KNKT

Kuli-
Narisch
Kema-
Terisch

Herausgegeben vom
Pfarrgemeinderat von Kematen in Tirol

© 1991 Pfarrgemeinderat Kematen i. T.
Illustrationen: Elisabeth Krewedl und Christl Mitterweissacher
Satz: Thomas Neurauter
Druck: Eggerdruck, Imst

VORWORT

Es gibt den Spruch: "Essen und Trinken halten Leib und Seele zusammen." Man könnte ihn wohl noch ergänzen: "... und sie bringen die Menschen zusammen."

Wann immer es ein Fest zu feiern gilt, denken wir stets auch daran, etwas zu essen und zu trinken vorzubereiten. Umgekehrt kann ein mit Liebe und Sorgfalt zubereitetes Essen, auch ohne einen besonderen Anlaß, zu einem kleinen Fest werden. Gerade in unserer schnellebigen Zeit, in der die Menschen mehr aneinander vorbeihasten als sich einander in Ruhe zu widmen, kann ein Essen im Kreis der Familie oder mit Freunden zu so etwas wie einer geruhsamen Insel im reißenden Strom des Alltags werden.

Gewiß war es kein Zufall, daß Jesus sein erstes Wunder bei der Hochzeit zu Kana durch die Verwandlung von Wasser zu Wein gewirkt hat. Noch weniger kann es ein Zufall gewesen sein, daß er uns aufgetragen hat, sein Gedächtnis bei der Feier des Abendmahls zu begehen.

Aber nicht nur in unserer Religion spielt die Tischgemeinschaft eine zentrale Rolle. Zu allen Zeiten und bei allen Völkern war es so: Essen und Trinken sind für uns Menschen elementare Bedürfnisse, die weit über die reine Notwendigkeit der bloßen Nahrungsaufnahme für den Körper hinausgehen. Es ist - neben anderem natürlich - auch immer ein Ausdruck der Kultur der Menschen, die in einem bestimmten Landstrich leben. Und alles, was Ausdruck der Lebenskultur ist, wird immer auch zu Nahrung für Geist und Seele.

So ist es natürlich auch nicht bloß Zufall, daß ausgerechnet ein Pfarrgemeinderat ein Kochbuch herausgibt. Wer es erwirbt, soll also mit dem Kauf nicht nur eine rein zweckmäßige Rezeptsammlung erstehen (und, um auch das nicht zu verschweigen, zur Finanzierung bestimmter Projekte beitragen), sondern ein Buch in die Hand bekommen, das Lebensfreude und -kultur vermitteln kann. So glauben wir nicht nur, daß es allemal "sein Geld wert sein" sollte, sondern hoffen auch, daß es ein sinnvoller Beitrag sein kann, Leib und Seele zusammenzuhalten und oft Menschen bei Tisch zusammenzuführen.

Kematen i. T., am Fest Allerheiligen des Jahres 1991

Bernhard Deflorian

HINWEISE ZU UNSEREM KOCHBUCH

Zur Verwendung des Verkaufserlöses:

Der Pfarrgemeinderat verwendet den Reinerlös aus dem Verkauf dieses Kochbuches für

* die Renovierung der alten Totenkapelle an der Nordseite der Pfarrkirche,
* die Restaurierung des Kirchturmdaches und
* die Finanzierung von Aktivitäten des Pfarrgemeinderates.

Zum Inhalt:

Im Frühjahr 1991 haben wir die Einwohner unserer Pfarre gebeten, uns für die Herausgabe des Kemater Kochbuches Rezepte zur Verfügung zu stellen, "die in den Kemater Haushalten gerne verwendet werden". Wir danken allen, die dieser Bitte nachgekommen sind. (Wir müssen um Verständnis dafür bitten, daß es - aus den verschiedensten Gründen - nicht möglich war, alle eingegangenen Rezepte zu verwenden.)

Am Beginn stehen Rezepte aus biblischen Zeiten. Sie sind (bisher zumindest) natürlich nicht typisch für Kematen, aber in einem vom Pfarrgemeinderat herausgegebenen Kochbuch sind sie sicherlich trotzdem nicht fehl am Platz.

Bei der Auswahl der anderen Rezepte haben wir darauf geachtet, daß sie in unsere Gegend passen und haben "Exotisches" nicht aufgenommen. Das heißt aber nicht, daß wir nicht auch den "Blick über den Zaun" wagen wollten. So wird man also zum Beispiel auch eine Steirische Klachelsuppe oder eine Italienische Reisplatte finden können. Außerdem gibt es z. B. auch zwei aus der Vojvodina stammende Rezepte, die deshalb sicher gut nach Kematen passen, weil mit dem ehemaligen "Lager" natürlich der Bezug zu dieser Gegend gegeben ist.

Kematen hat mit Werner Matt und Karl Hörmann zwei berühmte Köche hervorgebracht. Wir freuen uns sehr, daß beide Rezepte zu unserer Sammlung beigesteuert haben. Sie bilden das abschließende Kapitel.

Zum Gebrauch:

Viele der verwendeten Rezepte sind der Hausmannskost zuzurechnen. Es ist daher häufig nicht angegeben, für wieviele Personen sie gedacht sind. Einigermaßen erfahrene Köchinnen und Köche werden aber gewiß abschätzen können, welche Mengen sie veranschlagen müssen, wenn sie sie für den eigenen Bedarf nachkochen.

Mengenangaben, Backtemperaturen und -zeiten sind ebenfalls nicht immer genau angeführt. Auch hier wird das Gespür oder das Experimentieren im eigenen Haushalt hilfreich sein.

Wir waren um die Verwendung einheitlicher, bodenständiger Ausdrücke bemüht. Ein Beispiel: Hieß es etwa in einem Rezept "Sahne", haben wir daraus "Rahm" gemacht,

denn in einem Tiroler Kochbuch wollten wir natürlich Tiroler Begriffe gebrauchen.

Wir haben uns größte Mühe um Genauigkeit gegeben. Dennoch können wir Fehler nicht ganz ausschließen. Wenn Sie welche entdecken sollten, bitten wir Sie um Nachsicht und sind dankbar, wenn Sie uns darauf aufmerksam machen.

Zur zweiten Auflage: Auf Seite 180 haben wir ein Rezept (Kemater Krapfen) hinzugefügt. Ansonsten ist das gesamte Kochbuch, abgesehen von einigen Berichtigungen, der ersten Auflage gegenüber unverändert geblieben.

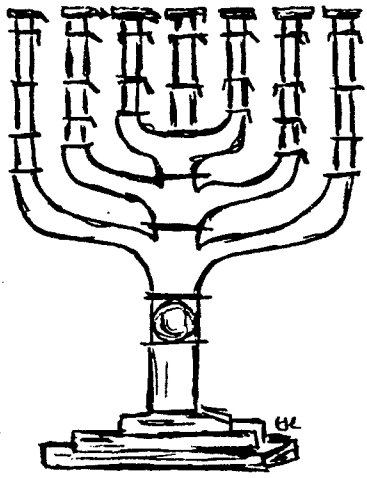
KOCHREZEPTE AUS
BIBLISCHEN ZEITEN

Die Texte und Rezepte auf den Seiten 3 bis 23 haben wir mit freundlicher Erlaubnis des Pallottiner-Verlages, CH-9202 Gossau, dem "ferment" 11/86 entnommen.

Dieser Teil unseres Kochbuches soll einmal einen kleinen Einblick in Einzelheiten der Ernährungsgewohnheiten in biblischer Zeit geben, zum anderen interessante Anregungen bieten und gleichzeitig eine Herausforderung an die Phantasie aller Hausfrauen/-männer und Feinschmecker/innen sein.

Hier verbindet sich der Einblick in historische Gegebenheiten und Zusammenhänge, die wir aus der Bibel lernen, mit den Ergebnissen archäologischer Funde, die sich auf Festlichkeiten, Nahrungsmittel und das Essen beziehen.

Die Anregung dazu gab die Lektüre der Heiligen Schrift.



Beim Hirten und König David

Als junger Hirte wurde David vom Propheten zum König gesalbt.

Doch der alte König Saul regierte noch. Um seinem Zorn aus dem Weg zu gehen, versteckte sich David im Gebirge von Engedi.

In dieser Gegend war ein herzhafter Rindfleischtopf sehr beliebt.

Diesen Topf verbesserte man gern mit einem dicken, aromatischen Milchprodukt, das heute dem schmackhaften Joghurt nahekommt.

Rindfleischtopf "Engedi"

Zutaten:

1 1/2 kg	Rindfleisch ohne Knochen	12 kl.	weiße Zwiebeln
		2 EL	Butter
2 - 3 EL	Olivenöl	1 Tasse	Wasser
1 Zehe	Knoblauch	1 kl.	Butterrübe oder
3 EL	Mehl	1	Karotte
3 Tassen	Rindssuppe		gehackte Petersilie
2	Lorbeerblätter		Joghurt (Rezept folgt)
	Salz und Pfeffer		

Zubereitung:

Alles Fett entfernen, Fleisch in mundgerechte Würfel schneiden. In einer großen Bratpfanne das Öl erhitzen. Knoblauch darin 1 Minute anbraten, dann den Knoblauch in einen anderen Topf geben. In der gleichen Bratpfanne die Rindfleischwürfel schnell von allen Seiten anbraten. Sobald sie schön braun sind, kommen sie ebenfalls in den Topf. Das Mehl in die Pfanne geben und anrösten. Nach und nach eine Tasse Rindssuppe aufgießen und dabei ständig rühren, bis eine sämige Sauce entsteht. Diese über das Rindfleisch gießen. Die restliche Suppe, Lorbeerblätter, Salz und Pfeffer ebenfalls hinzufügen. Deckel aufsetzen und bei geringer Hitze leise kochen lassen, bis das Fleisch gar ist. Das dauert etwa 45 Minuten. In der Zwischenzeit bereitet man die Zwiebeln vor. Man legt sie einen Augenblick in kochendes Wasser, damit sich die äußere Schale besser löst, und schält sie dann. Mit einem scharfen Messer macht man einen kreuzförmigen Einschnitt am Wurzelende, um zu verhindern, daß die Zwiebeln während des Kochens auseinanderfallen.

In einer flachen Pfanne läßt man die Butter schmelzen und gießt das Wasser auf. Dann gibt man die Zwiebeln hinein und kocht sie 8 bis 10 Minuten, bis sie fast gar sind. Etwa 20 Minuten ehe das Fleisch gar ist, gibt man die Zwiebeln mit der Kochflüssigkeit sowie die gewürfelten Butterrübchen dazu. Wenn man Karotten verwendet, muß man sie etwas vorkochen und gibt sie ebenfalls zu diesem Zeitpunkt in den Rindfleischtopf. Mit feingehackter Petersilie garnieren. Man serviert dazu Joghurt in einem gesonderten Schälchen. Ergibt 6 bis 8 Portionen.

Joghurt

Zutaten:

1 l Milch
3 EL Joghurt
1/2 l Süßrahm (nach Wunsch)

Zubereitung:

Die Milch zum Kochen bringen, danach etwas abkühlen lassen. Während sie noch warm ist, rührt man den Joghurt hinein, schlägt mit einem Schneebesen alles gut durch und läßt die Mischung bei Zimmertemperatur stehen, bis sie stockt. Wenn man einen dickeren Joghurt haben möchte, gibt man Süßrahm in die heiße Milch und rührt danach den Joghurt darunter. Man bekommt auf diese Weise ein leichtes, puddingartiges Produkt, das keineswegs dem fertig gekauften Joghurt ähnelt. Bei kühlem Wetter kann es 48 Stunden dauern, bis die Masse dick wird.

Ergibt 6 bis 8 Portionen.

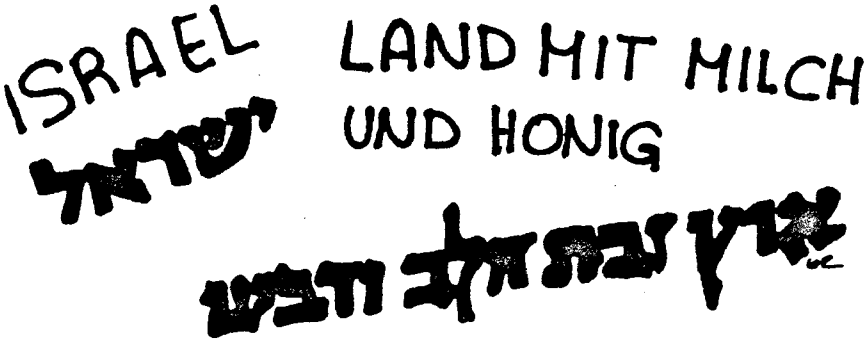
Beim Tempelerbauer und König Salomo

Im ersten Buch der Könige steht: Salomo war Herrscher über alle Reiche vom Euphrat bis zum Land der Philister und bis an die Grenze Ägyptens. Sie entrichteten Abgaben und waren Salomo untertan, solange er lebte.

Der tägliche Unterhalt Salomos belief sich auf dreißig Kor (Säcke) Feinmehl, sechzig Kor gewöhnliches Mehl, zehn Mastrinder, zwanzig Weiderinder, hundert Schafe, nicht gerechnet die Hirsche, Gazellen, Rehe und das gemästete Geflügel (1 Kön 5, 1 - 3).

Unter der Herrschaft von König Salomo kamen erlesene Stoffe und Luxusgüter, auch Weine und Gewürze, Honig und Kräuter ins Land.

Salomo wurde berühmt durch Weisheit, Diplomatie und Baukunst, aber er war auch ein großer Gastgeber. Denn selbst die Königin von Saba schätzte seine Gastfreundschaft (1 Kön 10, 4 - 10).



