmet-Event. Aus Turin und Mailand sind die Menschen in Bussen gekommen, drängen in Ausflugsstimmung die schmalen Gassen hoch zur Piazza Carlo Alberto, wo die Buden stehen. Überall droht Ablenkung: Ich verliere mich zwischen Bergen von getrockneten Steinpilzen, nehme hier eine Kostprobe süß-klebrigen Torrones entgegen und dort ein Probierschlückchen von Barbera d'Asti; es gibt Bio-Rohmilchkäse aus den Alpentälern und sonnengelbe Paste di meliga, Maiskekse. Die Trüffelhändler, darunter auffallend viele Charakterköpfe, haben ihre Ware unter den Arkaden ausgestellt. Sie liegt in Plexiglasvitrinen, die die Händler manchmal kurz öffnen, damit das Aroma entweichen kann und, so hoffen sie, die Kauflaune animiert wird. Kleinere Bröckchen ruhen auf Papptellern unter Plastikbechern. Schon für 12 Euro ist ein Brösel zu haben. Die „Silberne Harke“ allerdings, die traditionelle Auszeichnung von Moncalvo, wird der Bürgermeister nachher einer 700-Gramm-Trüffel von der Statur einer ausgewachsenen Selleriekolonne verleihen.

## Glamouröse Tradition

Rund um Moncalvo bereiten sich derweil Trattorien und Restaurants auf den Ansturm der hungrigen Marktbesucher vor. Zum „La Locanda del Sant'Uffizio“, einem ehemaligen Kloster mit Backsteinmauern und salbeigrünen Fensterräden, sind es nur fünf Minuten Autofahrt. Im Restaurant des feinen Hotels,



**1+2** Wer gewinnt den Schönheitspreis? Auf dem Trüffelmarkt in Moncalvo stellen Sammler ihre Funde zur Schau und hoffen auf eine Auszeichnung. Nach viel Fachsimpelei prämiert die Jury eine 700 Gramm schwere Knolle

das zum Imperium des italienischen Starkochs Enrico Bartolini gehört, kocht als „Resident Chef“ der junge Gabriele Boffa. Während im Buchsbaumgarten eine russische Oligarchenfamilie in Jogginganzügen und mit Louis-Vuitton-Schulter-Bauch-Taschen ihre Markteinkäufe vergleicht, legt Boffa drinnen letzte Hand an sein Trüffelmenü. Es gibt Cardi mit Alpkäse, Tajarin mit Heubutter und Perlhuhn mit Gänseleber, Spinat und Äpfeln – alles auf Wunsch mit frisch gehobeltem Tartufo veredelt. Besonders stolz ist Boffa auf sein Antipasto: hauchdünn geschnittenes rohes Rindfleisch, beträufelt mit einer Sauce aus piemontesischen Haselnüssen der Sorte „Tonda gentile delle Langhe“. Eine aromatische Komposition, die das Trüffelaroma sanft verstärkt. Gabriele Boffa, der es am liebsten unkompliziert mag und auf eine nachhaltige Kochweise achtet, schaut zufrieden. „Vielleicht wird das ja mal einer der neuen piemontesischen Klassiker“, sagt er und lacht. „Bitte nicht schlingen! Bei kalten Gerichten entsteht das Trüffelaroma nämlich erst durch die Erwärmung im Mund.“

Ich schlinge nie. Auch bei Alessia Rolla nicht, der großen Entdeckung auf dieser Trüffeltour. Alessia ist 29 Jahre alt, schlank und zart, hat einen Abschluss als Geometer und einen Winzer als Verlobten: Riccardo Nicola aus Cocconato, einem kleinen Städtchen, das auf halber Strecke zwischen Turin und Asti liegt. Als die Familie Nicola beschloss, ihren in den steilen Weinbergen gelegenen Weinkeller um ein modernes Restaurant zu erweitern, stellte sich Alessia kurz entschlossen an den Herd. Das Kochen lernte sie von ihrer 95-jährigen Großmutter. Eine Großmutter, die man gern mal kennenlernen würde, vor



1

2

**1+2+3** Im „La Locanda del Sant'Uffizio“ bereitet Küchenchef Gabriele Boffa auch das typische piemontesische Antipasto Albase zu. Zur Saison veredelt er die rohen Kalbfleischscheiben selbstverständlich mit Trüffeln und Pilzen



1



2

1 Naturtalente: Alessia Rollo lernte das Kochen von ihrer Großmutter, sie forscht in alten Kochbüchern und lässt sich von der Nouvelle Cuisine inspirieren 2 Das Dorf Tramontana liegt im Land, wo die Dolcetto-Traube wächst



3



4

allem nach den ersten Bissen von Alessias Amuse-bouche: wunderbare warme, weiche Dampfbrötchen mit Hirschragout und Kartoffelschaum mit Forellentatar und Zitronenschale.

### (Noch) ein Geheimtipp

Riccardo schenkt ein Glas vom haus-eigenen Albugnano aus der Rebsorte Nebbiolo ein. Ein dunkelvioletter Wein mit samtweichen Tanninen, der es schon bald mit der großen Nebbiolo-Konkurrenz aus den Langhe aufnehmen soll. Überhaupt können sie sich im Gourmet-Zentrum Alba schon mal warm anziehen, wenn diese Powerfamilie so weitermacht. Zum Beispiel mit dem „Schaum-Ei“. Als zitterndes Miniatur-Soufflé sitzt es im Teller.



Trüffel-Pause in einem der vielen Cafés unter den Arkaden in Moncalvo

„Das Rezept habe ich in einem piemontesischen Kochbuch von 1771 gefunden!“, freut sich Alessia. Obendrauf glänzt eine dünne Schicht Parmesancreme. Als ich vorsichtig hineinstechte, läuft warmer, goldgelber Dotter aus, und die hauchdünnen Trüffelscheiben schmelzen ebenso dahin wie ich. Was hatte Alessia vorher noch erzählt? „Am Anfang konnte ich Trüffeln nicht ausstehen.“ Ein Glück für uns, dass sie sich umbesonnen hat.

## Zufall? Die Weine des Piemonts passen bestens zu Alba-Trüffeln



»e&t«-Autorin Annette Rübesamen ist sehr glücklich darüber, dass sie nahe Turin lebt. In gerade mal 45 Autominuten erreicht sie die „Cantina Nicola“.



## von der Sonne des Mittelmeers geküsst.

Norwegian Cruise Line entführt jeden Sommer zu den Highlights des westlichen Mittelmeers.



**NCL'S TAKE ALL**  
ALLE FREE AT SEA PAKETE,  
INKLUSIVE PREMIUMGETRÄNKEN,  
FÜR NUR € 99 P.P. SICHERN.\*

**NCL**

*Feel Free™*

Mittelmeerkreuzfahrt für Foodies, Wellnessfans und Entdecker ++ Cannes, Neapel, Palma u.v.m ++ Umfassendes Gesundheitskonzept

Florenz und Rom sind definitiv Must-Sees, doch das Mittelmeer hat so viel mehr zu bieten. Pulsierende Metropolen wechseln sich ab mit pittoresken Dörfern, türkisblauen Buchten und kulturellen Highlights. Lust, sich endlich wieder frei zu fühlen und in See zu stechen? Mit dem Premiumschiff Norwegian Epic von Norwegian Cruise Line (NCL) erkunden Sie das Mittelmeer ab Barcelona oder Civitavecchia mal ganz anders. An Bord genießen die Gäste mit Freestyle Cruising den Urlaub im eigenen Tempo und Rhythmus. Ob Spannung im Aqua Park, Erholung im Mandara Spa® oder à-la-carte Dinner im Spezialitätenrestaurant – ganz ohne feste Tischzeiten und Dresscode. **Alles kann, nichts muss.**

Mit NCL entdecken Sie die Welt ganz unbeschwert: Mit zertifiziertem Gesundheits- und Sicherheitskonzept und flexibler Stornierungsmöglichkeit.

JETZT FÜR 2021/2022 BUCHEN IM REISEBÜRO, UNTER **0611 36 07 180** ODER **NCL.DE/FREE**

# TRÜFFELFUNDE IM PIEMONTE

## Ristorante Del Belbo Da Bardon

Die ganze Familie kümmert sich in dieser Bilderbuch-Osteria hingebungsvoll um den Gast, und der fühlt sich irgendwann tatsächlich so, als wäre er bei den Bardones zu Hause eingeladen. Die Küche ist klassisch piemontesisch und eher nichts für Vegetarier – es gibt Vitello tonnato, Ravioli mit Bratenfüllung, Bollito misto. Die Trüffel stammen von Gino Bardones Trifulau des Vertrauens, die ihn schon seit Jahrzehnten beliefern. Manche piemontesischen Stammgäste bestellen den Uralt-Klassiker „Aliata“, einen Salat aus Weißkohl, Sardellen, Essig und Weißen Trüffel. Via Valle Asinari 25, 14050 San Marzano Oliveto, Tel. 0039/0141/83 13 40

## Ristorante Santisè

Am schönsten sitzt man im romantischen Garten zwischen Hortensiensbüscheln und Madonnenstatuen. Auch drinnen schmecken Marco Scanavinos lässig aufgefrischte piemontesische Küche und seine gut sortierten Weine. Beliebt bei Winzern, Künstlern und den besseren Kreisen aus Asti. Strada Castelletto 2, 14031 Calliano Tel. 0039/0141/92 87 47, [www.santise.it](http://www.santise.it)

## Restaurant La Locanda Del Sant'Uffizio

Gegessen wird in der Orangerie des ehemaligen Klosters, vor Sprossenfenstern und feinen Vorhängen. Gabriele Boffa, der 31-jährige Küchenchef, mag es unkompliziert und regional, er kombiniert heimisches Lamm mit Meerrettich und Artischocken oder Schweinebäckchen mit Schwarzkohl. Dafür gab's gleich nach einem Jahr den ersten Michelin-Stern. Strada del Sant'Uffizio 1, 14030 Cioccero di Penango, Tel. 0039/0141/91 62 92, [www.relaissantuffizio.com](http://www.relaissantuffizio.com)

## Cantina Nicola

Die Aussicht von der Terrasse über die Weinberge auf die Alpen ist so herrlich, dass man sich auch mit einem Butterbrot begnügen würde. Doch das wäre schade um die fantasievolle Küche von Alessia Rolla, die Flussfisch im kalten Rauch von Obstgartenholz räuchert, Kalbsbries mit fermentiertem schwarzem Knoblauch kombiniert und Kaninchen sieben Stunden lang bei niedriger Temperatur schmort. Der Geheimtipp des Piemonts! Strada Roletto Rocca 10, 14023 Coconato, Tel. 0039/0392/954 3291. [www.cantinanicolà.com](http://www.cantinanicolà.com)

## Fiera del Tartufo di Moncalvo

Der Trüffelmarkt findet normalerweise am dritten und vierten Sonntag im Oktober statt, Termine können aber von Jahr zu Jahr variieren. Höhepunkt ist die Prämierung der schönsten und größten Trüffel mit der „Goldenen Trüffel“ und der „Silbernen Harke“. Drum herum buntes Markttreiben, Kunstausstellungen und Verkauf von Trüffeln und anderen piemontesischen Spezialitäten. [www.fieradeltartufodimoncalvo.it](http://www.fieradeltartufodimoncalvo.it)



Die teuersten Pilze  
der Welt auf dem Trüffel-  
markt in Moncalvo

Die schönsten Reisen für Sie zusammengestellt.

## Maritimes Genuss-highlight auf Rügen

Genießen Sie einen luxuriösen Kurzurlaub im charmanten Seebad Binz. Lassen Sie sich von mondäner Bäderarchitektur, herrlichen Stränden und kreativer Gourmetküche verzaubern.



Unser  
Liebling!

Genussreise  
Deutschland, Rügen, Binz

ab **€ 489,-**  
pro Person

**8 Reisetage inkl. Frühstück**

**1 x Wohlfühl-massage**

**2 x 3-Gänge-Gourmet-Menü**

Erleben Sie im Herzen von Binz den Charme klassischer Bäderarchitektur, vereint mit den Vorteilen moderner Top-Hotellerie. Ihr Hotel „Vier Jahreszeiten Binz“ liegt im historischen Ortskern, nur ca. 200 m vom Strand entfernt.



Beispiel Doppelzimmer Standard Landhaus.

Unternehmen Sie einen Strandspaziergang entlang der kilometerlangen Sandstrände, flanieren Sie über die Promenade mit ihren weißen Villen oder durch den schön angelegten Kurpark. Besuchen Sie den „Park der Sinne“ am Ufer des Schmacher Sees. Genießen Sie die kontrastreiche Natur der Insel und lassen Sie sich von den strahlendweißen Kreidefelsen entlang der Küste beeindrucken.

Zu Gast im „Hotel Vier Jahreszeiten Binz“ begeben Sie sich auf eine bezaubernde Reise der kreativen Heimatküche mit nordischen Elementen, die Sie mit allen Sinnen erleben werden. In den Restaurants des Sternekochs Ralf Haug wird Ihr Gaumen auf eine besondere Weise verwöhnt.

### Termine & Preise 2020/21:

(Preise in Euro pro Person)

Reisetermine:	Anreise:	7 Nächte:
10.01.-31.01.21	Sonntag	€ 489,-
29.11.-13.12.20 07.02.-14.02.21 28.02.21	Sonntag	€ 529,-
07.03.-21.03.21	Sonntag	€ 589,-
20.12.20	Sonntag	€ 639,-

3 Nächte ab € 259,- p. P. und 4 Nächte ab € 319,- p. P. buchbar (jeweils ohne Massage).

Gourmet-Menü.

**Hinweise:** Preise zzgl. Tourismusabgabe - vor Ort zu zahlen. | Kein Einzelzimmer oder Verlängerungsnächte buchbar. | Transfers in Eigenregie. | Bitte beachten Sie, dass es aufgrund behördlicher Auflagen des jeweiligen Bundeslandes im Zusammenhang mit der COVID19-Pandemie zu Änderungen der Inklusivleistungen kommen kann. Darüber hinaus stehen diverse Hotelbereiche nur eingeschränkt oder nicht zur Verfügung.

### BUCHEN SIE JETZT IHRE REISE!

Auf der essen & trinken Reisewelten Website finden Sie jede Woche neue, besondere Reisehighlights für Sie als Leser/-in.

[www.essen-und-trinken.de/reisewelten](http://www.essen-und-trinken.de/reisewelten) oder Tel. 0 26 41 - 94 60 74

Mo-Fr von 09:00 bis 18:00 Uhr

Es gelten die Reise- und Zahlungsbedingungen des Veranstalters htc hemmers travel consulting GmbH, die Sie unter <https://www.htc-reisen.de/geschaefts-und-reisebedingungen.html> einsehen können.