Zitronenwaffeln

Zutaten:

1 Tasse	Butter oder	1/4 TL	Salz
	Margarine	1 TL	Natron
1 1/2 Tassen	Zucker	1/2 Tasse	Buttermilch
1	Ei	4 Tassen	Mehl
1 EL	Zitronensaft	1 TL	Backpulver
	abgeriebene Schale einer Zitrone		

Zubereitung:

Butter oder Margarine schaumig rühren, nach und nach den Zucker hinzufügen und rühren, bis die Masse locker und leicht wird. Ei und Gewürze hinzufügen. Natron und Buttermilch verrühren; abwechselnd mit Mehl und Backpulver in die Buttermasse rühren. Aus dem Teig 3 runde Fladen formen und 3 bis 4 Stunden kalt stellen.

Dann den Teig etwa 3 mm dick ausrollen und in die gewünschte Form schneiden. Auf einem gefetteten Backblech bei 175 ° C etwa 10 bis 12 Minuten goldbraun backen. Mit Zucker bestäuben und auf einem Rost auskühlen lassen. Man kann die Waffeln auch vor dem Backen mit grobem Zucker bestreuen, das gibt eine schöne Glasur. Ergibt etwa 5 Dutzend kleine Waffeln.

Dattelkuchen

Zutaten:

1/2 kg	entsteinte Datteln	1/2 TL	Salz
		1 TL	Natron
4 Tassen	Mehl	1 1/4 Tassen	Buttermilch
1 Tasse	Butter	2 Tassen	grob gehackte Pekan- oder Walnüsse
2 Tassen	Zucker		
4	Eier (Eiweiß und Eidotter getrennt)		

Zubereitung:

Den Backofen auf 165 ° C vorheizen. Die Datteln hacken und mit 1/3 Tasse Mehl vermischen, damit die Stückchen nicht aneinanderkleben. Die Butter schaumig rühren, nach und nach den Zucker daruntergeben, bis eine leichte, hellgelbe Creme entsteht. Die Eidotter unterrühren. Das restliche Mehl mit dem Salz vermischen. Natron mit der Buttermilch verrühren und abwechselnd mit dem Mehl in die Buttermasse rühren. Sobald alles gut verarbeitet ist, gibt man die Nüsse und Datteln darunter. Eiweiß steifschlagen und unterziehen. In einer großen, ungefetteten Kastenform 1 3/4 bis 2 Stunden backen, bis die Kruste schön braun und der Kuchen gut durchgebacken ist.

Beim Prediger und Täufer Johannes

Johannes nahm seine Sendung, Vorläufer des Messias zu sein, sehr ernst. Der Evangelist Markus berichtet über Johannes: Johannes trug ein Gewand aus Kamelhaaren und einen ledernen Gürtel um seine Hüften, und er lebte von Heuschrecken und wildem Honig (Mk 1, 6).

Was unter "Heuschrecken" zu verstehen ist, ist nicht geklärt, doch glaubt man, daß es sich um die Frucht des Johannesbrotbaumes handelt.

Ein Rezept für das einfache Leben, das sicher auch schon Johannes, der mit den heiligen Schriften vertraut war, kannte, findet sich beim Propheten Ezechiel:

Du, nimm dir Weizen, Gerste, Bohnen, Linsen, Hirse und Dinkel; tu sie zusammen in ein Gefäß, und mach dir Brot daraus (Ez 4, 9)!

Ezechiel-Brot

Zutaten:

1/2 Tasse	Gerstenmehl	2 EL	Olivenöl
1/2 Tasse	rote Linsen	1/2 Tasse	warmes Wasser
1/4 Tasse	Sojamehl	2 Pkt.	Trockenhefe
1/4 Tasse	Hirseschrot	1/2 Tasse	Honig
2 TL	Salz	2 Tassen	Weizenschrot
2 Tassen	kochendes Wasser	5 bis 6 Tassen	Weizenauszugsmehl

Zubereitung:

Die Linsen im Mixer zerkleinern. Mit Soja- und Gerstenmehl, Hirse und Salz in einer großen Schüssel vermischen. Das kochende Wasser darübergießen und alles gut vermengen. Das Öl hinzufügen. Die Masse an einem kühlen Platz stehenlassen, bis sie lauwarm geworden ist. Das warme Wasser über die Hefe gießen und stehenlassen, bis sich Blasen bilden. Das dauert etwa 5 Minuten. Dann mit dem abgekühlten Teil vermengen und die restlichen Zutaten dazugeben. Auf einem leicht bemehlten Brett kneten, bis der Teig glatt und seidig wird. In eine gefettete Schüssel geben, mit einem feuchten Tuch bedekken und zu doppelter Größe aufgehen lassen (etwa 45 Minuten). Den Teig noch einmal zusammenkneten, auf die andere Seite drehen und wieder 10 Minuten stehenlassen. Zwei runde Laibe formen und zum Aufgehen auf gut gefettete Backbleche setzen. 1 Stunde gehen lassen, dann bei 175 ° C 1 Stunde backen. Das Brot ist durchgebacken, wenn es hohl klingt, sobald man an die Kruste klopft. Auf dem Rost abkühlen lassen. Ergibt 2 große Laibe.

Bei den Hirten von Bethlehem

Die Hirten von Bethlehem waren die ersten, denen die Kunde von der Geburt eines menschenfreundlichen Gottes geschenkt wurde. Jesus sagt später von sich selber: "Ich bin der gute Hirte".

Der Beruf des Hirten ist somit eines der wichtigsten Motive in der Bibel.

Das Essen und die Eßgewohnheiten richteten sich nach dem Leben der Herde. Es waren meist einfache, aber herzhafte Gerichte.

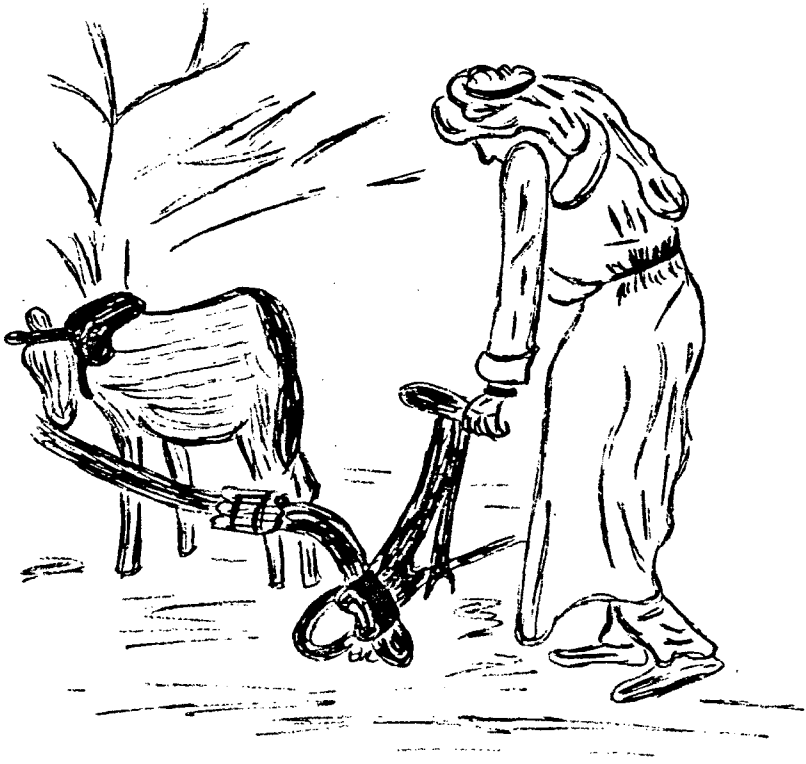
Eier in Sauerrahm

Zutaten:

1 3/4 Tassen	Sauerrahm	6	Eier
1/3 Tasse	Semmelbrösel		Salz und weißer
1/4 Tasse	zerlassene		Pfeffer
	Butter		geriebener Käse

Zubereitung:

Man gießt eine Tasse Sauerrahm in eine Auflaufform und gibt die Hälfte der Semmelbrösel und der Butter darüber. Dann läßt man die aufgeschlagenen Eier auf die Sahnemasse gleiten und deckt mit der restlichen sauren Sahne, mit Brösel und Butter ab. Nach Geschmack würzen. Mit geriebenem Käse bestreuen und bei 165 ° C etwa 20 Minuten lang überbacken, bis die Eier gestockt sind. Ergibt 6 bis 8 Portionen.



Bei den drei Weisen aus dem Morgenland

Im Evangelium des Matthäus findet sich der Bericht von den drei Weisen aus dem Morgenland, die einem Stern folgen. Vielleicht kommen diese drei Sterndeuter aus Persien oder Mesopotamien, vielleicht aus der großen arabischen Wüste, der Hauch des geheimnisvollen Orients wandert mit ihnen.

Sicherlich bringen sie aus dem Geheimnis des Ostens neue Gebräuche in Küche und Speisen.

Unser Rezept stammt aus der Umgebung des Heiligen Landes.

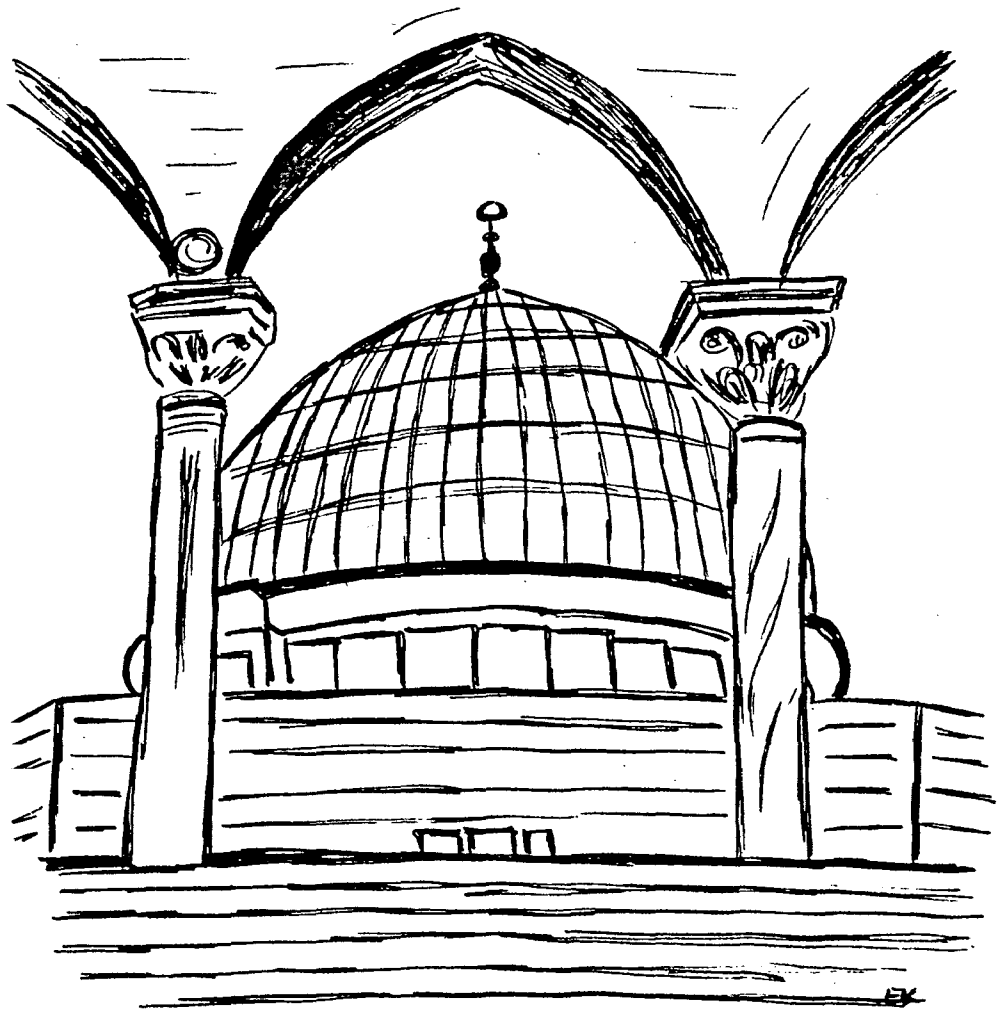
Würziger Apfelwein

Zutaten:

12 ganze	Gewürznelken	2 l	Apfelwein
1 TL	Nelkenpfeffer (Piment), ganze Körner	2/3 Tasse	Rohzucker
		1/2 TL	gemahlene Muskatnuß
2 Stangen	Zimt		

Zubereitung:

Alle nicht zerkleinerten Gewürze in ein Mulltuch einbinden. Den Apfelwein mit sämtlichen Gewürzen und dem Zucker 15 bis 20 Minuten erhitzen. Heiß servieren. Ergibt 6 bis 8 Portionen.



Bei den Jüngern vom Galiläischen Meer

Wer die Landschaft um den See Genezareth erlebt, ist von der Lieblichkeit dieser Gegend überrascht.

Daß die Küche und die Speisen hier sehr reichhaltig gewesen sein müssen, geht aus einem Bericht des jüdischen Historikers Josephus Flavius (1. Jhdt. n. Chr.) hervor. Er beschreibt die Nordküste des Sees als "ein wunderbares Landstück ... Die Bewohner bauen alles an; ... die Walnuß, die von allen Bäumen den Winter am meisten liebt, gedeiht ebenso prächtig wie die Palme, die Hitze braucht, um sich zu entwickeln. Seite an Seite stehen damit die Feigen und Oliven, für die eine mildere Luft erforderlich ist ... " (Jüdischer Krieg).