# ENTE GUT, MOLE GUT

Die Avocado wandert in den Rauch, und statt Guacamole gibt's Mole: Die scharfe süße Sauce aus Mexiko enthält hochprozentige Schokolade und passt so gut zu Ente, dass wir sie uns gleich mal zur Brust nehmen. Mit würziger Maiswaffel und Radicchio

REZEPTE MICHAEL WOLKEN FOTOS JORMA GOTTWÄLD STYLING KATJA RAHTJEN TEXT INKEN BABERG



## Maiswaffel

Würziger Teig, luftig gebacken:  
Curry und Kurkuma geben den  
herzhaften Ton und ihre Farbe

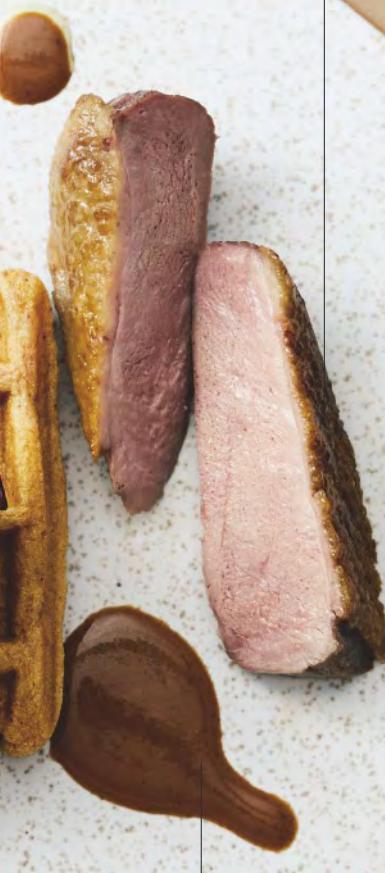


## Avocado

Geräuchert und gegrillt:  
Frischer Rauch und Entenfett  
kontern die buttrigen, grasigen  
Noten der Tropenfrucht

## Entenbrust

Knusprige Haut, saftiges  
Fleisch – bei 64 Grad  
im Innern perfekt. Und:  
Das Bratfett ist 'ne Wucht!



## Radicchio

Fein balsamiert: Edel-Aceto-  
Dressing umspielt das Herz  
des frischen Bittersalats



## Mole-Sauce

SÜß! Scharf! Chili und dunkle  
Schokolade geben in Mexikos  
Festtagssauce die Richtung vor

„MOLE heißt Sauce. Man kennt den Begriff noch von den Anfängen des Avocado-Hypes: Guacamole, die ‚Avocadosauce‘ aus zerdrückten, pürierten Avocadohälften mit Zitronen- oder Limettensaft, Salz, Pfeffer und Gewürzen, war als Party-Dip unabkömmlich. Hier stehen Mole und Avocado nun für sich: Die Avocado wird geräuchert, in der Pfanne gegrillt und in Spalten serviert. Die Mole kommt als Shootingstar dazu – eine sehr würzige, scharfe Schokoladensauce auf Geflügelfond-Basis, die in Mexiko zu Putenragout gegessen wird. Mit Blick aufs Ursprungsland serviere ich herzhafte Maiswaffeln dazu, mit Blick auf den Kalender: Ente.“

»e&t«-Koch Michele Wolken

## Mole-Sauce

**\*\* MITTEL SCHWER, RAFFINIERT**

Für 4 Portionen

- 10 g Rosinen
- 90 g Tomaten
- 1 rote Chilischote
- 50 g Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 2 TL Butter (10 g)
- 1 Lorbeerblatt
- Salz
- Pfeffer
- 250 ml Geflügelfond
- 15 g geschälte ganze Mandelkerne
- 15 g gesalzene Erdnüsse
- 1 Gewürznelke
- ½ TL schwarze Pfefferkörner
- ½ TL Anissaat
- ½ TL gemahlener Zimt
- 1 EL geröstete helle Sesamsaat
- 4 g Bitterkuvertüre (mindestens 75% Kakao; z.B. Valrhona)
- 1–2 TL Limettensaft

1. Rosinen ca. 10 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen und im feinen Sieb abtropfen lassen. Tomaten putzen, Stielansatz keilförmig herausschneiden. Tomaten kreuzweise einritzen und

ca. 30 Sekunden in kochendes Wasser geben, bis sich die Haut leicht löst.

Tomaten abschrecken, häuten und grob schneiden. Chilischote putzen, waschen und bis zum Stielansatz klein schneiden, nach Belieben vorher entkernen. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln.

2. Butter in einem Topf zerlassen. Chilis, Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten und Lorbeer darin bei mittlerer Hitze ca. 4 Minuten dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Geflügelfond zugeben und offen bei milder Hitze 30 Minuten leise kochen lassen.

3. Inzwischen Mandeln und Erdnüsse in einer Pfanne bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten braten. Nelken, Pfefferkörner und Anissaat im Mörser fein mahlen, Zimt und Sesam zugeben und mit den Nüssen mischen. Alle Zutaten und die abgetropften Rosinen zum Fond in den Topf geben und bei milder Hitze 10 Minuten leise kochen. Sauce mit dem Schneidstab fein pürieren, durch ein feines Sieb streichen und gut durchdrücken (ergibt ca. 200 ml).

4. Kuvertüre fein hacken, erst kurz vor dem Servieren mit dem Limettensaft in die heiße Sauce geben und schmelzen lassen. (Die Sauce sollte leicht dicklich sein.) Etwas Sauce auf den Teller geben, restliche Sauce separat dazu servieren.

### ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten plus

Garzeit 40 Minuten

**PRO PORTION** 1 g E, 4 g F, 2 g KH =  
55 kcal (232 kJ)

**Tipp** Restliche Mole-Sauce z.B. zu Huhn servieren. Im Kühlschrank hält sie sich 1–2 Tage. Vorsichtig erhitzen, damit die Kuvertüre nicht flockt.

## Maiswaffeln und Radicchio

**\* EINFACH, VEGETARISCH**

Für 4 Portionen

### WAFFELN

- 70 g Weizenmehl (Type 405)
- 70 g Maismehl
- 1 TL Weinsteinbackpulver

• ½ TL Natron

• 1 Ei (Kl. M) • Salz

• 30 g neutrales Öl (z.B. Maiskeimöl)  
plus etwas für das Waffeleisen

• 200 ml Buttermilch

• Pfeffer

• ½ TL Currysüppchen („Anapurna“  
von Ingo Holland)

• 1 Msp. gemahlene Kurkuma

### RADICCHIO

• 80 g Radicchio (Herzstück)

• 4 EL Olivenöl

• Salz

• 4 TL Aceto balsamico (z.B. „Essenza“,  
dickflüssig eingekochter Traubens-  
most, über [www.tartufo-online.de](http://www.tartufo-online.de))

• 1 TL mittelscharfer Senf

Außerdem: rechteckiges Waffeleisen  
(für 2 dicke belgische Waffeln)

1. Für die Waffeln Mehle, Backpulver und Natron in einer Schüssel mischen. Ei trennen. Eiweiß in einem hohen Rührbecher mit 1 Prise Salz steif schlagen. Olivenöl, Buttermilch, Eigelb, ½ TL Salz, Pfeffer, Curry und Kurkuma in einer großen Rührschüssel verrühren. Mehlmasse unterrühren. Eischnee zugeben und unterheben.

2. Für den Radicchio Radicchio putzen, waschen und vierteln. Öl mit 1 Prise Salz in einer Schüssel verrühren, Balsamessig, Senf und 1 EL Wasser zugeben und unterrühren.

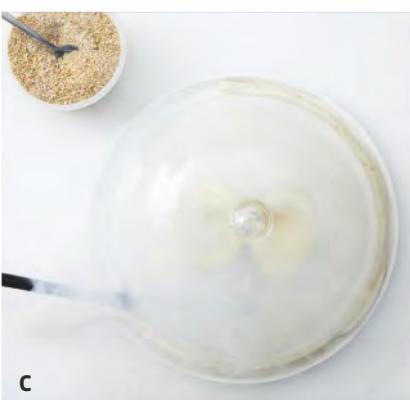
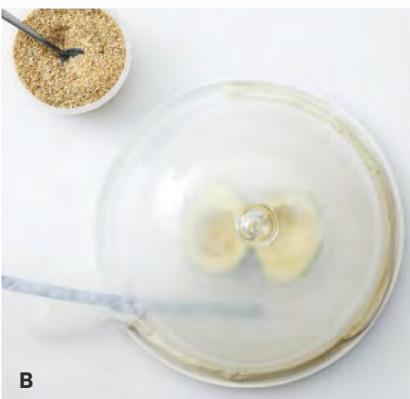
3. Für die Waffeln Teig portionsweise mit einer Schöpfkelle ins heiße, gefettete Waffeleisen geben. Nacheinander in je 4–5 Minuten 6 goldbraune Waffeln backen. Fertige Waffeln auf einem Backblech im vorgeheizten Backofen bei 100 Grad auf der mittleren Schiene warm stellen.

4. Kurz vor dem Servieren Radicchio vorsichtig mit dem Dressing mischen.

### ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

**PRO PORTION** 6 g E, 21 g F, 28 g KH =  
344 kcal (1445 kJ)

Unser  
anspruchsvollstes  
Gericht im  
Heft



## Geräucherte Avocado und Entenbrust

**\*\* MITTELSCHWER, RAFFINIERT**

Für 4 Portionen

- 1 reife Avocado (200 g)
- 4 EL Limettensaft
- 2 TL Entenfett (vom Braten der Entenbrustfilets, siehe unten; ersatzweise neutrales Öl)
- 2 weibliche Entenbrustfilets (à ca. 180 g, mit Haut; beim Metzger oder Geflügelhändler vorbestellen)

Außerdem: Käseglocke, Räucherpistole und 1 TL Apfel-Räucherholzchips (z.B. „The Smoking Gun“, über [www.bosfood.de](http://www.bosfood.de)), Fleischthermometer

**1.** Avocado halbieren, Kern entfernen. Fruchtfleisch mit einem Esslöffel aus der Schale heben und in einer Schüssel vorsichtig im Limettensaft wenden.

**2.** Zum Räuchern den Rand einer Käseglocke mit nassem Küchenpapier abdichten. Avocadohälften auf einen passend großen Teller (in der Größe der Käseglocke) legen (siehe links, Foto A). Schlauch an die Räucherpistole stecken. Pistole mit Räucherchips füllen. Räucherpistole anstellen, Chips anzünden, Schlauch auf den Teller legen, mit der Käseglocke verschließen (siehe Tipp). Pistole 30–60 Sekunden laufen lassen (Foto B), bis die Chips verbraucht sind. Zugedeckt im Rauch 5 Minuten stehen lassen (Foto C).

**4.** Haut der Entenbrüste kreuzweise leicht einschneiden, auf der Fettseite in eine kalte Pfanne legen. Pfanne stark erhitzen, Entenbrüste darin so lange braten, bis die Haut goldbraun ist. Fleischseite mit Salz würzen. Ausgetretenes Entenfett in einer Schale beiseitestellen. Entenbrust wenden (Fettschicht nach oben) und im vorgeheizten Backofen bei 100 Grad bis zu 64 Grad Kerntemperatur garen (Fleischthermometer verwenden!).

**5.** Inzwischen 2 TL Entenfett in einer Grillpfanne erhitzen. Avocadohälften darin bei mittlerer bis starker Hitze auf der Schnittfläche braten, bis sich goldbraune Rillen bilden (dauert je nach Hitze 30–60 Sekunden).

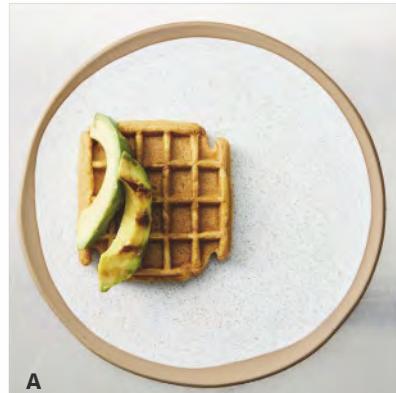
**6.** Entenbrüste aus dem Ofen nehmen und auf einem Teller abgedeckt 5 Minuten ruhen lassen. Entenbrüste jeweils in 4 Scheiben schneiden, auf dem Teller platzieren und servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 20 Minuten

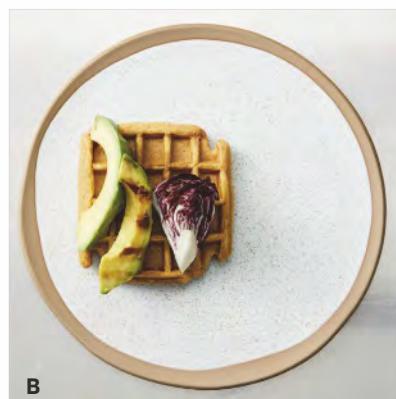
**PRO PORTION** 16 g E, 16 g F, 3 g KH = 233 kcal (977 kJ)

**Tipp** Den Schlauch mit nassem Küchenpapier möglichst luftdicht abdichten. Wenn Rauch entweicht, nimmt die Avocado das Raucharoma nicht an.

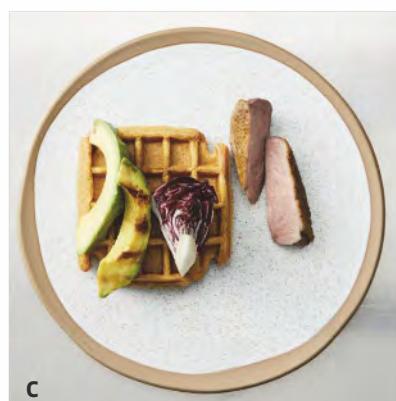
## So richten Sie den Teller an



1 Waffel leicht links der Tellermitte platzieren, mit 2 Avocadospalten belegen (Kernwölbung nach links).



Mariniertes Radicchio-Viertel rechts neben die Avocadospalten auf die Waffel setzen.



Rechts neben die Waffel vertikal 2 Scheiben Entenbrust versetzen platzieren. Sauce dazuträufeln.



NEU

Serviettenset Zapfen (2er-Set)  
30 x 30 cm, je Set 19,50 €,  
Art.-Nr. 11649/1 (weiß),  
Art.-Nr. 11649/2 (natur)

## LEINEN-TISCHWÄSCHE

Unsere Produkte aus Leinen eignen sich sehr gut zur Verwendung in der Küche: Sie sind robust, bei 60 Grad waschbar und trocknen schnell. Sie werden im Siebdruckverfahren mit handgeführten Farben, die GOTS-zertifiziert sind, bedruckt.

Wir haben für Sie Platzsets, Servietten und Geschirrtücher mit Kiefern Zweigen und Zapfen ausgewählt, die Ihre winterliche und weihnachtliche Festtafel schmücken.



Platzset Kiefern Zweig (2er-Set)  
45 x 32 cm, je Set 29,50 €,  
Art.-Nr. 11663/1 (weiß), Art.-Nr. 11663/2 (natur)



Geschirrtuch Kiefern Zweig  
50 x 70 cm, 17,50 €,  
Art.-Nr. 11648/1 (weiß), Art.-Nr. 11648/2 (natur)

## NEU GEWÜRZREGAL

Praktisches Gewürzregal aus Birken-Schichtholz mit graublauer Front für 13 Gläser (spülmaschinengeeignet, silberner Deckel, + 1 Ersatzglas), Flüssigkreidemarker und 28 runde Tafelfolienetiketten für die individuelle Beschriftung der Gläser (Ø 4 cm), inkl. 2 Schrauben und 2 Dübel für die Wandmontage, hoch oder quer anbringbar.

40,4 x 30,2 x 5 cm, 85 €,  
Art.-Nr. 11650



## Landlust SHOP

Diese und weitere  
Produkte finden Sie unter  
[shop.landlust.de](http://shop.landlust.de)

Sie können auch direkt bestellen  
unter Tel.: 025 01/8 01 31 80



## ESPRESSO-TÄSSEN

Die handgefertigten Espressotassen mit Unterteller aus hochwertigem Steinzeug sind spülmaschinengeeignet.

Espresso-Tassen rot/grau (2er-Set)  
Ø 6 x 5,5 cm, 26,50 €, Art.-Nr. 11664

## MESSEREDITION

Die Landlust-Messeredition deckt alle Bedürfnisse in der Küche ab. Die geschmiedeten Messer verfügen über einen ergonomisch geformten Griff, der angenehm in der Hand liegt und spaltenfrei mit der Klinge verbunden ist. Dank des Vollkropfs zwischen Klinge und Griff sind die Finger beim Schneiden geschützt. Die Griffe sind aus hygienischem Kunststoff in unserem Landlust-Rot.

Officemesser, Klingelänge 9 cm,  
42,50 €, Art.-Nr. 11596

Allzweckmesser, Klingelänge 13 cm,  
52,50 €, Art.-Nr. 11597

Kochmesser, Klingelänge 21 cm,  
89 €, Art.-Nr. 11598



## MAGNETISCHER MESSERBLOCK

Der Messerblock aus Eichenholz hat einen magnetischen Kern, der Messer anzieht und sicher befestigt. So haben Sie Ihre Messer immer griffbereit. Der schmale Messerblock passt auch in kleinere Ecken der Küche.

28 x 9 x 25,5 cm, 89 €, Art.-Nr. 11599

# Lang lebe Britaly!

Die Köchin und Kochbuchautorin Ruth Rogers ist eine Institution in London, ihr italienisches Restaurant „River Café“ symbolisiert den Aufbruch der englischen Küche in die Moderne. Nun erscheint eine Gesamtausgabe mit Rezepten aus 33 Jahren Erfolgsgeschichte

TEXT VERENA LUGERT

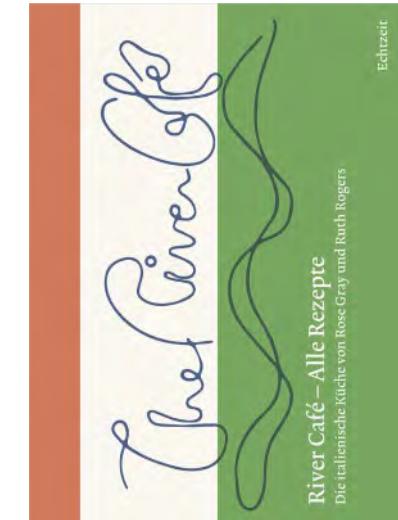


Ruth Rogers am Eingang ihres Restaurants, das 1987 als Kantine in einem alten Werftgebäude eröffnete

**D**as „River Café“: Es ist so viel mehr als nur ein Restaurant. Es ist eine Legende. Schon kurz nach seiner Eröffnung vor 33 Jahren in London wurde es zu einer Ikone, von einem Nimbus umgeben, ein Künstlertreff, in dem alles zurückgenommen, nonchalant und lässig war. Es war „the place to be“ für die Londoner Glamour-Linken, Galeristen außen dort mit Verlegern zu Mittag in heiterer Kultiviertheit gemeinsam mit Models, Literaten und Rockstars. Es war die endlose Sommerparty der 1990er-Jahre unter weißen Sonnenschirmen und blauem Himmel, für die das „River Café“ stand. Sein Kochstil hat Gastronomiegeschichte geschrieben, die Küche eines ganzen Landes beeinflusst. Die italienische Küche des Restaurants war von einer Leichtigkeit und Frische, die man in Großbritannien damals nicht kannte, in einem Land, in dem man italienisches Essen mit käseschweren Lasagne-Ziegelsteinen gleichsetzte. Das Essen im „River Café“ hingegen war sublim, leicht und neu. Ganz ähnlich wie die Gestaltung der Räume des Restaurants: schnickschnackfrei, luftig, mit heiteren Farbakzenten in Kobaltblau und Knallpink. Ein Design-Juwel, geschaffen vom Stararchitekten Lord Richard Rogers. Seine Frau Ruth Rogers und deren Freundin Rose Gray bespielten die Küche, ihnen gehörte das Restaurant. Beide Frauen waren keine Köchinnen, Rose hatte Kunst, Ruth Design studiert, aber beide waren der italienischen Küche aufs Innigste zugetan. Rose Gray ist im Jahr 2010 gestorben, Ruth war untröstlich, doch sie führte das Restaurant trotzdem weiter und geleitet es jetzt durch die Zeit der Corona-Pandemie mitsamt Lockdown.

Ruth Rogers, genannt Ruthie, ist 72 Jahre alt, und das Strahlen ihres „River Cafés“ ist ungebrochen. Wie ihr eigenes: Auf einem Bild aus dem Sommer 2020 ist sie in einem schneeweißen ärmellosen Baumwollkleidchen im Ibiza-Stil zu sehen, die braun gebrannte Haut mit Sommersprossen besprinkelt, schlanke Arme, Yoga-geschmeidig. Ruth trägt ihr rötliches Haar lang, mit einem fransigen Pony, unter dem diese blauen Augen hervorblitzen, kobaltblau, wie der Fußboden, die Fensterrahmen des „River Cafés“, blau wie das Band der Themse, an das sich der riesige Restaurantgarten schmiegt. Ruthie arbeitet jeden Tag in der Küche. „Ich finde es anstrengender, nur herumzusitzen“, sagt sie. Sie ist rastlos, alle zwei Minuten kommt einer der Köche, lässt sie etwas probieren, dann kommt die Pâtissière, zwischendurch ruft ihr die Managerin etwas zu, einer der Sommeliers will etwas wissen. Alle Fäden laufen bei Ruthie zusammen. Dieses Café ist eine Erweiterung ihrer selbst, an diesem Ort, in dieser Küche, in diesem Essen, überhaupt: im Stil, in der DNA des „River Cafés“ steckt das gelebte Leben von Lady Ruth Rogers, 1948 in New York als Ruth Elias geboren.

Ruthies Eltern sind fortschrittlich, links, intellektuell. Ruths Vater, ein Arzt, war im Spanischen Bürgerkrieg, die Mutter Bibliothekarin und Aktivistin. Die Familie zieht später ins ländliche, aber keinesfalls verschnarchte Woodstock – Ruth erinnert sich, dass Bob Dylan ihr, als sie ein Teenager war, eine handgeschriebene Einladung schickte, ob sie nicht Lust habe, bei einer seiner Soundproben Gast zu sein. Ruthie hatte keine. Wozu Ruthie hingegen Lust hat, als sie gerade mal 19 ist: auf Europa! Sie begleitet einen Freund, den



## ALL TOGETHER NOW

Das erste „River Café Cook Book“ kam 1995 heraus und war ein Bestseller, dem viele weitere Kochbücher des Restaurants folgen sollten – allesamt fantastische Rezeptsammlungen, leicht nachzukochen und mit Gelinggarantie. Auf Deutsch erscheint in diesem Winter im Verlag Echtzeit die empfehlenswerte Jubiläumsausgabe mit Rezepten aus 33 Jahren „River Café“. Mehr als 900 Gerichte, leicht, köstlich und voller Schönheit. „**River Café. Alle Rezepte. Die italienische Küche von Ruth Rogers und Rose Gray**“, Echtzeit Verlag, ca. 900 Seiten, 58 Euro

ein Stipendium nach Oxford führt, nach England, beginnt ein Designstudium, verliebt sich in „Swinging London“. Und in einen verheirateten Mann: Er ist 15 Jahre älter als sie, ein aufstrebender Architekt aus italo-britischer Familie, der mit seiner Frau ein Architekturbüro und drei kleine Söhne hat. Die Begegnung von Ruth und Richard ist schicksalhaft: Richard Rogers verlässt seine Familie und heiratet Ruthie.

In den 1970er-Jahren erhält Richard den Auftrag für den Bau des prestigeträchtigen Centre Pompidou. Die junge Familie zieht nach Paris, in den Marais, ihre Wohnung liegt direkt am Markt. Die Stände mit ihren Auslagen, das bunte Gemüse, die Farben des Obstes, die Schönheit der Früchte faszinieren Ruth, die sich fürs Kochen zu interessieren beginnt. Die Familie reist in diesen

Pariser Jahren oft nach Italien, Richards Eltern wohnen dort. Seine Mutter Dada, eine Italienerin aus Triest und begnadete Köchin, nimmt die Amerikanerin Ruth unter ihre Fittiche. Ruth ist vom italienischen Essen hingerissen. Von seiner Klarheit, Struktur. „Ich erinnere mich, dass ich eine Bruschetta gegessen habe, auf der nichts anderes war als Olivenöl. Es war für mich wie eine Erleuchtung!“, sagt sie. „Mir gefiel, dass man in der italienischen Küche jede Einzelheit herausschmeckt, dass das Aroma jeder individuellen Zutat für sich steht.“ In der Freude an Klarheit und Struktur ähneln sich Ruth und Richard, der einmal gesagt hat: „Ich würde mich freuen, wenn meine Architektur für Gebäude steht, die voller Licht sind, leicht. Und die in ihrer Struktur lesbar sind: Man kann beim Betrachten die Bauweise erkennen.“

Ruthie verbringt ab jetzt jede freie Minute in der Küche. Gründet, zurück in London, mit Rose Gray in einem alten Werftgebäude-Komplex am Ufer der Themse, den ihr Mann umbaut, ein Café. Am Anfang eigentlich eine Art Kantine für die Mitarbeiter von Richards Architekturbüro, das auch dort untergebracht ist: das „River Café“. Der Rest ist Gastronomiegeschichte – basierend auf höchster Qualität, besten Zutaten, der Reduktion aufs Wesentliche, auf Schönheit, Stil und Liebe. „The River Café is edible love“, sagt die Schauspielerin Thandie Newton, es sei „essbare Liebe“; für den Regisseur Wes Anderson ist es das „beste Restaurant des Planeten“. Das „River Café“ ist ein Michelin-Stern-gekröntes Kunstwerk, ein Welterfolg, in dessen Küche spätere Kochstars wie April Bloomfield, Jamie Oliver und Hugh Fearnley-Whittingstall geschliffen wurden.

„Dada hat mir alles beigebracht. Die Reduktion!“, sagt Ruth. „Noch auf dem Totenbett hat sie mir geraten: Übertreibe es ruhig mit der Feuchtigkeitscreme auf deinem Gesicht. Aber nie mit den Kräutern beim Fisch!“



»e&t«-Autorin Verena Lugert bewunderte als Teenager Bilder vom „River Café“ in Zeitschriften und träumte sich nach London. Dann tröstete sie sich mit einem Kochbuch.

# Gern gesehen

Nur für den Fall, dass Ihnen noch ein Geschenk fehlen sollten – diese Kochbücher können wir sehr empfehlen

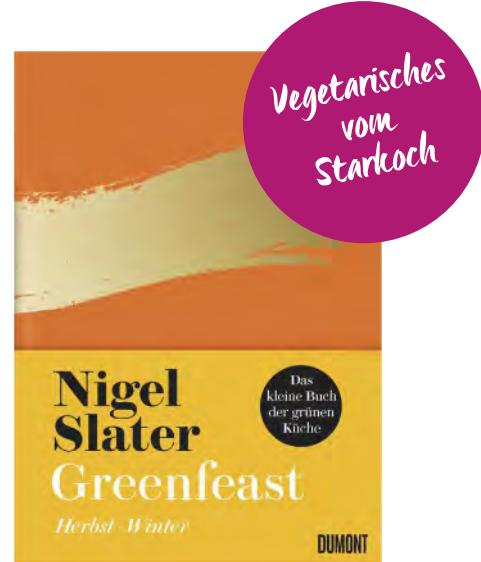
## GEMÜSE-KÜCHE

**DER FOKUS** Nach „Frühling/Sommer“ jetzt also die Fortsetzung von Slaters vegetarischem Kochbuch für die dunkleren Jahreszeiten.

**DAS BESONDERE** Die überraschenden (und doch so Slater-typischen) Kombinationen von Wintergemüsen mit Obst, Tahin, Ingwer, Blätterteig, Nüssen, Käse, Hülsenfrüchten. Nicht abgefahren, sondern bodenständig und gut nachvollziehbar.

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Für alle, die Gerichte mögen, die die Seele wärmen, mit wenigen Zutaten auskommen, abwechslungsreich, aromatisch und schnell gekocht sind.

*Greenfeast Herbst/Winter von Nigel Slater, Dumont Verlag, 320 Seiten, 28 Euro*



Vegetarisches  
vom  
Starkoch

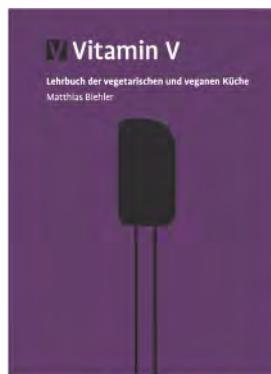
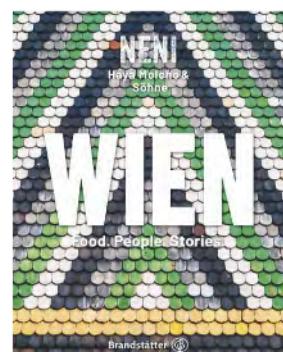
## HAUPTSTADT-GESCHICHTEN

**DER FOKUS** Wien, wie es lebt, isst, kocht, lacht und trinkt – Köchin Haya Molcho und ihre Söhne liefern eine liebevolle Hommage an ihre Stadt.

**DAS BESONDERE** Überall im Buch spürt man echte Begeisterung. Hier kochen und erzählen Menschen mit Passion fürs Essen. Auf nach Wien!

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Die Rezepte sind aus dem Leben gegriffen, sinnenfroh und fantasievoll.

*Wien by NENI von Haya Molcho & Söhne, Brandstätter Verlag, 272 Seiten, 35 Euro*



*Vitamin V – Lehrbuch der vegetarischen und veganen Küche von Matthias Biehler, Selbstverlag, 792 Seiten, 89 Euro*

## KOCH-WISSEN

**DER FOKUS** Allumfassendes vegetarisches und veganes Lehrbuch. Allein dem Thema Ei-Ersatz sind acht Doppelseiten gewidmet.

**DAS BESONDERE** Nach dem Schreck über die Ausmaße des Wälzers und der Tatsache, dass keine Fotos den Text auflockern, gewinnt das Staunen: So eine Fülle von Informationen – und so verständlich geschrieben!