Der See Genezareth ist aber auch der Ort der Bergpredigt, und auch das Wunder der Brotvermehrung geschah hier. Nach seiner Auferstehung offenbarte sich Jesus hier seinen Freunden. Er verlangte von ihnen Fisch und bereitete ein Mahl.

In Jerusalem erschien er seinen Freunden hinter verschlossenen Türen. Er fragte sie: "Habt ihr etwas zu essen hier?" Sie gaben ihm ein Stück gebratenen Fisch und eine Honigwabe. Er nahm und aß vor ihren Augen (Lk 24, 42 - 43).

Gegrillter Fisch mit Wabenhonig

Zutaten:

6 - 8	dünne Fischfilets (Flunder, Seezunge, Schellfisch)	1	Zitrone, in dünne Scheiben geschnitten
2 EL	Butter	2 EL	gehackte Petersilie
	Salz,Pfeffer	1/4 kg	Honig in der Wabe

Zubereitung:

Fischfilets vorsichtig mit Küchenpapier abtrocknen. Einen EL Butter in einer flachen Grillpfanne zerlaufen lassen, dann die Filets in einer Lage darauf anordnen und mit dem anderen EL Butter bestreichen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen. Schnell grillen. Vorsicht, daß der Fisch nicht zu weich wird! Er ist gar, wenn sein Fleisch nicht mehr durchsichtig ist und sich leicht in Platten abheben läßt, wenn man ihn mit einer Gabel ansticht. Man garniert mit Zitronenscheiben und gehackter Petersilie. Die Honigwabe bringt man auf einer gesonderten Platte als ungewöhnliche Beilage auf den Tisch.

Anmerkung: Dies kommt der einzigen Mahlzeit Jesu möglichst nahe, von der die Heilige Schrift berichtet (Lukas 24, 42 - 43).

Ergibt 6 Portionen.

Beim frühchristlichen Liebesmahl

In der frühchristlichen Kirche feierte man ein Liebesmahl. Das griechische Wort dafür heißt "agape". Damit ist die Bedeutung der göttlichen Liebe zu uns Menschen gemeint.

Die ersten Christen luden zu diesen Mahlzeiten die Witwen und die Armen ihrer Gemeinde ein.

Bei den Agape-Mahlzeiten aß man immer sehr einfache Speisen: Fisch, Brot, Gemüse und Früchte.

Ein Gebet, mit dem man das Apage-Mahl beschloß, lautet:

> Du, allmächtiger Herr, hast alle Dinge erschaffen um Deines Namens willen und gabst den Menschen Speise und Trank zu ihrer Erquickung, auf daß sie Dir Dank darbringen. Aber Du hast uns auch geistige Speise und Trank gegeben und das ewige Leben durch Deinen Diener. Vor allem danken wir Dir, daß Du die Kraft und die Macht hast. Dein sei auf ewig die Herrlichkeit! Laß Gnade walten und laß diese Welt vergehen! Amen.

Ichthys

(Gebackener, gefüllter Fisch)

Zutaten:

1/2 Tasse	Olivenöl	1 Tasse	feine Semmelbrösel
1	fein gehackte Zwiebel		Salz, Pfeffer und Muskatnuß
1 Zehe	Knoblauch, fein gehackt		Saft 2er Zitronen
1/2 Tasse	Sellerie, gehackt		abgeriebene Schale einer Zitrone
1/2 Tasse	Gurken, gehackt, Kerne entfernt	1	Rotbarsch oder ähnlicher Fisch von etwa 2 kg
			Zitronenscheiben

Zubereitung:

Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig anbraten. Sellerie, Gurken und Semmelbrösel dazugeben und gut unterrühren. Nach Geschmack würzen. Saft und Schale einer Zitrone dazugeben. Den Fisch mit dieser Masse füllen, in eine flache Bratpfanne legen und bei 175 °C etwa 40 Minuten backen. Mit dem übrigen Zitronensaft den Fisch während des Backens beträufeln. Vor dem Servieren garniert man mit dünnen Zitronenscheiben. Ergibt 6 bis 8 Portionen.

Omelette aus Bethanien mit Gemüse

Zutaten:

1 1/2 EL	Butter	6	Eier
1 EL	gehackte Zwiebel	1/2 Tasse	Süßrahm
1/2 Tasse	gehacktes Lammfleisch		Salz und frisch gemahlener Pfeffer
1/8 kg	gehackte Pilze	2 EL	geriebener Käse

Zubereitung:

Butter in der Pfanne zerlaufen lassen. Die Zwiebel leicht anrösten, dann das Fleisch und die Pilze dazugeben und rühren, bis alles heiß ist. Die Eier mit Süßrahm und Gewürzen verquirlen, über die Masse in der Pfanne gießen, langsam heiß werden lassen. Dann den Käse darüberstreuen und im Rohr überbacken. Sofort servieren.

Ergibt 6 bis 8 Portionen.

Bei einem Mann namens Saulus aus Tarsus

Saulus aus Tarsus, der Hauptstadt von Cilicien in Kleinasien, war zunächst ein fanatischer Pharisäer und Christenverfolger.

Auf der Straße nach Damaskus fand dann seine Bekehrung statt, und er nahm den Namen Paulus an. Er wurde der große Missionar im gesamten Mittelmeerraum.

Seine Kurzformel des Glaubens war: "Nicht Jude noch Grieche, nicht Sklave noch Freier, nicht Mann noch Frau, ihr seid alle durch den Glauben an Jesus Christus Söhne Gottes (Gal 3, 26)."

Tarsus war eine blühende Stadt, in der orientalische und westliche Kultur zusammenstießen. Die Küche dieses Knotenpunktes war weit berühmt.

SHALOM

Lammspießchen aus Cilicien

Zutaten:

1 1/2 kg	Lammkeule, in Würfel geschnitten	1/2 TL	Rosmarin
1	mittelgroße Zwiebel, gehackt	1/2 TL	Kräuter der Provence
1 Zehe	Knoblauch, zerdrückt	1/4 Tasse	Olivenöl
1/2 TL	Salz	1/3 Tasse	Honig
1/2 TL	Pfeffer	2 EL	Weinessig
1/2 TL	gemahlener Ingwer	1 TL	getrocknete Minze
1/2 TL	Kümmel		Saft und abgeriebene Schale einer Zitrone
9	Gewürznelken		
1	Lorbeerblatt		

Zubereitung:

Das Fleisch in Würfel schneiden, dabei alles Fett entfernen. Die übrigen Zutaten miteinander vermischen. In dieser Marinade die Fleischwürfel einige Stunden ziehen lassen. Dann die Flüssigkeit abgießen und das Fleisch auf Spießchen stecken. Die Fleischspieße auf einen Rost über die Fettpfanne legen und bei sehr starker Hitze braten oder grillen. Man kann die Spießchen auch direkt über Holzkohle grillen, bis sie gar sind. Das dauert von jeder Seite etwa 10 bis 12 Minuten. Ergibt 6 bis 8 Portionen.

Kräuter der Provence werden als Ersatz für Kidron-Kräuter verwendet.

Anatolischer Gemüseauflauf

Zutaten:

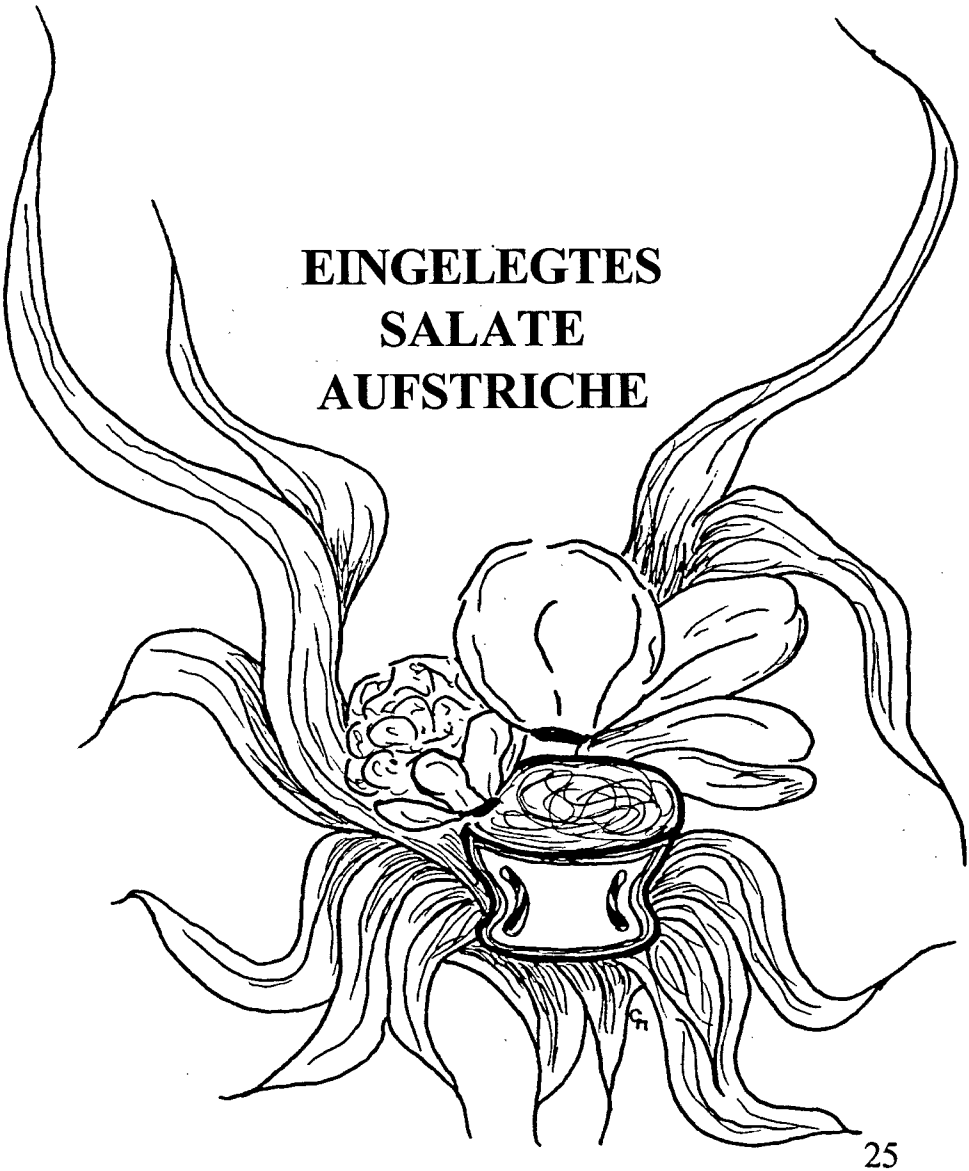
1/2 Tasse	Butter	1/4 Tasse	gehackte Pilze
1/2 Tasse	Semmelbrösel	1 EL	gehackte Zwiebel
4	Brotscheiben (ohne Kruste)		Salz und Pfeffer
		5	Eier (Eiweiß und Eigelb getrennt)
1/2 Tasse	Süßrahm		
3/4 Tasse	Spinat, gekocht, gehackt und gut ausgedrückt	2 - 3 EL	geriebener Parmesankäse
		2 EL	gehackte Petersilie
1/2 Tasse	Spargel oder grüne Bohnen, fein gehackt		

Zubereitung:

Eine feuerfeste Schüssel oder Auflaufform gut buttern und mit Semmelbrösel ausstreuen. Die Brotscheiben in Süßrahm legen, danach die überschüssige Flüssigkeit ausdrücken. Mit Gemüse, Gewürzen und Eigelb verrühren. Eiweiß schlagen, bis es steif, aber nicht zu trocken ist. Eierschnee unter die Masse ziehen. Den Teig in die vorbereitete Form geben, mit Alufolie abdecken, in einen größeren Topf mit Wasser setzen und im Backofen bei 190 ° C etwa 40 bis 50 Minuten backen, bis der Auflauf fest ist. Die Folie entfernen und die Kruste bräunen. Die Seiten mit einem Messer lockern und auf eine vorgewärmte Platte stürzen. Mit Parmesankäse und Petersilie bestreuen.

Ergibt 6 bis 8 Portionen.

EINGELEGTES
SALATE
AUFSTRICHE



Eingelegter Paprikasalat

Zutaten:

60 dag	Bohnen	(10 Minuten Garzeit)
60 dag	Karotten	(8 Minuten)
60 dag	Schalotten oder Zwiebeln	(5 Minuten)
8	Selleriestangen	(5 Minuten)
2 kg	Paprika (gelb - rot - grün)	(5 Minuten)

Zutaten für Sud:

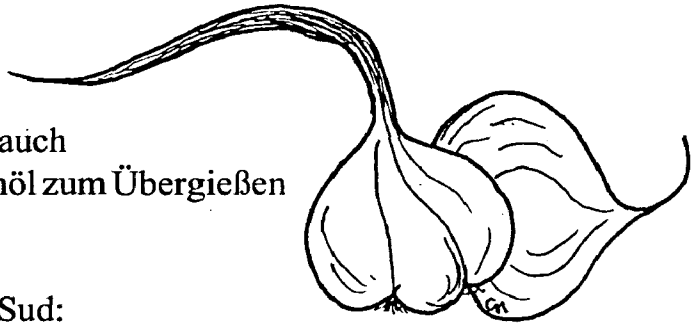
2 l	Essig	2 EL	Salz
20 ccm	Öl	10 dag	Zucker
8,	Nelken		

Zubereitung:

Das Gemüse fein schneiden und in der oben angegebenen Reihenfolge im Sud kochen.

Heiß abfüllen, etwas Öl darübergießen und gut verschließen.

Eingelegter Knoblauch



Zutaten:

1 kg Knoblauch
Olivenöl zum Übergießen

Zutaten für Sud:

1/2 l	herber Weißwein	1 TL Pfefferkörner
1/2 l	weißer Weinessig	1/2 TL Thymian
8 - 10	Nelken	1/2 TL frischer Rosmarin
2 - 3	Lorbeerblätter	
2	Chilischoten oder	2 TL Salz
1 Msp.	Chili-Pfeffer	1 TL Zucker

Zubereitung:

Geschälte Knoblauchzehen im Sud 3 min. kochen (kein Alu-Topf!). Über Nacht stehen lassen.

5 min. köcheln; abkühlen und in Gläser abfüllen. Mit Öl abdecken und verschließen.

Mindestens vier Tage durchziehen lassen.

Eingelegte Perlzwiebeln

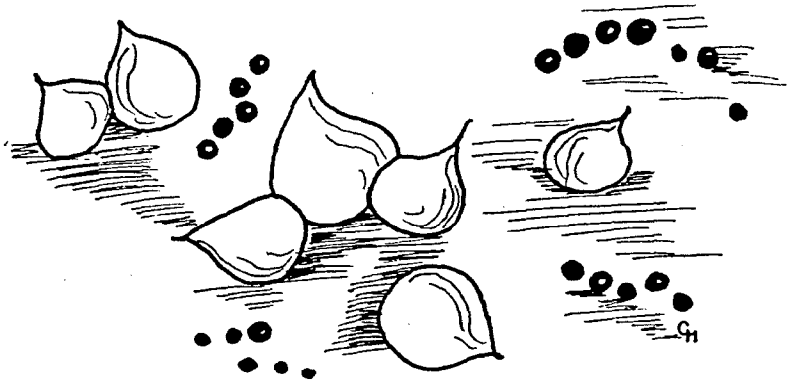
Zutaten:

30	Zwiebeln	1 1/2 l	Essig
1 1/2 l	Wasser		Salz

Zubereitung:

Zwiebeln schälen und 2 bis 3 Min. in Salzwasser kochen, kalt werden lassen. Weißweinessig kochen und die Zwiebeln ca. 10 Min. darin köcheln lassen. Zwiebeln abseihen und kalt werden lassen, in Gläser füllen und den abgekühlten Essig dazugeben.

Gut verschließen.



Rohkost

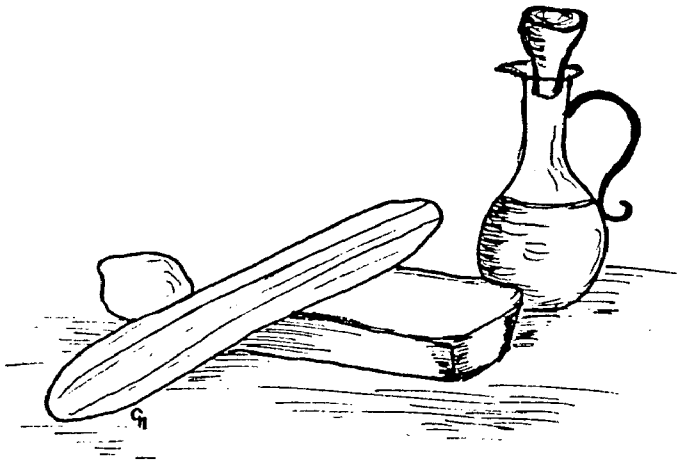
Zutaten:

1	Salatgurke	Knoblauch, Salz,
2 EL	Topfen	Pfeffer, Dill,
1/8 l	Sauerrahm	Saft einer Zitrone
	kaltgepreßtes Öl	

Zubereitung:

Gurken waschen, hobeln. Für die Sauce Knoblauch in Öl pressen, mit den übrigen Zutaten zu pikanter Sauce verrühren.

Gurken anrichten, mit Sauce übergießen, beliebig garnieren.



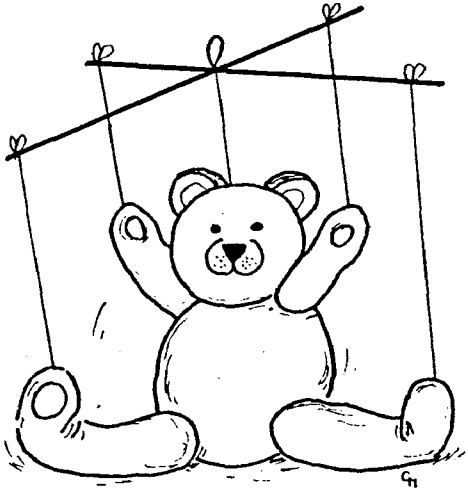
Pikanter Sauerkrautsalat

Zutaten:

1/2 kg	Sauerkraut	je 1	roter und grüner
1	geraffelte Karotte		Paprika (streifig
1	geraffelter Apfel		geschnitten)
1 kl.	geschnittene Zwiebel		etwas Essig
	Knoblauch		Öl

Zubereitung:

Alle Zutaten gut miteinander vermengen.



Aus einem Kindergebet:

"...und bitte, lieber Gott, mach´, daß die Vitamine im Pudding sind und nicht im Gemüse."

Geflügelsalat

Zutaten:

25 dag	gekochtes Hühnerfleisch	2	Scheiben Ananas
1	Apfel		etwas Mayonnaise, Zitronensaft
3	hartgekochte Eier	3 EL	Sauerrahm

Zubereitung:

Zutaten in kleine Stücke schneiden, mit Mayonnaise vermischen. Den Sauerrahm mit Zitronensaft darunterziehen.

Kühl stellen.

Bunter Bohnensalat

Zutaten:

20 dag	bunte Bohnen	Essig, Öl, Salz, Pfeffer,
2 Stangen	Porree	Schnittlauch

Zubereitung:

Bohnen über Nacht einweichen, kochen und völlig ausgekühlt mit obiger Marinade und dem ringelig geschnittenen Porree vermischen und eine Stunde durchziehen lassen.

Eiersalat

Zutaten (je Person):

1 1/2 hartgekochte Eier
Mayonnaise
4 EL Joghurt
Schnittlauch
1 TL Curry
Salatblätter und rote Paprikastreifen zum Anrichten

Zubereitung:

Die Eier schälen und vierteln, Mayonnaise mit Salz, Pfeffer und Curry würzen und mit Joghurt strecken. Die Eier in einer mit Salatblättern und Paprikastreifen ausgelegten Schüssel mit der Mayonnaise übergießen und mit Schnittlauch bestreuen.

Insalata mista mit Sauce Vinaigrette

Zutaten:

1 kl.	Salatkopf	1	roter Paprika
1	Fenchel	1	grüner Paprika
1	Zucchino	1 kl.	Gurke
1	Karotte	1	Zwiebel
5	Radieschen	5 dag	rohe Champignons
5	Oliven		

Sauce Vinaigrette:

Essig, Öl, Salz, Zucker, weißer Pfeffer, Schnittlauch, Petersilie, Estragon, Borretsch, Rosmarin, Majoran

Zubereitung:

Alle Gemüsearten werden gewaschen, geputzt und blättrig oder nudelig geschnitten, vermischt und mit der Sauce Vinaigrette übergossen, abgeschmeckt und sofort zu Tisch gebracht.

Karfiol-Paradeis-Salat

Zutaten:

1	Karfiolrose (ca. 1/2 kg)		Basilikum, Thymian
	Salz		
4 EL	Kräuteressig	4 EL	Öl
1	Zwiebel	1/4 kg	feste Paradeiser
	Zucker, Pfeffer		Schnittlauch

Zubereitung:

Den Karfiol in kleine Röschen teilen und kurz in Salzwasser kochen. Den Essig, die feingeschnittene Zwiebel und die Gewürze gut verrühren, dann das Öl dazugeben und gut verschlagen.

Die Paradeiser in kleine Spalten teilen und mit dem ausgekühlten und abgetropften Karfiol in der Sauce marinieren.

Zum Servieren mit Schnittlauch bestreuen.

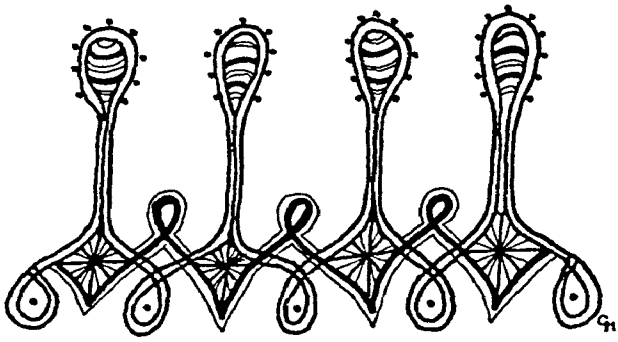
Rohnensalat (rote Rüben)

Zutaten:

1 kg Rohnen
1/4 l Essig
Salz, Kümmel, Zucker und Krenscheiben

Zubereitung:

Die Rohnen werden vorsichtig gewaschen (durch Abbrechen der Wurzel oder Verletzen der Schale verlieren sie an Farbe und Saft), weichgesotten und im Wasser gelassen, bis sie erkaltet sind. Dann erst werden sie geschält und feinblättrig geschnitten. Hierauf schichtet man sie mit Salz, Kümmel, etwas Zucker und einigen Krenscheiben in einen irdenen Topf, gießt den Essig darüber und läßt sie zugedeckt an einem kühlen Ort einige Tage stehen, ehe man sie verwendet.



Nudelsalat

Zutaten:

12 dag kl.	Nudeln	1 EL	Essig
15 dag	Erbsen	1 EL	Ananassaft
1 kl. Glas	Karotten	2 EL	Ketchup
2 Scheiben	Ananas	1/2 TL	Curry
15 dag	kleingeschnittener Schinken	1/2 TL	Paprika
			Petersilie zum Garnieren
12 dag	Mayonnaise		

Zubereitung: Alle Zutaten gut miteinander vermischen.

Heringssalat

Zutaten:

2 Gläser	Eingelegte Heringe	3 TL	Kren
1 Becher	Sauerrahm		Dill, Salz
3EL	Mayonnaise		Zwiebel von den eingelegten Heringen
1 Msp.	Pfeffer		
1 TL	Sardellenpasta		

Zubereitung:

Eingelegte Heringe und Zwiebeln schneiden und mit den restlichen Zutaten gut vermischen.

Hafersalat

Zutaten:

15 dag	Haferkörner	2	süßsaure Gurken fein gehackt
1 fein gehackte Zwiebel			
1 Becher	Hüttenkäse	2	fein gewürfelte Paradeiser
evtl.	Kresse und Pilzpulver		Salz, Essig, Öl

Zubereitung:

Haferkörner über Nacht in 3/4 l Wasser einweichen. Zirka 40 Minuten kochen und dann auskühlen lassen.

Übrige Zutaten unterrühren und zuletzt den Hüttenkäse locker unterheben. Evtl. mit Kresse bestreuen.

Dann sprach Gott: "Seht, ich übergebe euch alles Kraut, das Samen hervorbringt auf der ganzen Erde, und alle Bäume, die samentragende Früchte hervorbringen; das sei eure Nahrung."

Gen 1,29

Knoblauchbrot

Zutaten:

1	Sandwichwecken		Chilisauce
1/8 kg	Butter		Tabascosauce
	Salz, Pfeffer		Schnittlauch
	Worcestersauce	6	Knoblauch-zehen

Zubereitung:

Alle 2 cm in den Wecken einen tiefen Einschnitt machen, aber nicht durchschneiden.

Butter, feinzerhackten Knoblauch, Gewürze und die verschiedenen Saucen gut vermischen. Evtl. feingeschnittenen Schnittlauch dazugeben. Mit einem Messer die Flächen der Einschnitte im Wecken beidseitig mit der Knoblauchbutter bestreichen.

Das ganze Brot in Alufolie wickeln und im Rohr bei ca. 250 ° C 15 bis 20 Min. überbacken (mittlere Schiene).

Es heißt nicht: "M e i n tägliches Brot gib m i r heute," sondern: "u n s e r tägliches Brot gib u n s heute."

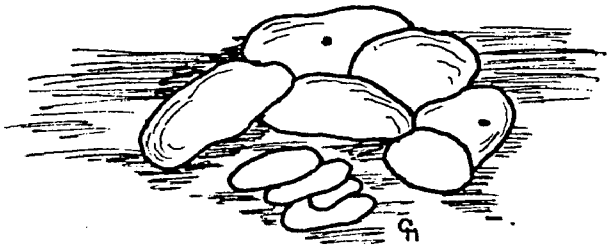
Erdäpfel mit Mayonnaise

Zutaten:

1 kg	Erdäpfel	Knoblauch, Basilikum, Essig, Zitronensaft, Zwiebel
2	Eidotter	
	Öl, Senf, Salz, Pfeffer	

Zubereitung:

Erdäpfel kochen, schälen und blättrig schneiden. Eidotter und Senf verrühren, mit Öl tropfenweise zu Mayonnaise rühren, mit übrigen Zutaten würzen und unter die Erdäpfel mischen. Gut durchziehen lassen.



Die Gesellschaft setzt sich aus zwei großen Klassen zusammen: Die einen haben mehr Mahlzeiten als Appetit, und die anderen mehr Appetit als Mahlzeiten.

Chamfort (franz. Schriftsteller, 1741-1794)

Topfenkäse

Zutaten:

1/4 kg	Topfen	Knoblauch nach Geschmack,
10 dag	Butter	Schnittlauch, Petersilie
	Salz, Pfeffer	Sauerrahm

Zubereitung: Alle Zutaten gut miteinander vermischen.