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Wer sich für die Grundlagen des Kochens interessiert, kommt an diesem Buch nicht vorbei. Lassen Sie sich durch die Seiten treiben, Sie werden beim Zuklappen schlauer sein.

MEINELICHTER.  
MEINTANNENDUFT.  
MEINWEIHNACHTSGLÜCK.

MeinZuhause.



SCHÖN HIER.

+ EXTRA:  
Geschenkanhänger

LIVING  
AT HOME

Ich liebe mein Zuhause!

46  
Geschenke  
für Haus, Küche & Garten

SELBST GEMACHT  
Süße Mitbringsel  
für Freunde

Drei köstliche Festmenüs –  
traditionell, vegetarisch und  
leicht vorzubereiten

Die schönsten  
Weihnachtsideen

DEKORIEREN, BASTELN, BACKEN – GANZ GEMÜTLICH



Asiatisch,  
mediterran  
und  
klassisch

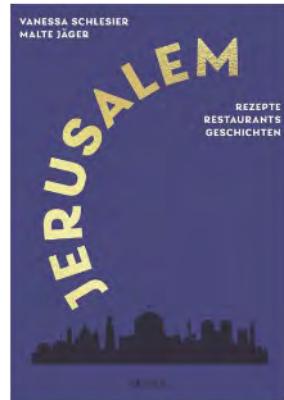
## GANZ SCHÖN WILD

**DER FOKUS** Auf den ersten Blick ein Wildkochbuch, auf den zweiten Blick ein Buch für alle, die auf der Suche nach besonders kreativen Rezepten sind.

**DAS BESONDERE** Das erste Werk der Spitzenköchin Viktoria Fuchs ist ein kleines Prachtstück, die Rezepte könnten Maßstäbe für eine neue, zeitgemäße Wildküche setzen. Viktoria Fuchs kombiniert asiatische und mediterrane Einflüsse mit traditionellen Zubereitungsmethoden, nimmt auch mal unbekanntere Stücke wie Hirschschinken ins Repertoire auf.

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Für alle, die gern experimentieren. Und für Fans des „Spielweg“ im Münstertal, wo mit Viktoria Fuchs nun die 6. Generation kocht: Ein Kapitel widmet sie den Klassikern des Hauses.

*Fuchsteufelswild – Das Wildkochbuch von Viktoria Fuchs, Südwest Verlag, 240 Seiten, 25 Euro*



*Jerusalem von Vanessa Schlesier und Malte Jäger, AT Verlag 256 Seiten, 29,90 Euro*

## MENSCHLICH

**DER FOKUS** Nach Tel Aviv rückt Israels Hauptstadt in den kulinarischen Vordergrund. Eine Metropole, die wirklich die Bezeichnung Schmelzkiegel verdient.

**DAS BESONDERE** Die Beobachtungsgabe des Fotografen Malte Jäger. Seine Fotografien der Menschen dieser Stadt berühren, die Rezeptfotos machen Appetit.

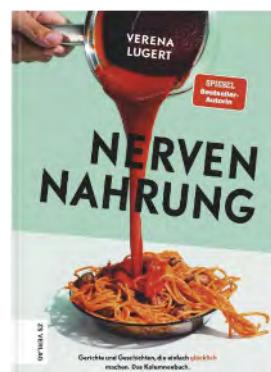
**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Auch Reise- und Abenteuerlustige werden ihren Spaß an diesem Buch haben, das viel mehr ist als eine Rezeptsammlung. Autorin Vanessa Schlesier gliedert die Kapitel in Stadtteile auf, stellt Lieblings-Restaurants, -Bars und -Cafés vor.

## GLÜCKLICH

**DER FOKUS** Marokkanisches Zitronenhuhn, Fettuccine Alfredo, Mac'n'Cheese – Autorin Verena Lugert durchschreitet die Küchen der Welt, liefert Rezepte für Gerichte, die einfach zu kochen sind, dazu kleine, lesenswerte Geschichten.

**DAS BESONDERE** Das Buch entstand aus der Rezeptkolumne auf „Spiegel Online“, die während des Corona-Lockdowns gestartet wurde, um Leser mit Lieblingsrezepten beim Kochen zu unterstützen.

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Ab und zu braucht jeder mal Nervennahrung.



*Nervennahrung von Verena Lugert, ZS Verlag, 192 Seiten, 19,99 Euro*

## GEMÜTLICH

**DER FOKUS** Ein Winterkochbuch. Autorin und Fotografin reisten durch Schottland, kehrten ein und ließen sich von Klassikern wie Shepherd's Pie und Scones zu neuen Rezepten inspirieren.

**DAS BESONDERE** Das Getränk Whisky mit Zitrone und Honig wärmt nach einem Spaziergang besser als jede „Tote Tante“, das Millionärs-Shortbread ersetzt mühelos die Schwarzwälder Kirschtorte.

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Schottlandfans, wegen der Fotos, und für alle, die deftige Gerichte mögen.



*Wild and Cosy – Wärmende Rezepte für kalte Tage von Julia Cawley, Saskia van Deelen, Vera Schäper, Jan Thorbecke Verlag, 176 Seiten, 28 Euro*

# Von der Kunst des Gastgebens

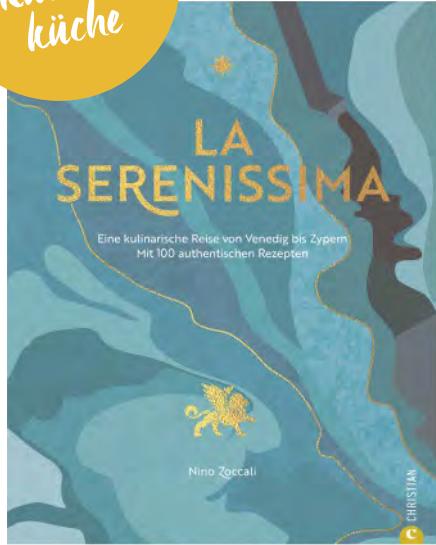
**NEU!**  
Jetzt im Handel.



Das gedruckte Magazin können Sie auch bequem nach Hause bestellen:  
unter [www.bunte-aboshop.de/sonderhefte](http://www.bunte-aboshop.de/sonderhefte). Dort erhalten Sie auch das E-Paper –  
oder alternativ über unsere Smartphone- und Tablet-App „BUNTE Magazin“.

Verantwortlicher und Kontakt: Abonenten Service Center GmbH, Hauptstraße 130, 77652 Offenburg, für die BUNTE Entertainment Verlag GmbH in gemeinsamer Verantwortlichkeit mit mehreren Verlagen von Hubert Burda Media (siehe [www.burda.com/de/gvv](http://www.burda.com/de/gvv)).

Köstliche  
Küsten-  
küche



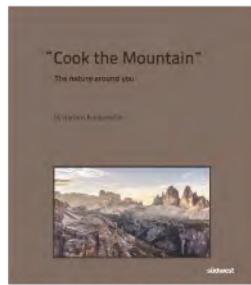
## AM MEER ENTLANG

**DER FOKUS** Mittelmeerküche, genauer die Küche der La Serenissima Repubblica di San Marco, zu Deutsch die allerdurchlauchtigste Republik des Heiligen Markus, die sich einst von Venedig an der Adria entlang bis nach Zypern erstreckte.

**DAS BESONDERE** Der Koch Nino Zoccali ist Australier mit italienischen Wurzeln. Er hat von Venedig bis Zypern Rezepte für alle Anlässe zusammengetragen, die authentisch, aber trotzdem leicht nachzukochen sind.

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Ihr Repertoire an Sommergerichten ist ausgeschöpft? Dann wünschen Sie sich dieses Buch.

*La Serenissima* von Nino Zoccali, Christian Verlag, 256 Seiten, 34,99 Euro



**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Für den Genießer, oder um mal richtig Eindruck zu schinden – die Rezepte sind anspruchsvoll, aber jeden Aufwand wert.

*Cook The Mountain (2 Bände)* von Norbert Niederkofler, Südwest Verlag, 560 Seiten, 98 Euro

## BESTES VOM BERG

**DER FOKUS** Die Philosophie des Südtiroler Drei-Sterne-Kochs Norbert Niederkofler: Verwende Produkte, die ausschließlich am Berg und in dessen Umkreis gedeihen.

**DAS BESONDERE** Niederkofler blickt auf seine Heimat mit den Augen des Meisterkochs und mit tiefem Respekt für die kulinarischen Traditionen. Wunderschön: die Natur- und Rezeptfotografie.

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Für den Genießer, oder um mal richtig Eindruck zu schinden – die Rezepte sind anspruchsvoll, aber jeden Aufwand wert.

*Cook The Mountain (2 Bände)* von Norbert Niederkofler, Südwest Verlag, 560 Seiten, 98 Euro



*Harumis leichte japanische Küche* von Harumi Kurihara, DK Verlag, 240 Seiten, 24,99 Euro

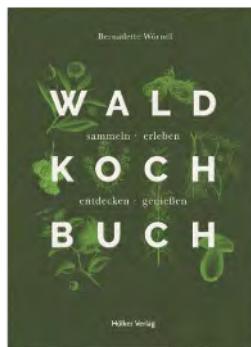
## JAPAN FÜR JEDERMANN

**DER FOKUS** Fernsehköchin Harumi Kurihara bringt Alltagsgerichte unkompliziert und schnell auf den Tisch – dafür wird sie in Japan verehrt.

**DAS BESONDERE** Die Rezepte sind zum Teil dem europäischen Geschmack angepasst. Zwar sind unentbehrliche japanische Zutaten im Internet zu besorgen, aber dann geht's auch schon los.

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Gut für alle, die neugierig auf die japanische Küche sind – und keine Vorbehalte gegen Fritteuse und Mikrowelle haben.

*Harumis leichte japanische Küche* von Harumi Kurihara, DK Verlag, 240 Seiten, 24,99 Euro



*Das Wald-Kochbuch* von Bernadette Wörndl, Hölker Verlag, 184 Seiten, 32 Euro

## WILDES VOM WEGESRAND

**DER FOKUS** Hier wird naturverbunden, immer frisch, gesund und stramm saisonal gekocht: Die Rezepte folgen dem Jahreslauf.

**DAS BESONDERE** Die Erkenntnis, dass man auch mit Tannennadeln kochen kann (Entenconfit mit Tannenadeln) und dass Gundelrebe (auf Deutsch Gundermann) kein Unkraut, sondern ein leckeres Wildkraut ist (Gundelreben-Frischkäsebällchen).

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Ausschließlich für den Naturgenuss.

*Das Wald-Kochbuch* von Bernadette Wörndl, Hölker Verlag, 184 Seiten, 32 Euro



**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Wer nicht in der Nähe wohnt, kann sich zumindest mit diesem Buch trösten

*Das Feld Die Wirtschaft Der Koch* von Wilhelm Schmid, Eberhard Neubronner, Helmut Schlaif, HS Verlag, 180 Seiten, 39,80 Euro

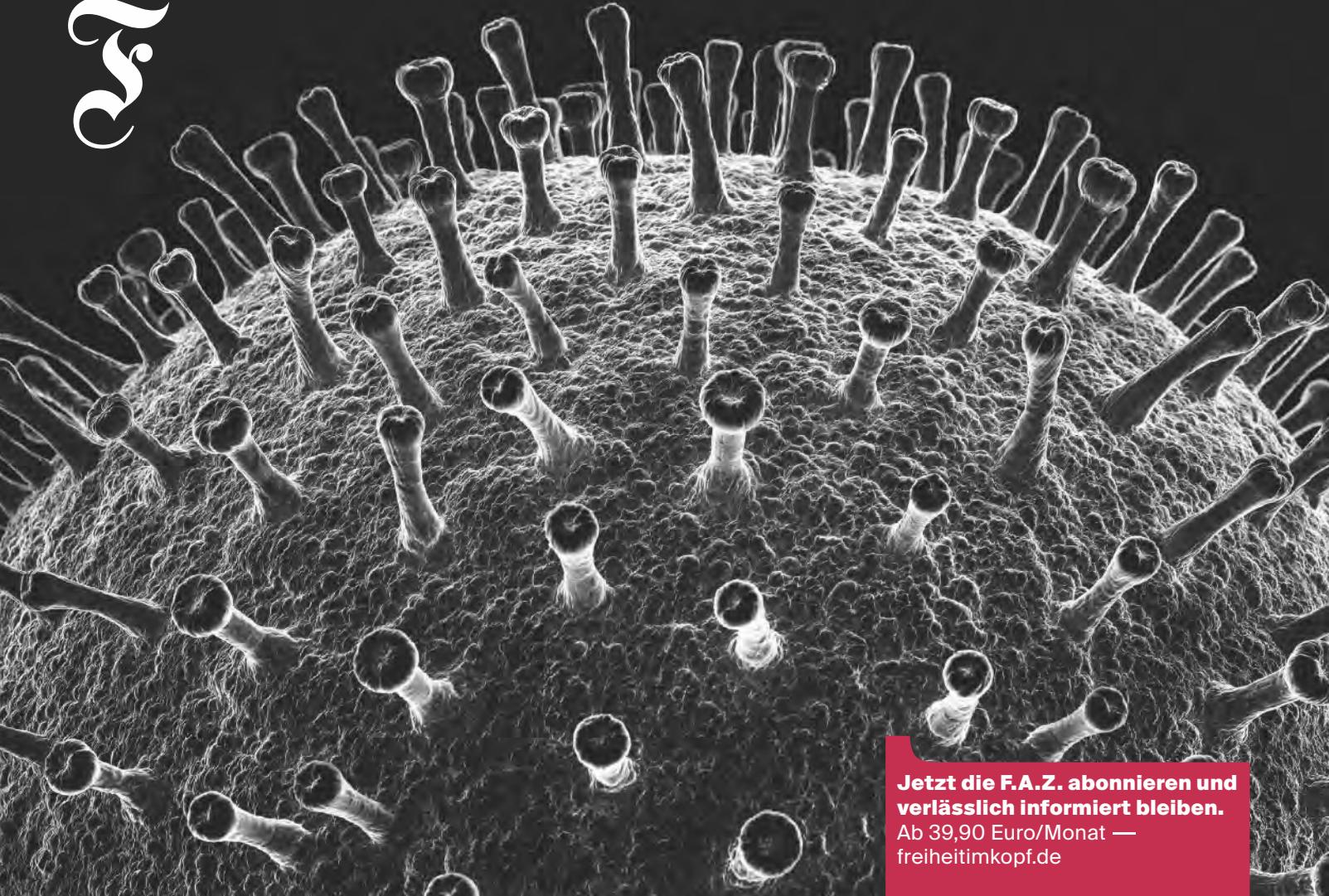
## GASTHOF MIT GARTEN

**DER FOKUS** Der Gasthof „Feld-Wirtschaft“ in Bermaringen auf der Schwäbischen Alb ist ein magischer Ort mit eigenem Gemüsegarten und passionierten Gastgebern, die Regionalität schätzen und leben.