Erdäpfelaufstrich

Zutaten:

6 gr.	Erdäpfel (gekocht, erkaltet und gerieben)		div. Kräuter, Knoblauch
2	Zwiebeln	1/4 l	Sauerrahm
	Petersilie		Salz, Pfeffer

Zubereitung: Alle Zutaten gut miteinander vermischen.

Pikanter Brotaufstrich

Zutaten:

10 dag	fein geriebener Räucherkäse	5 dag	Butter
10 dag	fein geriebener Tilsiter Käse		Essiggurken Kapern, Salz, Pfeffer
15 dag	Topfen		

Zubereitung: Alle Zutaten gut miteinander vermischen.

Liptauer-Brotaufstrich

Zutaten:

20 dag	Topfen	Salz, Paprika, Kümmel, Senf,
5 dag	geriebener Tilsiter Käse	Kapern feingehackte Zwiebel
7 dag	Butter	

Zubereitung:

Butter flaumig rühren, die übrigen Zutaten gut einmengen.

Gemüseaufstrich

Zutaten:

25 dag	Topfen	1 kl.	feingeriebener Apfel
5 EL	Rahm	1 EL	Kren
15 dag	feingeriebene Karotten	1	kleingehackte Essiggurke
	Salz, Zitronensaft		Paradeismark

Zubereitung: Alle Zutaten gut miteinander vermischen.

Kräuteraufstrich

Zutaten:

10 dag	Butter	Kerbel, Schnittlauch,
20 dag	Topfen	Zwiebel, Salz
	Petersilie, Dill	

Zubereitung:

Butter flaumig rühren, mit Topfen und den feingehackten Kräutern gut vermischen und würzen.

Kümmelaufstrich

Zubereitung:

Wie Kräuteraufstrich, anstelle der Kräuter verwendet man aber feingehackten Kümmel.

Käseaufstrich

Zutaten:

18 dag	Butter	Sardellenpasta, Salz, Pfeffer,
12 dag	Gervais	Zitronensaft
6	Eidotter	feingewiegte Kapern

Zubereitung:

Butter flaumig rühren und mit Gervais passieren. Gekochte und passierte Eidotter beimengen. Mit den restlichen Zutaten abschmecken.

Bunter Käseaufstrich

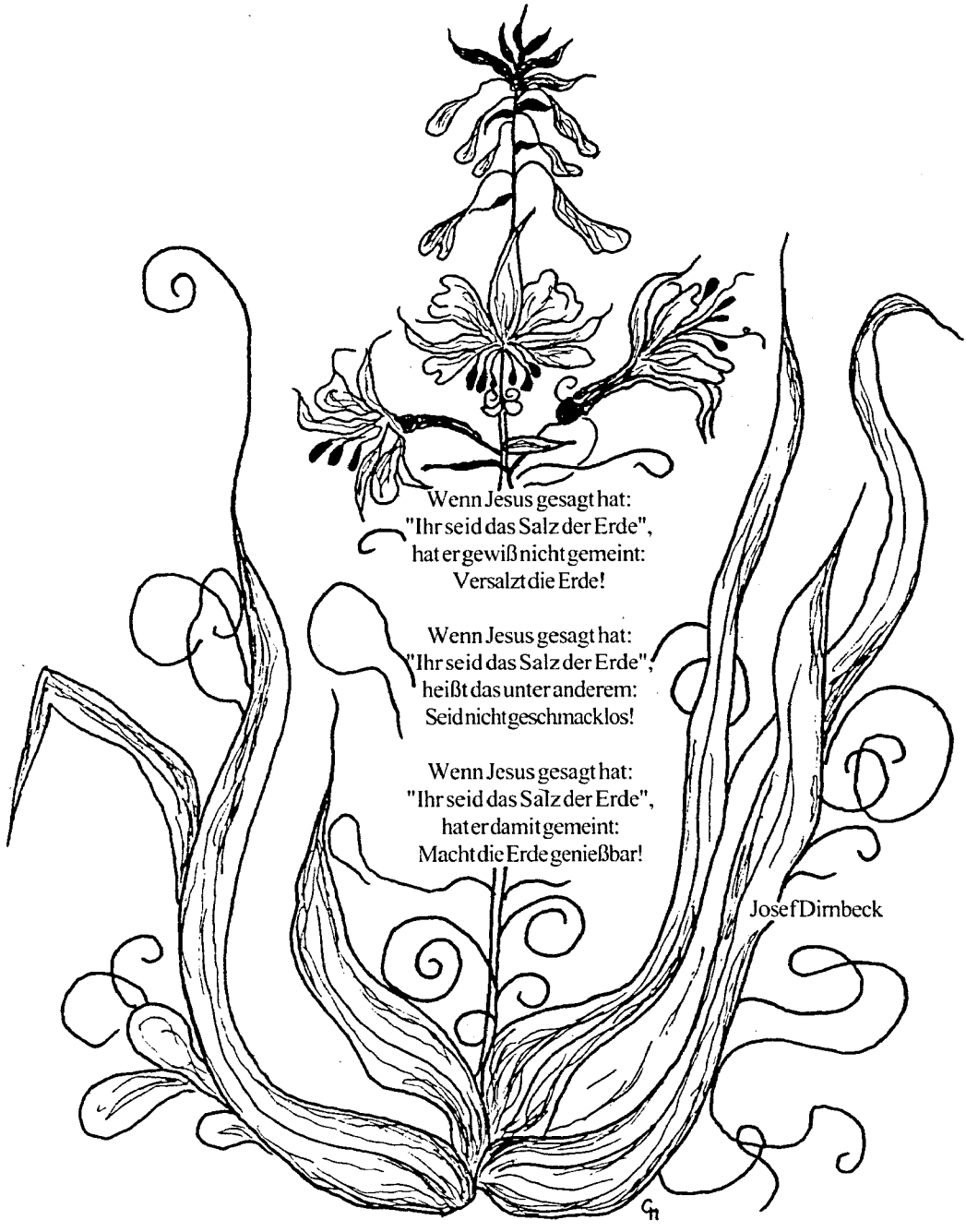
Zutaten:

12 dag	Extrawurst	8 dag	Räucherkäse
2 kl.	Essiggurken	25 dag	Butter
1/2 kl.	Zwiebel		Senf, Salz
12 dag	Emmentaler		

Zubereitung:

Extrawurst, Essiggurken und Zwiebel werden gehackt, Emmentaler und Räucherkäse gerieben und mit der flaumig gerührten Butter vermengt.

Mit Senf und Salz würzen.

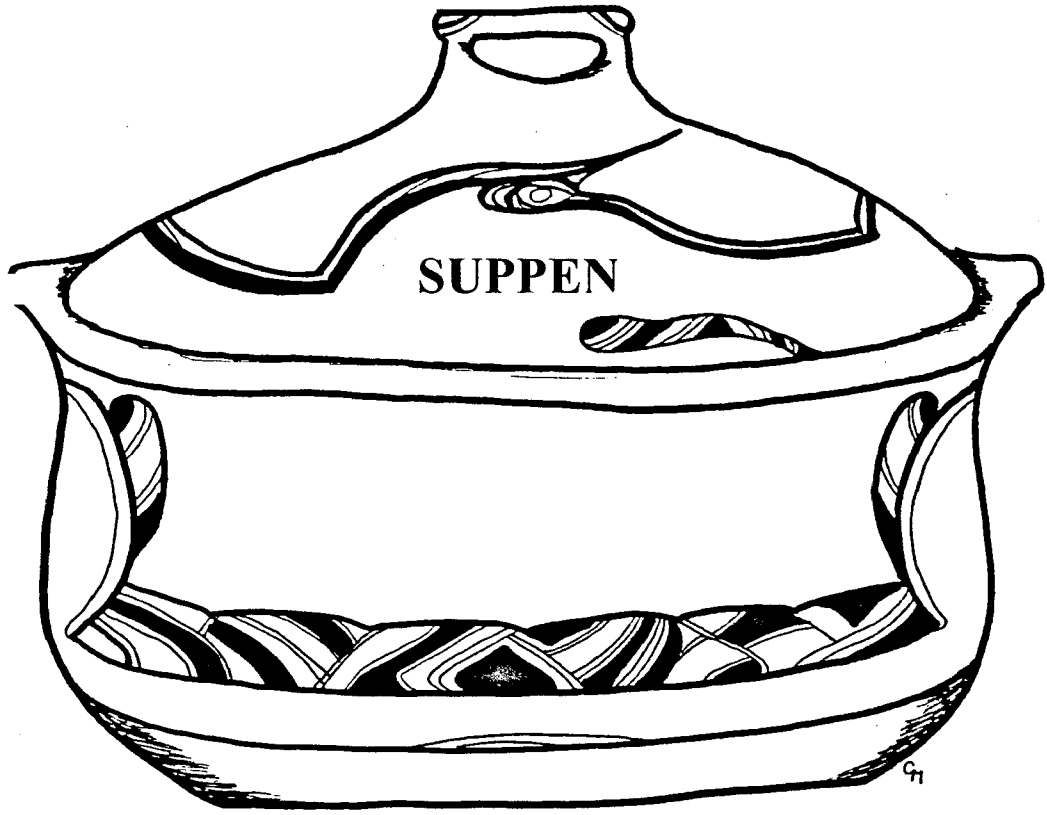


Wenn Jesus gesagt hat:
"Ihr seid das Salz der Erde",
hat er gewiß nicht gemeint:
Versalzt die Erde!

Wenn Jesus gesagt hat:
"Ihr seid das Salz der Erde",
heißt das unter anderem:
Seid nicht geschmacklos!

Wenn Jesus gesagt hat:
"Ihr seid das Salz der Erde",
hat er damit gemeint:
Macht die Erde genießbar!

Josef Dirnbeck


SUPPEN

Klare Gemüsesuppe

Zutaten:

30 g	Fett		Wirsing
1	Zwiebel	2 1/2 l	Fleischsuppe
	Sellerie		Salz
	Lauch		Pfeffer
	Karotten		

Zubereitung:

Die Zwiebel im Fett anschwitzen, dann Sellerie, Lauch, Karotten und Wirsing hinzugeben und einige Minuten mitdämpfen.

Anschließend die Fleischsuppe hinzugeben und alles weichkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Papst Johannes XXIII. ließ sich, als er noch Nuntius in Paris war, bei einem großen Bankett mehrere Delikatessen auf seinen Teller legen. Ein Ungläubiger neben ihm mokierte sich darüber: "Eminenz, so viel Lebensfreude in der bösen Welt?" Und Roncalli mit einem fröhlichen Lächeln: "Nirgendwo steht in der Hl. Schrift geschrieben, daß Gott die guten Dinge nur für die Sünder bestimmt hätte."

Andreas Gruber, aus: Der Prediger und Katechet

Weiße Weinsuppe

Zutaten:

6	Eier	Zucker nach Geschmack
1 EL	Mehl	Zimt, Salz
1 l	lieblicher Weißwein	

Zubereitung:

Die Eier mit gesiebtem Mehl und dem Wein verrühren. Mit Zucker, Zimt und einer Prise Salz abschmecken. Das Ganze bei starker Hitze mit dem Schneebesen bis zum Aufkochen rühren.

Als Einlage gut geeignet: geröstete Weißbrotwürfel.

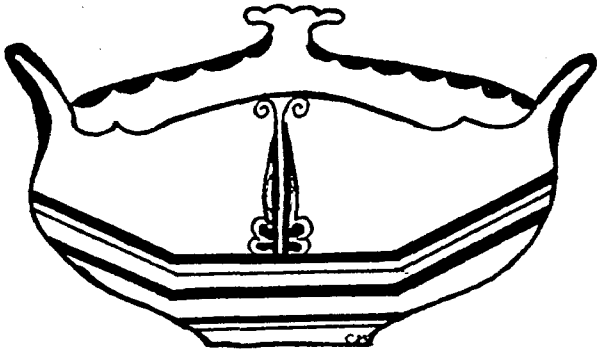
Broccoli-Rahm-Suppe

Zutaten:

500 gr	Broccoli	1	Eidotter
	Salz	1 Prise	Muskat
200 gr	Süßrahm	2 EL	Mandelblättchen

Zubereitung:

Broccoli putzen, grob zerkleinern, waschen, 1 Liter Wasser mit wenig Salz zum Kochen bringen, Broccoli zufügen und 15 Minuten garen. Einige Röschen für die Einlage herausnehmen, den Rest samt der Flüssigkeit im Mixer pürieren. Eventuell noch etwas Wasser hinzufügen, kurz aufkochen lassen, den Topf beiseite stellen. Rahm und Eidotter verquirlen, in die Broccolisuppe rühren. Mit Salz und Muskat abschmecken, dann die ganzen Röschen hineingeben. Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett anrösten und kurz vor dem Servieren gleichmäßig über die Suppe streuen.



Beim Weine spiele nicht den starken Mann, denn schon viele hat der Rebensaft zu Fall gebracht.

Jes Sir 31,25

Karfiol-Rahm-Suppe

Zutaten:

1	Karfiol (500 g)	1/4 l	Fleischsuppe
	Salz	1/4 l	Süßrahm
40 g	Butter		geriebene Muskatnuß
40 g	Mehl	1 EL	gehackte Petersilie

Zubereitung:

Karfiol putzen, waschen und in Röschen teilen.

In 1/2 l Wasser, leicht gesalzen, 15 Min. kochen. Abseihen, abtropfen lassen und den Sud aufbewahren. Einige Röschen als Einlage zurückbehalten. Den Rest pürieren.

Butter in einem Topf erhitzen, Mehl darin anschwitzen, 1/4 l Karfiol-Sud und Fleischsuppe unter Rühren zugeben. 5 Min. weiterkochen. Karfiolpüree einrühren und den Rahm unterziehen. Mit Muskatnuß abschmecken. Karfiolröschen in die Suppe geben und mit gehackter Petersilie bestreut servieren.

Iß wie ein wohlerzogener Mensch, was man dir vorsetzt, und schlürfe nicht, daß man dich nicht verachte.

Jes Sir 31, 16

Feine Lauchsuppe

Zutaten:

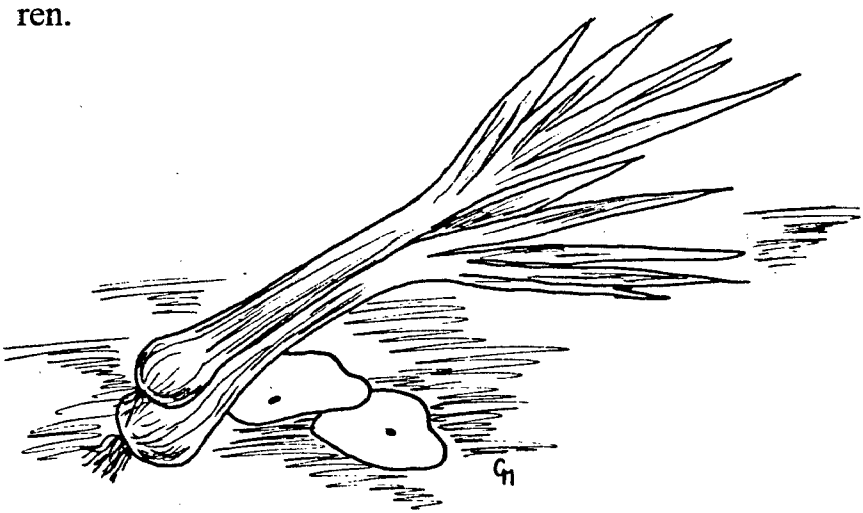
4	Stangen Lauch	1 l	heiße Hühnersuppe
4	Erdäpfel		Salz
2 EL	Butter		schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Lauch waschen und in Streifen schneiden. Erdäpfel schälen und klein würfeln.

Butter in einem Topf erhitzen. Lauch und Erdäpfel darin unter Rühren rösten. Die heiße Hühnersuppe angießen. Etwa 25 Min. kochen lassen. Die Mischung im Mixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Rahm abschmecken.

Man kann zusätzlich mit Schnittlauchröllchen garnieren.



Gulaschsuppe

Zutaten:

1 kg	Schweinefleisch	70 g	Paradeismark
300 g	Zwiebeln	1 TL	Thymian
2 EL	Paprika edelsüß	1,5 l	Suppe
2 - 3	Knoblauchzehen		Pfeffer, Kümmel,
1 EL	Salz		etwas Zucker
1	Lorbeerblatt	1/8 l	Sauerrahm

Zubereitung:

Fleisch in feine Würfel schneiden und in heißem Fett anbraten. Zwiebeln kleinwürfeln, zum Fleisch geben und glasig dünsten. Paprika, zerdrückte Knoblauchzehen, Salz, Lorbeerblatt, Paradeismark und Thymian dazugeben.

Mit der Suppe aufgießen und 45 Minuten auf kleiner Flamme garen.

Erbsensuppe

Zutaten:

500 g	getrocknete Erbsen	Liebstöckel, Ma-
2 1/2 l	Wasser	joran, Basilikum,
4	Gemüsesuppenwürfel	Paprika, Hefe-
200 g	Zwiebeln	extrakt, Kelpama-
150 g	Sellerie	re (Pflanzen-
150 g	Porree	würze) oder Soja-
2	Karotten	sauce,
1	Petersilienwurzel	Petersilie zum
1	Lorbeerblatt	Darüberstreuen
1	Pastinake	evtl. 100 g Rahm

Zubereitung:

Erbsen über Nacht im Wasser einweichen. Mit den Suppenwürfeln ca. 1 bis 1 1/2 Stunden garkochen. Das kleingehackte Suppengemüse mit den Gewürzen in der Butter anschmoren. Mit Wasser oder Fleischsuppe auffüllen und 15 Min. kochen lassen.

Die Erbsen pürieren, das Gemüse zugeben und nochmals 5 Min. kochen lassen. Zum Verfeinern kann man noch Rahm zufügen. Abschmecken und Petersilie darüberstreuen.

Zwiebelsuppe mit Kräutern

Zutaten:

350 g	Zwiebeln	2	Eidotter
3 EL	Butter	2 EL	Süßrahm
1 EL	Mehl	je 1 EL	Dill, Schnittlauch, Zitronenmelisse
1/4 l	trockener Weißwein		
3/4 l	Hühnersuppe		
	Salz	4	Scheiben Stangenweißbrot
1/2 TL	weißer Pfeffer		

Zubereitung:

Zwiebeln schälen, grob würfeln. Butter im Suppentopf schmelzen, die Zwiebeln darin unter ständigem Rühren gelb dünsten. Mit Mehl bestäuben, gut umrühren. Unter ständigem Rühren die Suppe zum Kochen bringen.

Dann mit Salz und Pfeffer würzen und die Suppe 10 Min. bei geringer Hitze ziehen lassen. Rahm und Eidotter verquirlen, abseits vom Herd in die Suppe quirlen. Feingeschnittene Kräuter hineingeben und die Suppe abschmekken. Weißbrot toasten, in Suppentassen legen, die heiße Suppe darübergießen.

Grüne Gemüsecremesuppe

Zutaten für 4 Personen:

2 EL	Butter	1	Erdapfel
1	Zwiebel	1/2 l	Wasser
2 kl.	Zucchini		Süßrahm
1/4 kg	grüne Bohnen		Salz, Pfeffer
1/4	Sellerieknolle		Kresse

Zubereitung:

Zucchini, Bohnen, Sellerie und Erdapfel waschen, kleinwürfelig schneiden und mit der kleingeschnittenen Zwiebel in der Butter leicht anrösten.

Mit dem Wasser aufgießen, salzen und weichdünsten. Mit dem Mixer fein pürieren und mit Rahm, Pfeffer und allenfalls noch etwas Salz abschmecken.

In die Teller gießen und in der Mitte mit der Kresse garnieren.

Mancher meint, ein Realist zu sein,
der aus der Tatsache, daß eine Rose besser riecht als ein Krautkopf,
schließt, daß eine Suppe aus Rosen auch besser schmeckt.

Brotsuppe

Zutaten:

4 - 6 dag	Fett	5 dag	Mehl
1/2 kg	Schwarzbrot	1/4 l	Milch
	Salz	1	Ei
	Petersiliengrün		

Zubereitung:

Das kleinwürfelig geschnittene Brot wird in heißem Fett mit Petersiliengrün angeröstet, aufgegossen mit Wasser, gut verkocht und passiert oder zersprudelt.

Zuletzt kann man einen dünnfließenden Teig aus Milch und Mehl in die Suppe geben, oder man verbessert die Suppe mit einem versprudelten Ei.

Fenchel-Rahm-Suppe

Zutaten (für 4 Personen):

3/4 l	Wasser	1/8 l	Creme fraiche
2	Fenchelknollen		Salz
	etwas Petersilie		Pfeffer
2 dl	Rahm	1 Prise	Zucker

Zubereitung:

Fenchel waschen und in Stücke schneiden. Wasser salzen, zum Kochen bringen und darin die Fenchelstücke weichkochen. Ein paar kleine Stücke davon beiseite legen.

Den restlichen Fenchel mit dem Wasser im Mixer pürieren und die Masse durch ein Sieb streichen, damit die lästigen Fäden des Gemüses nicht in der Suppe schwimmen.

Die Creme fraiche dazugeben und verrühren.

Den Rahm hinzufügen, mit Salz, Pfeffer aus der Mühle und einer Prise Zucker abschmecken.

Die Flüssigkeit mit dem Mixer aufschlagen, bis sie schön schaumig wird.

Die aufgehobenen Fenchelstücke auf die Teller verteilen und die Suppe darübergießen. Mit kleingehackter Petersilie garnieren.

(Wer ein gutes Kürbiskernöl im Haus hat, kann auf die Garnierung mit der Petersilie verzichten und stattdessen vorsichtig einige Tropfen von dem Öl in jeden der mit Suppe gefüllten Teller träufeln; aber nicht zuviel, damit der kräftige Geschmack des Kernöls nicht den Fenchelgeschmack übertönt.)

Feurige Mitternachtssuppe

Zutaten (für ca. 10 Personen):

1 kg	Gulaschfleisch (Rind u. Schwein)
10 dag	durchzogener Speck
	Margarine
1 kg	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
1 EL	Pfefferkörner
12	Gewürznelken
2	Lorbeerblätter
3 l	Suppe (Würfel)
1/8 l	trockener Sherry
50 dag	Karotten
30 dag	tiefgefrorene Brechbohnen
	Salz

Zubereitung:

Fleisch in 2 cm große Würfel, den Speck kleinschneiden. Margarine in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln schneiden und braun rösten, Fleisch und Speck dazugeben und alles dünsten. Gepreßten Knoblauch und Pfeffer aus der Mühle hinzufügen. Nelken zerstoßen und mit den Lorbeerblättern in den Suppentopf geben und umrühren.

Nun die heiße Suppe über das Fleisch gießen und aufkochen lassen. Dann den Sherry dazugießen und im geschlossenen Topf etwa 1 1/2 Stunden kochen lassen.

Karotten schälen, waschen, der Länge nach in Scheiben und dann in dünne Stifte schneiden, und mit den Bohnen zum Schluß in die Suppe geben und weitere

20 - 30 Min. garen. Dann mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer unt etwas Sherry würzig-scharf abschmecken.

Zwiebelsuppe

Zutaten:

800 g	Zwiebeln	1/4 l	Wein
3 EL	Butter	8	Scheiben Stangenbrot
1/2 l	Fleischsuppe		
2	Knoblauchzehen	100 g	geriebener Emmentaler
1 Prise	Pfeffer		
1 Prise	Salz	4 kl. Stk.	Kandiszucker

Zubereitung:

Zwiebeln schälen und fein hacken. Butter erhitzen, Zwiebeln darin andünsten, mit Fleischsuppe aufgießen und bei schwacher Hitze 10 Min. kochen. Weißbrot im Toaster bräunen und mit geschälter Knoblauchzehe abreiben, Suppe mit Pfeffer, Salz, Kandiszucker und Wein abschmecken. In Suppentassen füllen, mit Weißbrotscheiben belegen und mit Käse bestreuen und überbacken.

Zuppa Pavese

Zutaten:

4	Scheiben Weißbrot	4TL	Parmesan
4	Eier	1 l	Fleischsuppe

Zubereitung:

Man gibt die gut gewürzte Fleischsuppe in feuerfeste Suppentassen, legt je eine Weißbrotscheibe, bestreut mit Parmesan, darauf, schlägt ein Ei genau in die Mitte des Brotes und schiebt die Tassen 3 Min. unter den Griller.

Französische Zwiebelsuppe

Zutaten:

20 dag	Zwiebeln	4	Scheiben Weißbrot
5 dag	Butter	4 TL	geriebener Käse
1 l	Fleischsuppe		

Zubereitung:

Die feingehackten Zwiebeln werden in der Butter goldgelb geröstet, mit Suppe aufgegossen, mit Salz und Pfeffer gewürzt. Ca. 10 Min. langsam kochen lassen.

Die fertige Suppe in feuerfeste Tassen füllen, darauf das Weißbrot dick mit geriebenem Käse bestreuen, unter den Griller geben, bis der Käse geschmolzen ist.

Lauch-Erdäpfel-Suppe

Zutaten:

1/2 kg	Erdäpfel		Creme fraiche
2 kl. St.	Lauch		Kerbel
	Salz, Pfeffer	1 l	klare Suppe

Zubereitung:

Butter zergehen lassen, den Lauch in feine Ringe schneiden und etwas anrösten. Die fein würfelig geschnittenen Erdäpfel dazugeben. Salzen und mit Suppe aufgießen und solange kochen lassen, bis die Erdäpfel weich sind. Creme fraiche dazugeben und mit Kerbel und Pfeffer abschmecken.

Karottencremesuppe

Zutaten:

40 dag	Karotten		Salz, Pfeffer
3 dag	Butter	1 Prise	Zucker
1 kl.	Zwiebel	1/8 l	Süßrahm
1/2 l	Suppe		gehackte Petersilie

Zubereitung:

Geschälte, geschnittene Karotten und kleingehackte Zwiebel in Butter anrösten, aufgießen, weichkochen. Pürieren, mit Gewürzen abschmecken, aufkochen und Süßrahm einrühren. Mit Petersilie bestreut servieren.