**DAS BESONDERE** Wunderbare Rezepte aus dem Gasthof, mit Zutaten, die vor der Tür wachsen, plus das unerschöpfliche Gartenwissen der Autoren.

**FÜR WEN WIRD GEKOCHT?** Wer nicht in der Nähe wohnt, kann sich zumindest mit diesem Buch trösten

*Das Feld Die Wirtschaft Der Koch* von Wilhelm Schmid, Eberhard Neubronner, Helmut Schlaif, HS Verlag, 180 Seiten, 39,80 Euro



**Jetzt die F.A.Z. abonnieren und  
verlässlich informiert bleiben.**  
Ab 39,90 Euro/Monat —  
[freiheitimkopf.de](http://freiheitimkopf.de)

# Weil nur gesicherte Informationen verhindern, dass auch die Demokratie erkrankt.

Die Frankfurter Allgemeine steht für die Kraft der Fakten. Mit unabhängigen, fundierten und nicht immer bequemen Perspektiven beleuchtet sie die drängendsten Fragen unserer Zeit. Mit unterschiedlichen Standpunkten, tiefgehenden Analysen und sachlichen Einordnungen und natürlich mit gewissenhafter Prüfung.

Mit einem Abonnement der F.A.Z. investieren Sie in eine der besten Nachrichtenquellen der Welt. Sie investieren in verlässliche Informationen. Und damit in faktenbasierte Debatten in Deutschland.

— Freiheit beginnt im Kopf.

**Frankfurter Allgemeine**  
ZEITUNG FÜR DEUTSCHLAND

MARCEL KOCHT

WORKSHOP-SERIE. FOLGE 7

# FEINE SACHE

An kalten Winterabenden kommt mit Rahm-Geschnetzeltem alpenländische Gemütlichkeit auf. Wie einfach der Klassiker gelingt, zeigt »e&t«-Koch Marcel Stut und reicht knusprige Rösti dazu

REZEPTE MARCEL STUT FOTOS JORMA GOTZWALD  
STYLING ANKA REHBOCK TEXT STEFANIE MEYER



Zum Schluss streut Marcel noch Schnittlauchrölchen über das Geschnetzelte





## GESCHNETZELTES MIT RÖSTI

Würziger Rahm umschmeichelt  
Kalbfleisch und Champignons. Perfekt  
dazu: knusprige Kartoffeltaler.  
Rezepte Seite 151



1

Marcel schält die kalten Kartoffeln. Er hat sie bereits am Vortag gekocht und über Nacht kalt gestellt.



2

Die grob geraspelten Kartoffeln würzt er mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenem Muskat und formt aus der Masse Rösti.



3

Marcel schlägt die Sahne mit dem Spiralbesen halb steif. Später gibt er sie in die Sauce, das macht sie schön cremig.



4

Das Fleisch schneidet unser Koch in gleich große Streifen, „sonst sind die Stücke nicht zeitgleich gar“, erklärt Marcel.



5

Von beiden Seiten wird das Fleisch mit etwas Öl scharf angebraten, am besten in einer unbeschichteten Pfanne.



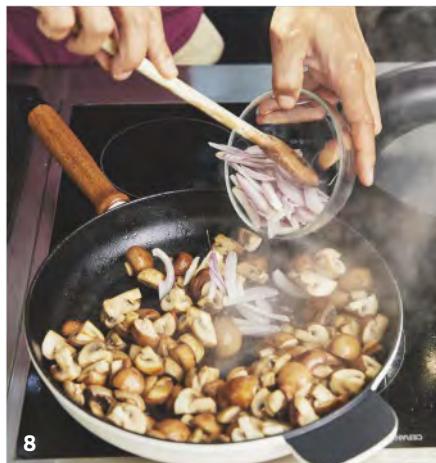
6

Das Fleisch hat Marcel aus der Pfanne genommen. Mit dem Fond löst er den Bratsatz.



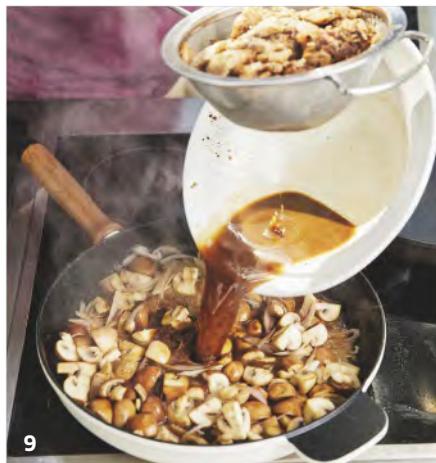
7

In einer weiteren Pfanne brät Marcel die Rösti: „4 Minuten in Ruhe lassen, bevor man sie wendet“, sagt der Koch.



8

Champignons und Schalotten von allen Seiten scharf anbraten, bevor sie mit Wein abgelöscht werden.



9

Die Sauce darf wieder in die Pfanne. Marcel gibt noch Weißwein, Sahne und frische Lorbeerblätter dazu.

## Geschnetzeltes mit Rösti

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Personen

- 800 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer
- Muskat (frisch gerieben)
- 250 ml Schlagsahne
- 3 kleine Schalotten
- 250 g braune Champignons
- 450 g Kalbfleisch (aus Rücken oder Keule)
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1 EL Mehl
- 9 EL neutrales Öl (z. B. Maiskeimöl)
- 150 ml Kalbfond
- 1½ EL Butter
- 50 ml trockener Weißwein
- 2 frische Lorbeerblätter
- 1 Bund Schnittlauch
- 1–2 TL Zitronensaft

**1.** Am Vortag für die Rösti Kartoffeln waschen und ungeschält in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen, kurz ausdämpfen und abkühlen lassen. Über Nacht kalt stellen.

**2.** Am nächsten Tag Kartoffeln pellen und in einer Schüssel grob raspeln. Kartoffeln leicht mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, mischen und zu 8 je 1 cm dicken Rösti formen.

**3.** Für das Geschnetzelte Sahne mit einem Schneebesen halb steif schlagen. Schalotten in feine Streifen schneiden. Pilze putzen und vierteln. Kalbfleisch in 1 cm dicke und 3 cm lange Scheiben schneiden und mit Paprikapulver und Pfeffer würzen. In einen tiefen Teller legen und mit Mehl bestäuben.

**4.** 4 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch mit Salz würzen, bei starker Hitze portionsweise hintereinander kurz scharf anbraten, herausnehmen und in ein Sieb geben. Fleischsaft in einer Schüssel auffangen. Fond in die Pfanne geben und Bratensatz mit einem Pfannenwender lösen. Fond zum Fleischsaft geben.

**5.** Inzwischen für die Rösti 3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Rösti in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze 4–5 Minuten von jeder Seite knusprig braten.

**6.** Restliches Öl und Butter in der Pfanne erhitzen. Schalotten und Pilze darin bei mittlerer bis starker Hitze 2–3 Minuten scharf anbraten und mit Wein ablöschen. Mit Fond-Mischung und Hälfte der Sahne auffüllen, Lorbeer zugeben und in 5–6 Minuten cremig einkochen lassen. Fleisch zugeben und bei milder Hitze 5 Minuten gar ziehen lassen.

**7.** Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Restliche Sahne unter das Geschnetzelte heben und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Geschnetzeltes mit Rösti auf Tellern anrichten und servieren.

**ZUBEREITUNG** 40 Minuten plus Garzeit 20 Minuten

**PRO PORTION** 32 g E, 48 g F, 31 g KH = 709 kcal (2973 kJ)



Die Basis der  
würzigen Sauce  
liefern Röst-  
aromen von  
Pilzen, Fleisch und  
Schalotten

„Wer Geschnetzeltes nicht mit Kalbfleisch zubereiten möchte, kann auch Schweinefilet, Rinderhüfte oder Hähnchenbrust nehmen.“

»e&t«-Koch Marcel Stut



Macht  
Appetit



# Lieblingsgerichte für jeden Anlass.

»essen & trinken« bringt Ihnen oder einer Person Ihrer Wahl ganz einfach und bequem Genuss-Trends, köstliche Rezepte und viele wertvolle Tipps ins Haus. Verleihen Sie jedem Anlass eine feierliche Note.



# Ja, ich freue mich auf diese Vorteile von »essen & trinken«

- **Frisch auf den Tisch:** Jede Ausgabe pünktlich und portofrei im Briefkasten
- **Inspiration für jeden Anlass:** Abwechslungsreiche Gerichte, die gelingen
- **Günstig: 12 Ausgaben zum Selbstlesen oder Verschenken** für 58,80€ und eine Prämie

**Jetzt bestellen!**



**0 25 01/8 01 43 79**



**www.esSEN-und-trinkEN.de/präMienabO**

Bitte Bestellnummer angeben: 0260024 (selbstlesen) oder 20626027 (verschenken)

**STOLLEN**

Im Dresdner  
Original stecken  
Rosinen, Mandeln  
und kandierte  
Früchte unter der  
Puderzuckerdecke



# Falten erwünscht

Zugegeben, er ist nicht mehr der Jüngste. Doch merkt man ihm sein Alter nicht an:

Frisch gepudert und gut gelagert schmeckt Christstollen wie am ersten Tag. Wir füllen einen mit Pistazien und Aprikosen, den nächsten mit Mohn und beschwipster Birne. Und wer den Hefeteig scheut, greift zur leicht gemachten Quarkteig-Variante

REZEPTE HEGE MARIE KÖSTER FOTOS JORMA GOTZWALD FOODSTYLING ACHIM ELLMER  
STYLING ISABEL DE LA FUENTE TEXT INKEN BABERG





## Quarkstollen mit kandierten Möhren

Bunt gefüllt und fein gewürzt: mit Walnüssen, Cranberrys, süßlicher Möhre – und Backpulver für den lockeren Auftrieb. **Rezept Seite 156**





Foto Seite 154

## Quarkstollen mit kandierten Möhren

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 16–18 Stücke

- 300 g Möhren
- 50 ml Orangensaft (frisch gepresst)
- 275 g Zucker
- 40 g Honig
- 50 g Orangeat
- 100 g Walnusskerne
- 500 g Mehl
- 1 TL Christstollengewürz
- 1 Pk. Weinsteinbackpulver
- 2 Eier (Kl. M)
- 1 Pk. Vanillezucker
- Salz
- 250 g Quark
- 275 g Butter (weich)
- 50 g Sultaninen
- 50 g getrocknete Cranberrys
- 3 El Rum (ersatzweise Milch)
- 100 g Puderzucker

**1.** Möhren schälen und in feine Würfel schneiden. Orangensaft, 100 g Zucker, Honig und 100 ml Wasser in einen Topf aufkochen und 5 Minuten sirupartig einkochen lassen. Möhren zugeben, aufkochen und in der Flüssigkeit abkühlen lassen (siehe Tipp 1).

**2.** Orangeat und Walnüsse grob hacken.

**3.** Mehl, Stollengewürz und Backpulver in einer Schüssel mischen und in die Mitte eine große Mulde drücken. Eier, restlichen Zucker, Vanillezucker und 1 Prise Salz hineingeben. Quark in die Mulde geben und 125 g Butter in kleinen Flöckchen zugeben. Möhren in einem Sieb gut abtropfen lassen.

**4.** Alle Teigzutaten mit den Knethaken des Handrührers auf kleiner Stufe zum glatten Teig verkneten. Orangeat, Walnüsse, Möhren, Sultaninen, Cranberrys und Rum zugeben. Alles erst mit den Knethaken, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt mindestens 1 Stunde kalt stellen.

**5.** Teig erneut durchkneten und zu einem Laib (ca. 37x20 cm) formen. Mit dem Rollholz längs mittig eine Mulde in den Laib drücken, dabei das Rollholz leicht vor- und zurückrollen. Die eine Teighälfte so auf die andere legen, dass diese nicht ganz überdeckt wird. Kräftig mit der Handkante eine Mulde längs mittig in den Teig drücken. Die seitlichen Enden spitz formen und leicht unterschlagen. Stollen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen (siehe Tipp 2) und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft 160 Grad) etwa 15 Minuten backen. Temperatur reduzieren auf 160 Grad (Gas 1–2, Umluft 140 Grad) und weitere 40 Minuten backen.

**6.** Restliche Butter zerlassen. Den fertig gebackenen Stollen aus dem Ofen nehmen, sofort mit der Hälfte der flüssigen Butter bestreichen und mit 1–2 El Puderzucker bestäuben. Dann mit der restlichen Butter bestreichen und dick mit dem restlichen Puderzucker bestäuben. Diesen Stollen ohne Lagerzeit frisch verbrauchen (innerhalb von 3–4 Tagen).

**ZUBEREITUNGSZEIT** 50 Minuten plus Kühlzeit mindestens 1 Stunde plus Backzeit 55 Minuten

**PRO STÜCK** (bei 18 Stücken) 6 g E, 18 g F, 45 g KH = 379 kcal (1591 kJ)

**Tipp 1** Die Möhren lassen sich gut am Vortag „kandieren“.

**Tipp 2** Falls Sie eine Stollenform haben, können Sie den Stollen wie oben beschrieben formen und umgekehrt in einer gebutterten und leicht mehlerten Stollenform backen. So bekommt er eine noch bessere, typische Stollenform.



HEGE MARIE KÖSTER

»e&t«-Bäckerin

**„Quarkstollen schmeckt frisch am besten, Hefestollen kann man den ganzen Advent über genießen. Am besten in einer Blechdose lagern oder in Backpapier im Brotkorb.“**

Foto rechts

## Pistazienstollen

\*\* MITTELSCHWER

Für 16–18 Stücke

### FÜLLUNG

- 200 g getrocknete Aprikosen
- 75 g Zitronat
- 6 El Rum
- 100 g Mandelstifte
- 50 g Pistazienkerne
- 150 g Marzipanrohmasse

### TEIG

- 30 g frische Hefe
- 1 Pk. Vanillezucker

- 100 ml Milch (lauwarm)
- 500 g Mehl (Type 550) plus etwas zum Bearbeiten
- 60 g Zucker
- Salz
- 1 TL fein abgeriebene Bio-Zitronenschale
- 350 g Butter
- 1 Ei (Kl. M)
- ca. 120 g Puderzucker

**1.** Für die Füllung Aprikosen und Zitronat fein hacken, in eine Schale geben und mit Rum übergießen. Mindestens 4 Stunden oder über Nacht marinieren lassen.

**2.** Mandelstifte in einer Schale mit kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten quellen lassen. Mandeln in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Mandeln mit Aprikosen und Zitronat mischen. Pistazien im Blitzhacker fein zerkleinern. Mit der Marzipanrohmasse verkneten. Mit den Händen zu einer ca. 35 cm langen Rolle formen und abgedeckt beiseitestellen.

**3.** Für den Teig Hefe zerbröckeln und in einer Schüssel mit Vanillezucker, ca. 50 ml lauwarmen Milch und 2 El Mehl verrühren. Vorteig mit etwas Mehl bestäuben und abgedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen.