Erdäpfelcremesuppe

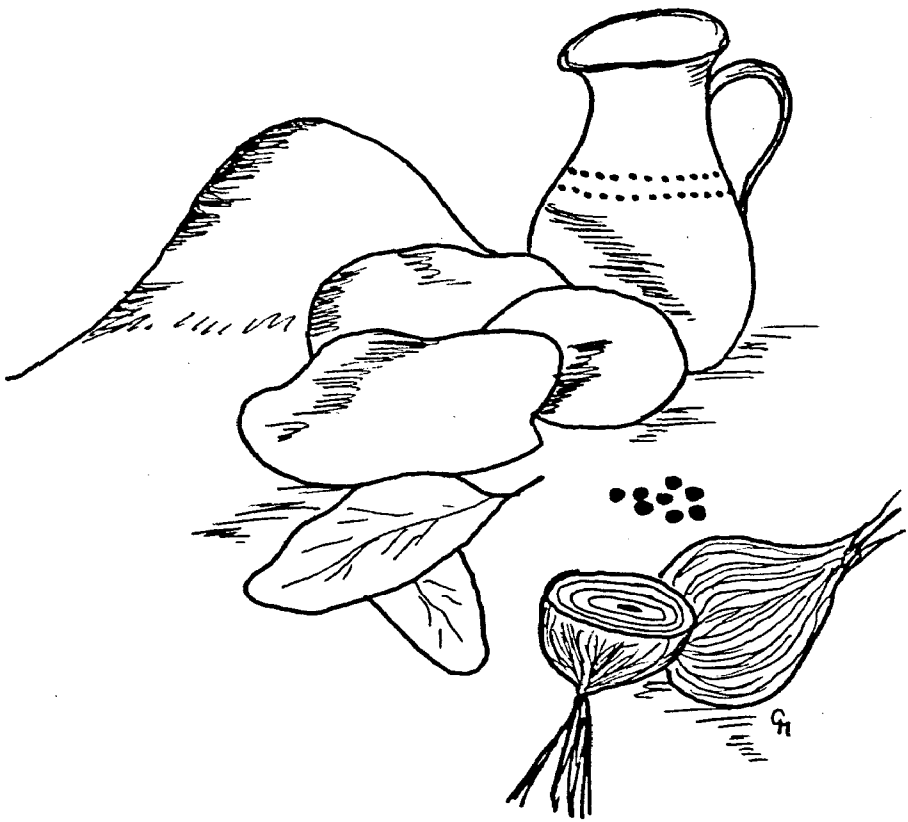
Zutaten (für 8 bis 10 Personen):

1/2 kg	Erdäpfel	60 g	Butter
6/10 l	Gemüsesuppe (Würfel)	60 g	Mehl
		6/10 l	Milch
2 gr.	Zwiebeln	3/10 l	Süßrahm
1	Lorbeerblatt		Pfeffer, Kräutersalz
	Salz		

Zubereitung:

Erdäpfel in kleine Würfel schneiden und mit den gehackten Zwiebeln, Lorbeerblatt und Salz zur Suppe geben. Langsam weich kochen und dann mit dem Mixstab pürieren.

Butter erhitzen, Mehl einrühren, mit Milch auffüllen. Umrühren bis die Masse eindickt. Pürierte Erdäpfel hineingeben. Süßrahm, Kräutersalz und Pfeffer einrühren. Nicht mehr kochen lassen.



Karfiolcremesuppe

Zutaten (für 4 Personen):

1 kg Karfiol, in kl. Röschen
1/2 l Gemüsesuppe (Würfel)
1/4 l Milch
1 TL Salz
1 Prise Muskatnuß
2 Eidotter
1/8 l Rahm
3 EL Schnittlauchröllchen

Zubereitung:

Karfiolröschen in die kochende Suppe geben. Bei kleiner Hitze weich kochen. Mit Mixstab (oder im Mixer) pürieren, Milch zugeben und mit Salz und Muskat würzen. Rahm mit Eidotter verrühren und in die Suppe geben. Nicht mehr kochen lassen.

Mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Die Ernährung ist nicht das Höchste im Leben, aber sie ist der Nährboden, auf dem das Höchste gedeihen oder verderben kann.

Max Bircher-Benner

Erdäpfelsuppe mit Lauch

Zutaten:

50 g	Speckwürfel		Salz, Pfeffer
20 g	Butter	1	Lorbeerblatt
1/2 kg	Erdäpfel	2	Eidotter
200 g kl.	Porreestangen	1/8 l	Rahm
1 l	Rindssuppe		

Zubereitung:

Erdäpfel schälen, in kleine Würfel schneiden und in kaltem Wasser stehen lassen. Lauch in Scheiben schneiden, Speckwürfel in Butter anbraten, Erdäpfelwürfel dazugeben, mit Suppe auffüllen, würzen und auf kleiner Flamme ca. 30 Min. leicht kochen lassen, dann mit einer Schneerute kräftig aufschlagen.

Den Lauch dazugeben und die Suppe fertigkochen. Eidotter und Rahm verrühren, zur Erdäpfelsuppe geben und eventuell etwas nachsalzen.

Haferflockensuppe

Zutaten (für 4 Personen):

1	Zwiebel (ca. 80 g)	1 l	Wasser
40 g	Butter		Salz, Pfeffer
80 g	Haferflocken	1	Ei
2	Karotten	1/2 EL	gehackte Petersilie
2	Gemüsesuppenwürfel		

Zubereitung:

Feingehackte Zwiebel in Butter goldbraun anrösten, Haferflocken und in feine Scheiben geschnittene Karotten dazugeben und kurz mitrösten.

Mit Wasser aufgießen, Suppenwürfel einbröseln und halb zugedeckt 10 - 15 Min. schwach kochen lassen. Nach Belieben würzen. Versprudeltes Ei in die nicht mehr kochende Suppe einrühren und mit Petersilie bestreut servieren.

Wie kühles Wasser für eine erschöpfte Seele
ist gute Nachricht aus fernem Land.

Spr 25,25

Steirische Klachelsuppe

Zutaten:

4	Schweinshaxen oder		Salz, Pfeffer,
1/2 kg	Schweineschwarten		Lorbeerblatt, Pfeffer-
1 Bd.	Suppengemüse		körner, Knoblauch,
1 EL	Rindssuppenpulver	2 EL	Butter
1	Zwiebel	2 EL	Mehl
10 dag	Rollgerste		gehackte Petersilie

Zubereitung:

Die Rollgerste einige Stunden in kaltem Wasser einweichen.

Die Schweinshaxen mit einem scharfen Messer putzen und gut waschen. Danach bringt man sie in 1 1/2 - 2 l Salzwasser zum Kochen. Wurzelgemüse, Zwiebel und Gewürze in den Sud geben. Die eingeweichte Rollgerste seiht man ab und kocht sie ebenfalls mit, bis alles weich ist.

In einer Kasserolle macht man aus Fett und Mehl eine helle Einbrenn und gießt mit ca. 1 l geseihter Suppe auf. Haxen von Fußknochen befreien. Die schwartenähnlichen Reste der Haxen und das Gemüse feinnudelig schneiden und mit der Rollgerste zur kochenden Einbrennsuppe geben. Mit gehackter Petersilie und frisch gemahlenem Pfeffer vollenden.

Terlaner Weinsuppe

Zutaten:

1/2 l	Rindssuppe	Zimt
3	Eigelb	Salz
1/8 l	Rahm	geröstete Weißbrot-
1/8 l	trockener Weißwein	würfel

Zubereitung:

Die kalte Rindssuppe mit den angegebenen Zutaten (außer den Weißbrotwürfeln) versprudeln und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen.

Vor dem Servieren streut man die gerösteten Weißbrotwürfel auf die Suppe. Das macht die Suppe noch schmackhafter.

Brezensuppe

(eher Hauptgericht)

Vier bis acht Brezen werden mit heißem Wasser übergossen und vorsichtig gesalzen (salzige Brezen!). Sobald die Brezen aufgequollen sind, gießt man das restliche Wasser ab, überstreut mit Reibkäse oder Zieger und schmalzt mit brauner Butter ab.

Biersuppe
(eher Hauptgericht)

Zutaten:

3/4 l	Bier	2	Eidotter
	Nelken	1/4 l	Rahm
	Zimtrinde	1 EL	Zucker
	Zitronenschale		

Zubereitung:

Das gewürzte Bier erhitzen. Dotter, Rahm und Zukker gut versprudeln, in das Bier einlaufen lassen und rühren, bis die Suppe cremig wird; sofort servieren.

Besonders gut schmeckt die Suppe mit "eingebrocktem" Weißbrot.

Besser ein Brocken trockenes Brot und Ruhe dabei, als ein Haus voll Opferfleisch mit Streit.

Spr 17,1

Klare Fleischsuppe

Zutaten:

1/4 kg	Rindfleisch oder	Salz, Suppengrün,
1/2 kg	Fleischknochen	Zwiebel, Peter-
1 1/4 l	Wasser	silie

Zubereitung:

Alles 2 Stunden langsam kochen lassen, abseihen und mit Einlagen servieren.

Eierstich

Zutaten:

2	Eier	Muskat
4 EL	Milch	feingehackte Petersilie
	Salz	

Zubereitung:

Alles verquirlen, in eine gefettete Tasse füllen, im heißen Wasserbad, ohne Umrühren, 30 min. stocken lassen. Der Eierstich ist gar, wenn er speckig aussieht. Nach dem Erkalten stürzen und in Würfel schneiden.

Reibele

Zutaten:

4 EL Mehl	Salz
2 Eier	

Zubereitung:

Alles mit der Gabel vermengen, dann solange zwischen den Fingern verreiben, bis alles Mehl gebunden ist. 5 Min. in der Suppe kochen lassen.

Bröselknödel

Zutaten:

5	Eier	Grünzeug
1/8 kg	Margarine	etwas Backpulver
	Salz	Semmelbrösel

Zubereitung:

Die weiche Margarine mit Eiern, Grünzeug, Salz, Backpulver und Semmelbrösel verrühren. Die Masse darf weder zu fest noch zu weich werden, daher Vorsicht beim Einarbeiten der Semmelbrösel.

Daraus kleine Knödel formen, in Öl herausbacken und mit kaltem Wasser abschrecken.

In Fleischsuppe servieren. Eignet sich gut zum Einfrieren.

Goldwürfel

Zutaten:

Knödelbrot	Salz, Eier, Milch

Zubereitung:

Eier, Milch und Salz werden versprudelt und über die Brotwürfel gegossen. Eine Weile ziehen lassen, dann die Würfel in heißem Fett herausbacken.

HAUSMANNSKOST

Schnittnudeln mit Bauerntopfen

Zutaten:

40 dag	Mehl	1/8 l	Kaffee
1	Ei	1/8 l	Wasser
1 Prise	Salz	10 dag	Butter
1 Schuß	Öl	1/2 kg	Bauerntopfen
	Milch nach Bedarf	5 dag	geriebener Mohn
			Zucker

Zubereitung:

Aus Mehl, Salz, Öl, Ei und Milch mittelfesten Teig kneten; Teig zu einer Rolle formen, Stücke abstechen, gut bemehlt zu dünnen Scheiben austreiben, kurz trocknen lassen, einrollen und zu dünnen Nudeln schneiden.

Nudeln partienweise in Butter goldgelb rösten; Kaffee, Fett und Wasser aufkochen lassen, dann die Nudeln zugeben und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Topfen mit Mohn und Zucker vermischen und mit den Nudeln servieren.

Erdäpfellaibchen

Zutaten:

1 kg	Erdäpfel		Salz, Muskat
10 dag	griffiges Mehl	20 dag	Wurst und
5 dag	Grieß		Bratenreste
3	Eidotter		gehackte Petersilie
5 dag	Margarine		Fett zum
			Ausbacken

Zubereitung

Erdäpfel waschen, kochen, schälen, pressen, rasch mit allen Zutaten zu Teig kneten; würfelig geschnittene Wurst einarbeiten.

Mit nassen Händen Laibchen formen; flachdrücken, beidseitig in heißem Fett goldgelb backen.

Frohsinn und Herzensfreude ist der Wein,
zur rechten Zeit und mit Bedacht getrunken.
Bitterkeit der Seele ist der Wein,
im Übermaß, in Erregung und Zorn getrunken.

Jes Sir 31,28-29

Pickelsteiner Gulasch

Zutaten:

1/4 kg	in Scheiben geschnittene Zwiebeln	3/4 kg	geschnittenes Gemüse (Sellerie, Petersilie, Kraut, Karotten, Karfiol, Wirsing, grüne Bohnen, Kohlrabi)
15 dag	Fett		
1 EL	Paprika		
5 EL	kaltes Wasser		
1/4 kg	daumengroße Fleischstücke	1/4 kg	Erdäpfel als Beilage

Zubereitung:

Zwiebeln in Fett anrösten. Bevor die Zwiebeln gelb werden, gibt man den Paprika dazu und gießt sofort mit Wasser auf. Dann kommt das Fleisch dazu und wird halb weichgedünstet. Schließlich gibt man das Gemüse dazu und dünstet so lange weiter, bis alles gegart ist.

Fleischstrudel

Zutaten:

25 dag	Mehl	1/8 l	lauwarmes Wasser
1 TL	Salz		verquirltes Ei zum
1 EL	Öl		Bestreichen
1 EL	Essig		

Zutaten für die Fülle:

1 gehackte	Zwiebel	20 dag	blättrig geschnitte-
30 dag	Faschiertes		ne Champignons
20 dag	Paradeismark		Salz, Pfeffer
20 dag	würfelig ge-		Knoblauch, Ros-
	schnittener Käse		marin, Oregano

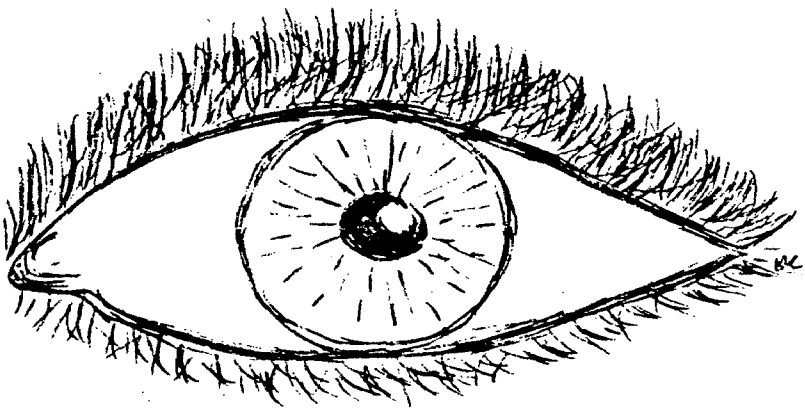
Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem glatten, weichen Teig kneten, geformtes Laibchen mit Öl bestreichen, zugedeckt 1/2 Stunde rasten lassen. (Der Teig ist genug geknetet, wenn er seidig glatt und glänzend ist!)