**4.** Restliches Mehl, Zucker, ½ TL Salz und Zitronenschale in einer Rührschüssel mischen. 200 g Butter, Ei, restliche Milch und den Vorteig zugeben, mit dem Knethaken der Küchenmaschine (oder den Knethaken des Handrührers) mindestens 5 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Früchte und Mandeln zugeben und erst mit den Knethaken, dann mit den Händen auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche sorgfältig unterkneten. Abgedeckt in der Schüssel an einem warmen Ort 1:30 Stunden gehen lassen.

**5.** Teig erneut durchkneten und zum Laib (ca. 37x20 cm) formen. Mit dem Rollholz längs im unteren Drittel eine Mulde in den Laib drücken, das Rollholz dabei leicht vor- und zurückrollen. Die Pistazienrolle in die Mulde geben, dann eine Teighälfte



## Pistazienstollen

Kernig frisch und handgefaltet: Marzipan und Mandeln halten den Hefeteig saftig. Aprikosen und Zitronat setzen Fruchtigkeit hinzu. Mit Rum nach Belieben fürs Extra-Aroma. **Rezept links**





## Mohnstollen mit Glühweinbirne

Leicht beschwipst, berauschend in Form:  
Im mohngefüllten Hefestollen prangen  
Rotwein-Birnenwürfel aus dem  
Gewürzsud. **Rezept rechts**



so auf die andere legen, dass diese nicht ganz überdeckt wird. Kräftig mit der Handkante eine Mulde längs mittig in den Teig drücken. Die seitlichen Enden spitz formen und leicht unterschlagen. Stollen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und abgedeckt weitere 30 Minuten gehen lassen.

**6.** Stollen im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad (Gas 3–4, Umluft nicht empfehlenswert) auf der 2. Schiene von unten 10–15 Minuten backen. Die Temperatur reduzieren auf 180 Grad (Gas 2–3, Umluft nicht empfehlenswert) und weitere 45 Minuten backen.

**7.** Zum Fertigstellen restliche Butter in einem Topf zerlassen. Stollen aus dem Backofen nehmen und von dem noch heißen Stollen vorsichtig die dunklen abstehenden Früchte entfernen. Stollen rundum mit der flüssigen Butter bepinseln und mit 2 EL Puderzucker bestreuen. Stollen vollständig abkühlen lassen und mit dem restlichen Puderzucker bestäuben.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 50 Minuten plus Marinierzeit mindestens 4 Stunden plus Gehzeit 2:15 Stunden plus Backzeit 1 Stunde

**PRO STÜCK** (bei 18 Stücken) 7 g E, 24 g F, 43 g KH = 442 kcal (1850 kJ)

**Tipp** Falls Sie eine Stollenform haben (38 cm Länge), den Stollen so wie oben beschrieben formen, umgekehrt in die gefettete Form geben und backen. So bekommt er die typische Stollenform. In den letzten 10–15 Minuten die Form entfernen, damit der Stollen die richtige Bräunung bekommt.

Foto links

## Mohnstollen mit Glühweinbirne

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 16–18 Stücke

### FÜLLUNG

- 1 Bio-Orange
- 1 feste Birne (z. B. Forelle oder Abate Fetel)
- 75 g Sultaninen
- 150 ml Rotwein
- 1 Zimtstange (7 cm Länge)
- 1 Sternanis
- 2 EL Zucker
- 75 g kandierter Ingwer
- 100 g geröstete ungesalzene Mandelkerne (z. B. Seeberger)

### MOHNMASSE

- 220 ml Milch
- 40 g Zucker
- 100 g gemahlener Blaumohn

- 15–20 g Speisestärke
- 1 Eigelb (Kl. M)

### TEIG

- 30 g frische Hefe
  - 1 PK. Vanillezucker
  - 100 ml Milch (lauwarm)
  - 500 g Mehl (Type 550) plus etwas zum Bearbeiten
  - 60 g Zucker • Salz
  - 1 TL gemahlener Kardamom
  - 350 g Butter plus etwas für die Form
  - 1 Ei (Kl. M)
  - ca. 120 g Puderzucker
- Außerdem: 1 Stollenform (38 cm Ø)

**1.** Am Vortag für die Füllung Orange waschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Birne schälen, vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Birnen, Sultaninen und Rotwein in einen Topf geben, 1 TL Orangenschale, Gewürze und Zucker zugeben, aufkochen und 1 Minute kochen lassen (die Birnenwürfel dürfen nicht zu weich werden). Birnen im Sud auskühlen lassen und zum Marinieren abgedeckt über Nacht kalt stellen.

**2.** Am Tag danach für die Mohnmasse 150 ml Milch und Zucker in einem Topf aufkochen. Mohn unter Röhren zugeben und 5 Minuten bei milder Hitze quellen lassen. Restliche Milch und Stärke verrühren und die Mischung unter Röhren in die heiße

Mohnmasse gießen. 1-mal kurz aufkochen, beiseitestellen und etwas abkühlen lassen. Eigelb in die lauwarme Masse einrühren.

**3.** Für die Füllung Ingwer und Mandeln fein hacken.

**4.** Für den Teig Hefe zerbröckeln. In einer Schüssel mit Vanillezucker, ca. 50 ml lauwarmen Milch und 2 EL Mehl verrühren. Vorteig mit etwas Mehl bestäuben und abgedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen. Inzwischen Birnen und Sultaninen abtropfen lassen, Gewürze entfernen. (Rotwein-Gewürz-Sud anderweitig verwenden, z.B. für Glühwein.)

**5.** Für den Teig restliches Mehl, Zucker, ½ TL Salz, Kardamom und restliche Orangenschale (von der Füllung, siehe oben) in einer Rührschüssel mischen. 200 g Butter, Ei, restliche Milch und den Vorteig zugeben und mit dem Knethaken der Küchenmaschine (oder den Knethaken des Handrührers) mindestens 5 Minuten zum glatten Teig verkneten. Ingwer und Mandeln zugeben und erst mit den Knethaken, dann mit den Händen auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche sorgfältig unterkneten. Abgedeckt in der Schüssel an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen.

**6.** Teig erneut durchkneten und auf der gut bemehlten Arbeitsfläche 40x30 cm groß ausrollen. Mohnmasse auf den Teig streichen, dabei rundum 2–3 cm Rand frei lassen. Birnen und Sultaninen längs auf der unteren Schmalseite verteilen und zu ¼ überklappen. Die obere Schmalseite einrollen und über die Teignaht klappen, sodass die klassische Stollenform entsteht. Seitliche Enden spitz formen und leicht unterschlagen. Teig umgekehrt in eine gefettete Stollenform geben. Form auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und 30 Minuten im Kühlschrank, auf dem Balkon oder der Terrasse gehen lassen.

**7.** Stollen im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad (Gas 3–4, Umluft nicht empfehlenswert) auf der 2. Schiene von unten 10–15 Minuten backen. Temperatur reduzieren auf 180 Grad (Gas 2–3, Umluft nicht empfehlenswert) und weitere 45–55 Minuten backen. In den letzten 15–20 Minuten die Stollenform abnehmen, damit der Stollen die richtige Bräunung bekommt.

**8.** Zum Fertigstellen restliche Butter im Topf zerlassen. Stollen aus dem Ofen nehmen, vom noch heißen Stollen vorsichtig die dunklen abstehenden Früchte entfernen. Stollen rundum mit Butter bepinseln, mit 2 EL Puderzucker bestäuben. Vollständig abkühlen lassen und mit restlichem Puderzucker bestäuben.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 55 Minuten plus Marinierzeit über Nacht plus Gehzeit 1:30 Stunden plus Backzeit 1–1:10 Stunden

**PRO STÜCK** (bei 18 Stücken) 7 g E, 22 g F, 42 g KH = 414 kcal (1736 kJ)



**HEGE MARIE KÖSTER**  
»e&t«-Bäckerin

**„Stollenreste einfach in Scheiben schneiden, durch Eiermilch ziehen, goldbraun in der Pfanne ausbacken und als Arme Ritter servieren.“**

# Zeit zum Verwöhnen

Ein wenig kleiner, ein wenig stiller. So werden wir dieses Weihnachten feiern – und die nächsten Wochen leben. Die neuen SPEZIAL-Hefte bringen Glanz und Genuss ins Haus



Jetzt  
am  
Kiosk

Schon von außen  
ganz allerliebst,  
unser Neuzugang,  
finden Sie nicht?

## Lesen, Backen, Naschen

— Beim Anblick all der herrlichen Plätzchen, Kuchen und Back-Basteleien kommt Vorfreude auf. Unser »essen & trinken« SPEZIAL „Süße Weihnachten“ ist mit 78 Rezepten ein echter Pageturner – spannend wie ein Krimi, nur viel süßer. Niedliche Mini-Gugelhupfe, imposante Torten, zartmürbe Plätzchen, schokoladige Desserts und vieles mehr. Unser Tipp für alle, die sich kaum entscheiden können: Wenn Sie sofort anfangen, haben Sie sich bis Heiligabend einmal durchgebacken. **Jetzt für 8,50 Euro am Kiosk**



WEIHNACHTS-SPEZIAL

### O DU FRÖHLICHE...

Es gibt kaum Schöneres, als in der Adventszeit zu basteln, zu backen und es sich mit den Lieben daheim so richtig behaglich zu machen. Wer wüsste das besser als unsere Kolleginnen von »Landlust«? Ihr Sonderheft „Weihnachten“ ist prall gefüllt mit wundervollen Ideen zum Fest: naturnahe Deko aus Zapfen, Adventskränze, Faltsterne, Holzengel, Plätzchen und mehr – alles selbst gemacht. **Jetzt für 5,80 Euro am Kiosk**



WINTER-SPEZIAL

## SO SCHÖN GEMÜTLICH

Die dunkle Jahreszeit hat auch ihre guten Seiten. Unsere Kolleginnen von »essen & trinken Für jeden Tag« haben im SPEZIAL „Wunderbare Winterküche“ 65 Rezepte versammelt, die den Winter feiern. Freuen Sie sich auf kräftige Eintöpfe und Aufläufe, knackige Wintersalate und herrliche Süßspeisen mit Ananas, Orange, Kokos. Wie immer: einfach, schnell, köstlich – und mit den besten Tipps & Tricks von Tim Mälzer.

**Jetzt für 4,90 Euro am Kiosk**



KALENDER

## GENUSSVOLLES JAHR!

Alle, die gern kochen, haben 2021 eine Inspirationsquelle mehr. Unser neuer Wochenkalender gibt 53 köstliche, saisonale Antworten auf die Frage: „Was könnt' ich mal kochen?“ Mit den schönsten Rezepten aus »essen & trinken« durchs Jahr – auch eine tolle Geschenkidee für Hobbyköche.

**Dumont, Format: 21 x 29,7 cm.**

**Für 18 Euro im Buchhandel oder unter [www.esSEN-und-trinken.de/kalender](http://www.esSEN-und-trinken.de/kalender)**



Einer, der  
**HÖRZU**  
zu Hause hat

**HANS SIGL**  
Exklusiv fotografiert  
für HÖRZU

Eine Marke der **FUNKE** Mediengruppe

# Spätzle und keinen blassen Dunst?

“

Vor Jahren hatten Sie ein Rezept für Spätzle im Heft (Rehnuss mit Spätzle und Paprika, »e&t« 11/2015), gemacht mit der Buchsteiner Spätzlepresse. Daraufhin habe ich mir eine gekauft und bin bzw. war damit sehr zufrieden. Meine bisherigen Spätzle habe ich mit 630er-Dinkelmehl aus einer nahe gelegenen Mühle gemacht. Da meiner Erfahrung nach die Qualität der 630er-Dinkelmehle aus anderen Mühlen stark variierte, habe ich seit Jahren „mein“ Dinkelmehl. Nun wollte ich die Spätzle noch besser machen und kaufte zwei Spätzlemehle. Das Ergebnis war eine einzige Enttäuschung, entweder wurde der Teig klumpig, zu dick oder zu dünn. Nun möchte ich bei Ihren Fachleuten nachfragen, was da nicht geklappt hat und worauf ich zukünftig achten sollte.“

**Birgitta Wohlhaupper**, per E-Mail

PS: Bei der „Küchenschlacht“ im ZDF hat kürzlich eine schwäbische Kandidatin ihre Spätzle mit einer Maurerkelle vom Brett geschabt. Das ging ratzatz und brachte sogar Cornelia Poletto ins Grübeln.“

Liebe Frau Wohlhaupper,  
unser Küchenchef Achim Ellmer verwendet Weizendunst der Adler Mühle Bahlingen: sehr feinen, hellen Weizengrieß, auch doppelgriffiges Mehl genannt. Hier finden Sie ihn z.B.: [www.dinsesculinarium.de/adler-muehle/weizendunst.html](http://www.dinsesculinarium.de/adler-muehle/weizendunst.html). Ein Rezept für Spätzle und eine Erklärung zur Schabmethode finden Sie auf unserer Website unter [www.esSEN-und-trinkEN.de/wie-macht-man/83405-rtkl-wie-macht-man-eigentlich-spaetzle](http://www.esSEN-und-trinkEN.de/wie-macht-man/83405-rtkl-wie-macht-man-eigentlich-spaetzle).

Wichtig ist, dass der Teig 5–10 Minuten geschlagen wird und dann noch einmal 20 Minuten ruht, damit sich die Zutaten gut verbinden. Machen Sie vorab einige Testspätzle und prüfen Sie die Konsistenz, um den Teig eventuell etwas nachzubessern. Wenn er zu fest ist, geben Sie einfach etwas Mineralwasser hinzu und lassen ihn noch einmal etwas ruhen. Ob er Maurerkellen verträgt, haben wir allerdings noch nicht ausprobiert.

## Über die Schulter zum Reh

„Ich habe so gut wie keine Erfahrung in der Zubereitung von Wild, habe nun jedoch von einem Jäger Rehgulasch bekommen. Hätten Sie vielleicht ein Rezept für mich? Oder kann ich das Fleisch für die Wild-Pie mit Polenta und Nüssen (aus »e&t« 10/2020) verwenden? Das Rezept klingt ausgesprochen lecker. Doch wie verhält es sich mit der Garzeit bei Reh im Vergleich zur angegebenen Wildschweinschulter?“

**Andrea Schreindl**, per Mail

Liebe Frau Schreindl,  
gute Nachrichten! Unser Küchenchef Achim Ellmer, der die Wild-Pie entwickelt hat, sagt, Sie können Ihr Rehgulasch verwenden. Erfahrungsgemäß sei das Fleisch kleiner geschnitten (als im Rezept, in dem das Fleisch in 3 cm große Würfel geschnitten wird). Er würde die Garzeit daher 30 Minuten kürzer halten. Aber am besten: Einfach probieren und so lange schmoren, bis das Fleisch zart ist.





## Low-Carb-Flash

„Da ich seit über zwei Jahren Low Carb+ lebe, im Internet dazu aber wenig Kompetentes zu finden ist und mir langsam die Ideen ausgehen, habe ich das neue ‚Low Carb‘-Heft (»e&t« Für jeden Tag Spezial 3/2020) gekauft. Es lag nahe, da ich »e&t« schon immer geschätzt habe. Und ich muss sagen: Ich bin sehr angetan von den Ideen und der Fachkompetenz. Völlig geflasht hat mich der Sellerie-Hummus. Was für eine genial kreative Verwandlung des bürgerlich schnöden Selleries in ein orientalisch verführerisches Genusserlebnis. Allein dafür hat sich der Kauf gelohnt. Auch die weiteren Rezepte sind eine tolle Inspirationsquelle. Sie sehen, ich bin begeistert. Gern würde ich ‚Low Carb‘ abonnieren, allerdings am liebsten digital.“

**Karin Ockert-Höfler, Leonberg**

PS: Und wenn Sie Interesse an dem Rezept für einen Low-Carb-Teigboden für wundervolle Obst- und Käsekuchen haben, lassen Sie es mich wissen.“

Liebe Frau Ockert-Höfler,

Sie können das Low-Carb-Spezial von „e&t Für jeden Tag“ tatsächlich abonnieren: Abo-Shop aufsuchen unter <http://aboshop.essen-und-trinken.de/low-carb/normalabo-bis-auf-widerruf-15.html>, bestellen und viermal im Jahr flashen lassen – per Post und auf Papier gedruckt. Und vielen Dank für Ihr Lob! Wir freuen uns darüber – und sind sehr interessiert an Ihrem Boden-Rezept. Sie wissen ja, wo Sie uns finden.

## Wirklich nicht selbstverständlich

„Lieber Herr Spielhagen,  
gerade habe ich das neue Heft (»e&t« 9/2020) durchgelesen. Ich möchte Ihnen einfach mal schreiben, dass ich wiederum von dem Inhalt sehr begeistert bin. Tolle Rezepte, Weinempfehlungen, Reisetipps usw. Ich lese bzw. abonniere »e&t« (wenn auch mit Unterbrechungen) nun schon seit 40 Jahren und finde es toll, dass die Redaktion immer wieder so großartige Rezepte vorstellt! Danke für diese tolle Leistung, die wirklich nicht selbstverständlich ist.  
Herzliche Grüße und weiter so.“

**Christine Gahrt, Düsseldorf**



## LESERSERVICE

Unsere Kollegin **Andrea Meinköhn steht Ihnen in der Redaktion**  
**Rede und Antwort.** Sie erreichen sie dienstags von 14–16 Uhr.

Tel. 040/37 03 27 17 Fax 040/37 03 56 77

E-Mail [leserservice@essen-und-trinken.de](mailto:leserservice@essen-und-trinken.de)

Adresse Leserdienst, Brieffach-Nr. 19, 20444 Hamburg

Fragen zum Abonnement siehe Seite 164

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen und auch elektronisch zu veröffentlichen.



[lauensteiner.de](http://lauensteiner.de)

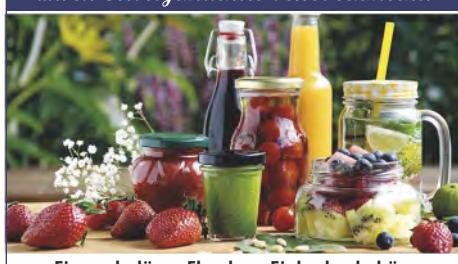
Azafran

- » BIOGEWÜRZE\*  
z.B. Kurkuma, Zimt & Ingwer
- » MISCHUNGEN
- » SUPERFOODS
- » BIO TEES\*

Erhältlich auf Amazon, Ebay & AZAFRAN.DE

## GLÄSER UND FLASCHEN

...weil Selbstgemachtes besser schmeckt!



Einmachgläser, Flaschen, Einkochzubehör,  
Dekoration und Verpackungen in großer Auswahl

[glaeserundflaschen.de/E+T](http://glaeserundflaschen.de/E+T)



TITEL  
REZEPT: MICHAEL WOLKEN  
FOTO: THORSTEN SUEDFELS  
STYLING: KRISZTINA ZOMBORI

## IMPRESSUM

VERLAG DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG  
HÜLSEBROCKSTRASSE 2-8, 48165 MÜNSTER

SITZ DER REDAKTION AM BAUMWALL 11, 20459 HAMBURG

TELEFON 040/37 03-0; FAX 040/37 03-56 77

ANSCHRIFT REDAKTION »ESSEN & TRINKEN«,  
BRIEFFACH 19, 20444 HAMBURG

CHEFREDAKTEUR/PUBLISHER JAN SPIELHAGEN

STELLV. PUBLISHER SINA HILKER

REDAKTIONSLITUR ARABELLE STIEG

CREATIVE DIRECTOR ELISABETH HERZEL

TEXTCHEF ARABELLE STIEG

ART DIRECTOR ANKE SIEBENEICHER

PHOTO DIRECTOR MONIQUE DRESSEL

LEITER E&T-KÜCHE ACHIM ELLMER

E&T-KÜCHE MICHAEL WOLKEN (STV.), JÜRGEN BUNGENER,  
ANNE HAUPT, MARION HEIDEGGER, HEGE MARIE KÖSTER,  
ANNE LUCAS, KAY-HENNER MENGE, MARCEL STUT

RESSORTLEITERIN FOOD & LIFESTYLE CLAUDIA MUIR

REDAKTION INKEN BABERG, BENEDIKT ERNST, ANNA FLOORS, BIRGIT HAMM,  
STEFANIE MEYER, MARIANNE ZUNNER

LAYOUT RICARDA FASSIO (LTG.), NICOLE KÖNIG, THERESA KÜHN,  
MATTHIAS MEYER

BILDREDAKTION JOSÉ BLANCO

SCHLUSSREDAKTION INGRID OSTLENDER

ASSISTENTIN DER CHEFREDAKTION MARTINA BUCHELT, TEL. 040/37 03-27 24

HONORARE ANJA SANDER

LESERSERVICE ANDREA MEINKÖHN, TEL. 040/37 03-27 17

GESCHÄFTSFÜHRUNG MALTE SCHWERDFEGER (SPRECHER), ALEXANDER VON SCHWERIN

VERTRIEB DPV DEUTSCHER PRESSEVERTRIEB GMBH

DIRECTOR DISTRIBUTION & SALES ANDREAS JASTRAU

HANDELSAUFLAGE DPV DEUTSCHER PRESSEVERTRIEB GMBH

ABO-AUFLAGE DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG

FORMATANZEIGEN (AUSSER RUBRIKANZEIGEN) DIRECTOR BRAND SOLUTIONS: ARNE ZIMMER  
(VERANTWORTLICH FÜR DIESEN ANZEIGENTEIL),  
G+J ELECTRONIC MEDIA SALES GMBH,  
AM BAUMWALL 11, 20459 HAMBURG  
ES GILT DIE GÜLTIGE PREISLISTE.  
INFOS HIERZU UNTER WWW.GJMEDIA.DE

RUBRIKANZEIGEN (SCHAUFENSTER) LEITUNG ANZEIGENMANAGEMENT: VERENA REHME  
(VERANTWORTLICH FÜR DIESEN ANZEIGENTEIL),  
DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG  
HÜLSEBROCKSTRASSE 2-8, 48165 MÜNSTER  
ES GILT DIE GÜLTIGE PREISLISTE.  
INFOS HIERZU UNTER WWW.VG-DMM.DE

MARKETING RENATE ZASTROW

KOMMUNIKATION/PR MARINA KLÖTING

SYNDICATION PICTURE PRESS, E-MAIL: SALES@PICTUREPRESS.DE

HERSTELLUNG HEIKO BELITZ (LTG.), INGA SCHILLER-SUGARMAN

VERANTWORTLICH FÜR

WWW.ESSEN-UND-TRINKEN.DE DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG

REDAKTION CHRISTINA HOLSTEIN (LTG.), JENNY KIEFER, INA LASARZIK,  
MARIA MARNITZ, SOPHIE MÜLLER, JUDITH OTTERSBACK

VERANTWORTLICH FÜR DEN

REDAKTIONELEN INHALT JAN SPIELHAGEN

AM BAUMWALL 11, 20459 HAMBURG

EAT THE WORLD IST EIN UNTERNEHMEN VON GRUNER+JAHR,  
DEM VERLAG, DER AUCH AN »EAT« BZW. DER DEUTSCHEN MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG BETEILIGT IST.  
COPYRIGHT © 2020 ESSEN & TRINKEN ISSN 0721-9776

FÜR ALLE BEITRÄGE, SOWEIT NICHT ANDERS ANGEGEBEN, BEI DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG  
NACHDRUCK, AUFNAHME IN ONLINE-DIENSTE UND INTERNET UND VERVIELFÄLTIGUNG AUF DATENTRÄGER WIE  
CD-ROM, DVD-ROM UTM. NUR NACH VORHERIGER SCHRIFTLICHER ZUSTIMMUNG DES VERLAGES. FÜR UNVERLANGT  
EINGESANDTE MANUSKRIPTE, FOTOS UND ZEICHNUNGEN WIRD KEINE HAFTUNG ÜBERNOMMEN.

ESSEN & TRINKEN (USPS NO 00000384) IS PUBLISHED MONTHLY BY DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG.  
KNOWN OFFICE OF PUBLICATION: DATA MEDIA (A DIVISION OF COVER-ALL COMPUTER SERVICES CORP.).  
2221 KENMORE AVENUE, SUITE 106, BUFFALO, NY 14207-1306. PERIODICALS POSTAGE IS PAID AT BUFFALO, NY 14205.

POSTMASTER: SEND ADDRESS CHANGES TO ESSEN & TRINKEN, DATA MEDIA, P.O. BOX 155, BUFFALO,  
NY 14205-0155, E-MAIL: SERVICE@ROLTEK.COM, TOLL FREE: 1-877-776-5835

LITHOGRAFIE: PETER BECKER GMBH, BÜRGERRÄU, HAUS 09, FRANKFURTER STRASSE 87, 97082 WÜRZBURG  
DRUCKEREI: FIRMENGROUPE APPL, APPL DRUCK, SENEFFELDER STRASSE 3-11, 86650 WEMDING

DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG

DEUTSCHE  
MEDIEN  
MANUFAKTUR  
Verlagsgruppe



## HERSTELLER

ASA SELECTION  
www.asa-selection-shop.com

LYNGBY PORCELAIN  
www.lyngbyporcelain.com

BLOMINGVILLE  
www.bloomingville.com

MEISSEN – STAATLICHE  
PORZELLAN-MANUFAKTUR  
www.meissen.com

BROSTE COPENHAGEN  
www.brostecopenhagen.com

MERCI  
www.merci-merci.com

CASPARI  
www.designersguild.com

MOTEL A MIIO  
www.motelamio.com

DEPOT  
www.depot-online.com

MT MASKING TAPE  
www.mt-maskingtape.com

DESIGNERS GUILD  
www.designersguild.com

NORDIC NEST  
www.nordicnest.de

DIBBERN  
www.dibbern-onlineshop.de

NYMPHENBURG PORZELLAN-  
MANUFAKTUR  
www.nymphenburg.com

DORIS BANK  
www.doris-bank.de

ORANGEHAUS  
www.orangehaus.de

FREIHERR VON POSCHINGER  
GLASMANUFAKTUR  
www.poschinger-onlineshop.de

PAPER POETRY – RICO DESIGN  
ÜBER IDEE  
www.rico-design.com

GEORG JENSEN  
www.georgjensen.com

ROBBE & BERKING  
www.robbeberking.de

HARIO  
global.hario.com

ROSENTHAL  
www.rosenthal.de

HERING BERLIN  
www.heringberlin.com

SCHOTT ZWIESEL  
www.zwiesel-glas.com

HIMLA  
www.himla.com

SINIKKA HARMS CERAMICS  
www.sinikkaharms.de

HK LIVING  
www.hkliving.nl

SØSTRENE GRENE  
www.sostrenegrene.com/de

H&M HOME  
www.hm.com

STAUB  
www.staub-online.de

IDEE  
www.idee-shop.com

VILLEROY & BOCH  
www.villeroy-boch.de

ILLUMS BOLIGHUS HAMBURG  
www.illumsbolighus.de

WESTWING NOW  
www.westwingnow.de

JUST SIMPLE THINGS  
justsimplesthings.de

ZARA HOME  
www.zarahome.de

K. H. WÜRTZ KERAMIK  
www.khwurtz.dk

3 PUNKT F  
www.3punkt-f.shop.de

KÜHN KERAMIK  
www.kuehn-keramik.de

LAMBERT HOME  
www.shop-lambert-home.de

## ABONNENTEN-SERVICE

Wenn Sie Fragen zu Ihrem Abonnement haben,  
melden Sie sich gern bei unserem Kundenservice.

Sie erreichen das Team montags bis freitags von  
8–20 Uhr und samstags von 8–13 Uhr.

Tel. 02501/801 43 79

Fax 02501/801 58 55

Adresse »essen & trinken«, Kundenservice,  
48084 Münster

Der Service umfasst beispielsweise:

- Änderung der Adresse und Zahlungsdaten
- Lieferunterbrechung, wenn Sie in den Urlaub fahren
- Nachsendung der Hefte an den Urlaubsort

Ein Abo oder einzelne Ausgaben von  
»essen & trinken« können Sie hier bestellen:  
<http://abshop.essen-und-trinken.de>

Abonnement-Preis, inkl. MwSt. und Versand:

Deutschland: Preis für zwölf Ausgaben »essen & trinken«  
für z. Zt. 58,80 €, (ggf. inkl. eines Sonderheftes zum Preis  
von z. Zt. 4,90 €), Österreich: 66,00 €, Schweiz: 106,80 sfr

# Kinder in Not

Nicht alle Kinder haben das Glück, in intakten Familien aufzuwachsen, und müssen im schlimmsten Fall aus ihrer Familie genommen werden. Neuste Berichte bestätigen, dass die Zahl gefährdeter Kinder in Deutschland stark ansteigt.

Manchmal holt die Vergangenheit die fünfjährige Lara\* nachts noch ein. Im Traum durchlebt sie dann ihre schlimmen Erinnerungen und fühlt sich wieder genau so ängstlich und hilflos wie damals. Laras Kinderdorfmutter kennt das schon: Seit das fünfjährige Mädchen vor einem Jahr zu ihr kam, hat Lara immer wieder mit Albträumen zu kämpfen. Die Kinderdorfmutter setzt sich dann zu ihr ans Bett, tröstet und hört zu. An so viel Aufmerksamkeit hat sich Lara noch immer nicht ganz gewöhnt, denn in ihrem Elternhaus kämpfte das Mädchen oft vergeblich um Liebe und Zuwendung.

Laras Eltern konnten ihre eigenen traumatischen Erlebnisse nicht überwinden: Beide wurden als Kinder selbst Opfer von Gewalt und Vernachlässigung und haben dies bei ihrer Tochter fortgesetzt. Als Lara ein Jahr alt war, begann der Vater sie zu misshandeln und wurde gewalttätig. Auch Laras Mutter hat es nicht geschafft, ihrer Tochter zu

helfen. Als ihre Eltern sich trennten, besserte sich Laras Situation nur wenig. Ihre Mutter wurde nun immer häufiger stark betrunken aufgegriffen und ließ ihre Tochter mehr und mehr verwahrlosen.

Auch in der Krippe fiel auf, dass bei Lara zu Hause etwas nicht stimmte. Das Mädchen trug schmutzige Kleidung, war oft krank und wirkte ungepflegt. Um sie zu schützen, entschied das Jugendamt schließlich, Lara aus ihrer Familie zu nehmen. So kam die damals Dreijährige erst in eine Pflegefamilie und anschließend in ein SOS-Kinderdorf. Schritt für Schritt versuchen die Pädagogen Laras Traumata aufzuarbeiten und ihr Liebe und Stabilität durch ihre neue Kinderdorfamilie zu geben. Trotzdem hat Lara noch einen weiten Weg vor sich. Irgendwann, so hofft ihre Kinderdorfmutter, werden auch ihre Albträume der Vergangenheit angehören. ■

Nicht nur in Kinderdorffamilien hilft SOS-Kinderdorf jungen Menschen, die unter Mangel und Vernachlässigung leiden. Der Verein bietet Kindern, Jugendlichen und Eltern in sozialen Schwierigkeiten Unterstützung. Viele Projekte können nur durch Spenden finanziert werden.

**Helfen Sie jetzt mit Ihrer Spende:**  
 Bank für Sozialwirtschaft  
 IBAN: DE02700205000007808005  
 BIC: BFSWDE33MUE

**Ihre  
Spende  
hilft!**

# VORSCHAU



1

Selbst gedreht:  
Ramenuppe mit  
Shiitake-Dashi  
und handge-  
machten Nudeln



2

Frisch belegt:  
Lahmacun mit  
„falschem Hack“



3

Gut getränkt:  
Glühwein-  
Savarin mit  
Kirschen und  
Sahnequark

## IM NÄCHSTEN HEFT

### 1 Eingeheizt

Alle Welt liebt Eintopf: bretonisch mit Muscheln, mexikanisch mit Mais, mit Lamm, mit Fisch, als Enten-Cassoulet oder Winter-Minestrone mit Kohl und Kastanien

### 2 Ausgetrickst

Überraschend vegetarisch: Kale-Salat mit Algen-Power, türkische Pizza mit Bohnenhack und zwei Erweckungserlebnisse mit Pasta

### 3 Aufgefüllt

Warum bei einem sirupgetränkten Hefekuchen das Loch in der Mitte so wichtig ist. Die »e&t«-Backschule No. 79: Glühwein-Savarin



### Winzersekt

Echte Perlen unter  
Deutschlands  
Schaumweinen.  
Die Reportage

Plus  
Asia-Fondue  
für Gäste

# ENDLICH ANGEKOMMEN!

**DONNA**

Meine Zeit ist jetzt

12/2020  
Deutschland € 4,20  
Österreich € 4,60  
Schweiz SFR 7,40

**21**

Traum-Mäntel  
... und die schönsten Teile aus Strick

IM HEFT  
Tilda Swinton  
Sting  
Nina Hoss

**Glück, lass dich umarmen**

Warum man manchmal Umwege gehen muss, um anzukommen – Geschichten mit spätem Happy End

Endlich volles Haar  
So geht's  
Plus  
Elke Heidenreich über das Dauerthema Frisur

Rückzugsorte  
Wir verlosen gemütliche Hütten für den Winter

„Weihnachten ohne dich“  
Ein Mann über seinen größten Verlust

Richtig atmen, besser leben  
„Breathwork“ tut der Seele gut

**DAS NEUE HEFT JETZT IM HANDEL**

Eine Marke der FUNKE Mediengruppe

# MEINE ZEIT IST JETZT!

DIREKT BESTELLEN UNTER [DONNA-MAGAZIN.DE/HEFTBESTELLUNG](http://DONNA-MAGAZIN.DE/HEFTBESTELLUNG)



# ALLE REZEPTE AUF EINEN BLICK

53 Rezepte

## Mit Fleisch



Avocado, Waffeln und Ente Seite 138, 137



Dim Sum mit Perlhuhn Seite 105



Entenbraten, Sellerie, und Chips Seite 70



Filo-Teigröllchen mit Rindertartar Seite 69



Geschnetzeltes mit Rösti Seite 151



Hotdog mit Sauerkraut Seite 77



Hüftsteak mit Rahm-champignons Seite 79



Cremige Hühnersuppe Seite 170



Ingwer-Limetten-Shot Seite 69



Leberkäse mit Krautsalat Seite 24



Mettstulle Seite 12



Rehrücken, Gnocchi und Wirsing Seite 46



Wild-Bouillon mit Flädle Seite 44

## Mit Fisch



Blinis, Saiblingstatar und Kefir Seite 60



Bonito-Filet auf Rotkohlsalat Seite 69



Dim Sum mit Garnele Seite 106



Garnelen mit Curry-Blumenkohl Seite 82



Garnelsauce Seite 106



Räuchersaiblings-Pâté Seite 114



Sellerie-Apfel-Suppe Seite 76



Zander, Polenta und Spitzkohl Seite 60

## Vegetarisch



Cracker und Joghurtbällchen Seite 113



Geröstete Chilikerne Seite 113



Dinkel-Shepherd's-Pie Seite 102



Ei auf Brioche und Schalotten Seite 52



Kale-Risotto mit Pilzen Seite 100



Linseneintopf mit Kohl und Kürbis Seite 102



Orangenöl, Passionsfruchtessig Seite 113



Pappardelle mit Rosenkohl Seite 80



Rote-Bete-Birnen-Pfannkuchen Seite 75

## ALPHABETISCHES REZEPTVERZEICHNIS



Rote-Bete-Blätterteig-Tarte Seite 100



Topinambur-Tortellini auf Püree Seite 52



Wirsing-Risotto mit Topping Seite 78

## Süß



Birnen-Nougat-Terrine mit Karamell Seite 56



Grapefruit-Aperol-Marmelade Seite 117



Millefeuille, Creme und Kirschen Seite 63



Mohnstollen mit Glühweinbirne Seite 159



Orangen-Gingerbread-Torte Seite 120



Pistazienstollen Seite 156



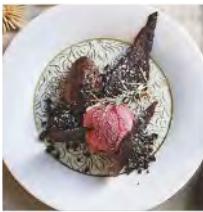
Quarkstollen mit Möhren Seite 156



Ruby-Mandel-Quinoa-Crossies Seite 114



Stracciatella-Parfait Seite 48



Variation von Schoko mit Sorbet Seite 70



Zabaione al tartufo Seite 128

<b>A</b>	Apfel, rot pochierter .....	* 48
	Avocado, geräucherte, und Entenbrust .....	** 138
<b>B</b>	Birnen-Nougat-Terrine mit Karamellsauce .....	** 56
	Blinis mit Saiblingstatar und Meerrettich-Kefir .....	* 60
	Bonito-Filet auf Rotkohlsalat .....	* 69
	Brioche .....	* 56
<b>C</b>	Cheddar-Cracker und Joghurt-Gewürzbällchen .....	* 113
	Chilikerne, geröstete .....	* 113
<b>D</b>	Dim Sum mit Garnele .....	** 106
	Dim Sum mit Perlhuhn .....	* 105
	Dinkel-Shepherd's-Pie, vegetarischer .....	* 102
<b>E</b>	Ei, pochiertes, auf Brioche mit Sauce béarnaise .....	* 52
	und Rotweinschalotten .....	
	Entenbraten mit gebackenem Sellerie, Gemüsechips .....	
	und Apfel-Confit .....	* 70
<b>F</b>	Filo-Teigröllchen mit Rindertartar .....	** 69
	Flädle, grüne, und Gerste .....	* 44
<b>G</b>	Garnelen, gebratene, mit Curry-Blumenkohl .....	* 82
	Garnelensauce .....	* 106
	Geschnetzeltes mit Rösti .....	* 151
	Grapefruit-Aperol-Marmelade .....	* 117
<b>H</b>	Hotdog mit Sauerkraut .....	* 77
	Hüftsteak mit Rahmchampignons .....	* 79
	Hühnersuppe, cremige .....	* 170
<b>I</b>	Ingwer-Limetten-Shot .....	* 69
	Irish Chocolate .....	* 28
<b>K</b>	Kale-Risotto mit Pilzen .....	* 100
<b>L</b>	Leberkäse mit Krautsalat .....	* 24
	Linseneintopf mit Grünkohl und Kürbis .....	* 102
<b>M</b>	Maiswaffeln und Radicchio .....	* 137
	Mettstulle .....	* 12
	Millefeuille mit Mascarponecreme und Amarenakirschen .....	* 63
	Mohnstollen mit Glühweinbirne .....	* 159
	Mole-Sauce .....	* * 137
<b>N</b>	Nuss-Tahin-Streusel .....	* 48
<b>O</b>	Orangen-Gingerbread-Torte .....	** 120
	Orangenöl und Passionsfruchtessig .....	* 113
<b>P</b>	Pappardelle mit Rosenkohl .....	* 80
	Pistazienstollen .....	* * 156
<b>Q</b>	Quarkstollen mit kandierten Möhren .....	** 156
<b>R</b>	Räuchersaiblings-Pâté .....	* 114
	<b>Rehrückenfilet mit Ricotta-Gnocchi</b> .....	** 46
	Rote-Bete-Birnen-Pfannkuchen .....	* 75
	Rote-Bete-Blätterteig-Tarte, gestürzte .....	* 100
	<b>Rotkohlsauce</b> .....	* 46
	Ruby-Mandel-Quinoa-Crossies .....	* * 114
<b>S</b>	Sellerie-Apfel-Suppe .....	* 76
	Stracciatella-Parfait .....	** 48
<b>T</b>	Topinambur-Tortellini auf Schwarzwurzelpüree .....	** 52
<b>V</b>	Variationen von Schokolade mit Preiselbeer-Sorbet .....	* * 70
<b>W</b>	Wild-Bouillon, klare .....	* * 44
	<b>Wirsinggemüse</b> .....	* 46
	Wirsing-Risotto mit Birnen-Haselnuss-Topping .....	* 78
<b>Z</b>	Zabaione al tartufo .....	** 128
	Zanderfilet mit Rote-Bete-Polenta, Spitzkohl und Beurre blanc .....	* * 60

### SCHWIERIGKEITSGRAD:

\* EINFACH \*\* MITTELSCHWER \*\*\* ANSPRUCHSVOLL

### UNSER TITELREZEPT

# GUTEN ABEND!

Low Carb, leicht und wärmend:

Unsere schnelle Hühnersuppe à la Tom Kha Gai bringt alles mit für einen wohltuenden Tagesausklang

Low carb

Schillernd schöne WohlfühlSUPPE: mit Kurkuma, Ingwer und Kokosmilch als Geschmacksträger



JÜRGEN BÜNGENER

»e&t«-Koch

„Wer keinen Alkohol in der Suppe haben möchte, kann den Portwein durch Apfelsaft ersetzen.“

## Cremige Hühnersuppe

\* EINFACH, LOW CARB, SCHNELL

Für 4 Portionen

- 80 g Zwiebeln
- 10 g frischer Ingwer
- 20 g Butter
- 3 gehäufte TL Mehl
- 1 TL gemahlene Kurkuma
- 100 ml heller Portwein
- 1 l Hühnerbrühe
- 200 ml Kokosmilch
- 200 g Möhren
- 100 g Zuckerschoten
- 2 Hühnerbrustfilets (à ca. 150 g, ohne Haut)
- 1 EL Butterschmalz (z. B. Butaris)
- Salz • Pfeffer
- 6 Stiele glatte Petersilie
- 1–2 EL Zitronensaft

**1.** Zwiebeln und Ingwer fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Ingwer darin glasig dünsten. Mehl und Kurkuma zugeben, kurz anschwitzen. Unter Rühren mit dem Schneebesen Portwein, Hühnerbrühe und Kokosmilch zugeben. Aufkochen und offen 20 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen.

**2.** Inzwischen Möhren schälen, längs halbieren und schräg in ca. 2 mm dicke Scheiben schneiden. Zuckerschoten putzen, waschen und schräg in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Nach 10 Minuten Garzeit Suppe mit dem Schneidstab fein mixen, Möhren zugeben. Nach 15 Minuten Garzeit Zuckerschoten zugeben.

**3.** Hühnerbrust quer in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Butterschmalz in der beschichteten Pfanne erhitzen, Fleisch darin bei mittlerer bis starker Hitze 2–3 Minuten goldgelb anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**4.** Petersilie mit den Stielen fein schneiden.  $\frac{2}{3}$  der Petersilie in die Suppe geben. Suppe mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Suppe in tiefen Tellern anrichten, das Fleisch darauf verteilen und mit restlicher Petersilie bestreuen. Dazu passt Baguette.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 35 Minuten

**PRO PORTION** 21 g E, 17 g F, 14 g KH =  
317 kcal (1323 kJ)

# DAS BESTE VON CHEFKOCH.DE JETZT IM NEUEN HEFT!

The cover of the magazine features a large plate of various decorated cookies, including star-shaped ones with white icing, heart-shaped ones with jam, and chocolate-coated ones. A red circular seal in the top right corner reads "VON DEN BESTEN REZEPTEN VON CHEFKOCH.DE".

**CHEFKOCH** *Gleich mal backen*

EUROPAS GRÖSSTE FOOD-COMMUNITY: 19 MILLIONEN USER WISSEN, WAS SCHMECKT

**SCHON FERTIG!**  
Schnelle Ideen mit wenig Zutaten

**KNUSPER-Lieblinge**  
Mmh, Zimtsterne, Nuss-Schokoli, Erdbeer-Herzen, Nougatriegel ... für alle was dabei

**Kein Stress VERWÖHNT EUCH!**

**EINLADEN**  
Braten & Rotkohl, einfach köstlich!

**SCHENKEN**  
Zauberhaft und selbst gemacht

**GENIESSEN**  
Frisch verliebt in Omis Klassiker

**AUFTANKEN**  
Super Soulfood Süßkartoffel

Advents-Punsch   Kochschule: Veggie-Menü   Gemüse-Curry   Lasagne 4-mal anders   Adventsplaner   Wochenplaner

JETZT AM KIOSK

EINFACH. INSPIRIEREND. KÖSTLICH.

# Gekaufte Kekse wecken keine Erinnerungen.

MUM zum Selbermachen:  
mit dem besten Teigmacher  
OptiMUM von Bosch

Mehr unter  
[www.mum-zum-selbermachen.de](http://www.mum-zum-selbermachen.de)

„Bester  
Teigmacher  
im Test“  
so Stiftung Warentest in test 12/2018



**BOSCH**  
Technik fürs Leben



**Stiftung  
Warentest**

**test**



**BEFRIEDIGEND  
(2,7)**

Bosch MUM9D33S11

Im Test:  
8 Küchenmaschinen mit  
Schwenkarm von oben  
5x befriedigend  
1x ausreichend  
2x mangelhaft

Ausgabe 12/2018  
[www.test.de](http://www.test.de)

18AY19