Zwiebel anrösten, Faschiertes dazu, durchrösten, alle Zutaten untermengen, würzen, sehr pikant abschmecken.

Den Teig auf bemehltem Tuch auswalken, hauchdünn ausziehen; 2/3 mit Fülle belegen, restliches Drittel mit Öl beträufeln, einrollen und backen.

Backzeit: bei 180 ° C etwa 45 Minuten



Wenn du an der Tafel eines Großen sitzest, dann reiß dabei den Mund nicht auf.
Sprich nicht: "Überreichlich ist aufgetragen."
Sei eingedenk, wie häßlich ein gieriges Auge ist.

Jes Sir 31, 12-13

Schlutzkrapfen

Zutaten:

30 dag	Mehl (halb Roggen, halb Weizen)	1	Ei
	Salz		Wasser nach Bedarf
			geriebener Käse
			braune Butter

Zutaten für die Fülle:

20 dag	Erdäpfel	10 dag	Graukäse
10 dag	Bauerntopfen		Schnittlauch, Salz

Zubereitung:

Mehl, Salz, Ei und Wasser zu mittelfestem Teig mischen, gut kneten, zugedeckt rasten lassen.

Die gekochten Erdäpfel passieren, mit allen Zutaten zu pikanter Masse vermischen.

Teig partienweise auswalken, Krapfen ausstechen, füllen, zusammenklappen, Ränder mit Gabel gut zusammendrücken, in siedendem Salzwasser garen, mit Käse und brauner Butter servieren.

Krensauce

Zutaten:

2	Semmeln	3 EL geriebener Kren
1/2 l	Suppe	Salz und Pfeffer
1/16 l	Süßrahm	

Zubereitung:

Die entrindeten Semmeln in der Suppe aufkochen, dann gut verquirlen, den geriebenen Kren und den Rahm zufügen, kurz aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Heiß servieren.

Hab´ den Anstand, als erster aufzuhören, und sei kein Vielfraß, daß du nicht unangenehm auffällst.

Jes Sir 31,17

Zwiebeltoast

Zutaten:

3 Scheiben	Toastbrot	1/2 Becher Sauerrahm
3 Scheiben	Käse	Ketchup, Muskat,
10 dag	Mettwurst	Salz, Pfeffer,
25 dag	Zwiebeln	Sojasauce, Schnittlauch
3 dag	Margarine	

Zubereitung:

Zwiebeln schälen, ringelig schneiden und in heißer Margarine glasig dünsten. Rahm, Ketchup und Gewürze unter Rühren zugeben und dünsten, bis die Flüssigkeit verkocht ist. Den feingewiegten Schnittlauch untermischen. Toastscheiben vortoasten, mit Mettwurst bestreichen, die Zwiebelmasse darauf verteilen, mit Käse abdekken und überbacken.

Gefüllte Semmeln

Zutaten:

6 alte	Semmeln	Ei, Brösel
1/2 kg	Äpfel	Vanillesauce (1 l Milch, 1 Pkt.
	Weißwein	Vanillepudding, Zucker)

Zubereitung:

Semmeln entrinden, halbieren, aushöhlen. Gedünstete, gezuckerte, grob geschnittene Äpfel in die Semmeln geben.

Danach in gezuckerten Weißwein tauchen, mit Ei und Bröseln panieren. In heißem Fett herausbacken.

Mit Vanillesauce servieren.

Makkaroni mit Pilzen

Zutaten:

2	geschnittene Zwiebeln	15 dag	Bauchspeck (kl. geschnitten)
	Parmesan		
25 dag	Pilze	2	Paradeiser
2	grüne Paprika	40 dag	Makkaroni

Zubereitung:

Die Zutaten (außer den Makkaroni) abrösten, zum Schluß grob geschnittene Paradeisstücke dazugeben.

Makkaroni in Salzwasser nicht zu weich kochen, Nudeln auf Teller verteilen und mit der Pilzsauce und geriebenem Parmesan anrichten.

Topfenlaibchen mit Kräutern

Zutaten:

10 dag	Speckwürfel	1	Zehe Knoblauch
1 EL	Kräuter		Salz, Pfeffer
50 dag	Topfen (20 %)		Muskat
3	Eier	3 EL	Mehl
6 EL	Semmelbrösel		Butter zum Braten

Zubereitung:

Speck anrösten, mit restlichen Zutaten vermischen, würzen und ziehen lassen. Mit bemehlten Händen Laibchen formen und in Butter langsam braten und mit Salaten servieren.

Erdäpfelknödel

Zutaten:

3/4 kg	gekochte, passierte Erdäpfel	2	Eier
		1 Prise	Salz
20 dag	griffiges Mehl	evtl.	Faschiertes zum Füllen

Zubereitung:

Alle Zutaten miteinander vermischen, zu Knödeln formen und ca. 12 Minuten in Salzwasser kochen.

Als Hauptgericht: Vor dem Kochen mit geröstetem, gut gewürztem Faschierten füllen und vor dem Servieren mit zerlassener Butter abschmalzen.

Schinken-Käse-Torte

Zutaten:

30 dag	Schinken	1/8 l	Süßrahm
	Blätterteig		Salz, Pfeffer, Muskat
20 dag	Emmentaler		Schnittlauch
3	Eier		

Zubereitung:

Schinken nudelig schneiden, Emmentaler reiben. Mit Eiern, Süßrahm, Salz, Pfeffer, Muskat und Schnittlauch vermischen.

Kuchenform mit Blätterteig 1/2 cm dick auslegen. Dann mit den gemischten Zutaten füllen.

Im Backrohr ca. 3/4 Stunde bei 200 ° C überbacken.

Spinattoast

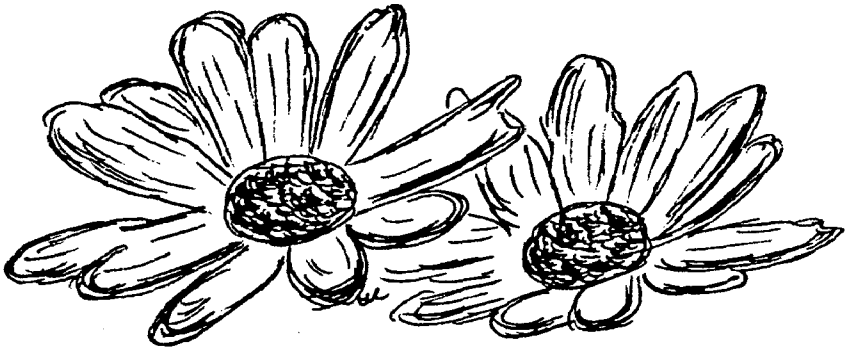
Zutaten:

	Toastbrot	1	Ei
1/4 kg	Blattspinat		Käse
je 1 Scheibe	Lachs pro Toast		Knoblauch
	(evtl. Lachsersatz)		

Zubereitung:

Blattspinat in Butter dünsten, salzen, pfeffern, eine zerdrückte Knoblauchzehe dazugeben.

Auf das getoastete Brot den Blattspinat, eine Scheibe Lachs, ein Spiegelei und geriebenen Käse legen.



Unser Vater! Du sättigst uns mit den Gaben der Erde. Laß uns hungrig und durstig bleiben nach Gerechtigkeit für alle. Amen!

Tiroler Speckknödel

Zutaten:

6	altbackene Semmeln	30 g	Fett
		1/2	Zwiebel
1/4 l	Milch	80 - 100 g	Mehl
2	Eier		Petersilie,
100 g	Speck		Majoran,
100 g	geräucherte Wurst		Salz

Zubereitung:

Die Eier mit der Milch versprudeln, über die würfelig geschnittenen Semmeln gießen, eine halbe Stunde stehen lassen. Speck und Wurst fein schneiden und mit gehackter Zwiebel in Fett anrösten und ebenfalls zum Brot geben. Nun streut man das Mehl und gehackte Petersilie darüber, würzt und drückt die Masse mit einem Kochlöffel zusammen.

Die geformten Knödel in Salzwasser ungefähr 10 Minuten kochen.

Erdäpfelpaunzen

Zutaten:

1/2 kg	Erdäpfel	1	Ei
150 g	Mehl		Salz, Muskat

Zubereitung:

Die am Vortag gekochten Erdäpfel mit einem Reibeisen raspeln, mit dem Mehl, dem Ei, etwas Salz und Muskat zu einem glatten Teig verkneten. Dann formt man daumendicke Rollen und schneidet davon 2 cm lange Stücke ab.

Diese werden gut in Mehl gewälzt, damit sie nicht aneinanderkleben. Die Paunzen in einer Pfanne in heißer Butter oder heißem Öl rundherum braun braten und zugedeckt kurz nachdämpfen.

Erdäpfelwirler

Zutaten:

1/2 kg	Erdäpfel		Salz
15 dag	Mehl	80 g	Butter

Zubereitung:

Die gekochten, geschälten und passierten Erdäpfel salzen und mit griffigem Mehl gut vermischen. Der Teig soll grießig und locker aussehen. Er wird in heißem Fett oder Butter wie ein Schmarren in einer Pfanne geröstet.

Die Erdäpfel sollen auf keinen Fall kleben.

Zucchini mit Schafskäse

Zutaten:

1/2 kg	Zucchini	3 - 4 EL	Olivenöl
1 gr.	Zwiebel		Salz, Pfeffer
1 Zehe	Knoblauch	10 dag	Schafskäse
1/2 TL	Thymian		

Zubereitung:

Zucchini in mitteldicke Scheiben schneiden, mit Zwiebel und zerdrücktem Knoblauch in heißem Öl dünsten, würzen, und zum Servieren Schafskäse grob darüberstreuen.

Kasspatzln

Zutaten:

20 dag	glattes Mehl	1 gr.	Zwiebel
20 dag	griffiges Mehl		Butter
1/4 l	Wasser		geriebener Hartkäse
3 - 4	Eier	evtl.	Petersilie und Schnittlauch
1 gestrichener TL Salz			

Zubereitung:

Mehl, Wasser, Eier und Salz miteinander vermischen, durch ein Spatzl-Sieb in kochendes Salzwasser drücken. Wenn die Spatzln aufsteigen, abseihen und mit kaltem Wasser abschrecken. In einer Pfanne Butter und Zwiebel anrösten, Spatzln darin erhitzen und kurz vor dem Servieren mit geriebenem Käse (evtl. auch mit Petersilie und Schnittlauch) bestreuen.

Tiroler Gröstl

Zutaten:

30 dag	gekochtes Rindfleisch oder Bratenreste (evtl. auch mit Wurstresten gemischt)	6 dag	Fett
		1	Zwiebel
			Salz, Pfeffer
		1 kg	Erdäpfel
			Kümmel

Zubereitung:

Zwiebeln schneiden, in heißem Fett gelb werden lassen und darin das blättrig geschnittene Fleisch und den würfelig geschnittenen Speck anrösten.

Dazu gibt man die gekochten, blättrig geschnittenen Erdäpfel, würzt und röstet das Ganze durch.

* * *

Wenn man das fertige Gröstl auf dem Teller mit einem mit Schnittlauch bestreuten Spiegelei serviert, wird daraus ein Herrengröstl.

Kärntner Kasnudeln

Zutaten für den Nudelteig:

40 dag	glattes Mehl	2 EL Öl
3	Eier	etwas Wasser
	Salz	Butter

Zutaten für die Fülle:

1/4 kg	fester Topfen	Minze oder Schnittlauch
3 mittlere	gekochte Erdäpfel	Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Aus den angegebenen Zutaten wird rasch ein fester Nudelteig am Brett gemacht; gut durchkneten und rasten lassen.

Die Zutaten der Fülle gut miteinander vermischen.

Den Teig ausrollen, runde Stücke ausstechen, Fülle daraufgeben, den Teig zusammenklappen und die Ränder fest andrücken. In Salzwasser sieden und vor dem Servieren mit zerlassener Butter übergießen.

Grünkernknödel

Zutaten:

1/4 kg	Grünkern, grob geschrotet	1 TL	Senf
			Pfeffer
1/2 l	Wasser	1 TL	Paprika
2	Lorbeerblätter	4 TL	Majoran
1	Suppenwürfel	2	Knoblauchzehen
1 TL	Selleriesalz	1 EL	Sojasauce
2	Eier		

Zubereitung:

Schrot mit Wasser, Lorbeerblättern, Suppenwürfel und Selleriesalz aufkochen und auf ausgeschalteter Platte 15 Minuten quellen lassen.

Unter die ausgekühlte Masse alle Zutaten mischen und mit nassen Händen Knödel formen. In heißem Salzwasser 10 Minuten ziehen lassen.

Mit geriebenem Käse und zerlaufener Butter servieren.

Tiroler Blattln

Zutaten:

450 g	glattes Mehl	1 Schuß	Öl
150 g	Roggenmehl	1 Prise	Salz
1/4 l	Milch		Öl zum Backen
125 g	Butter		

Zubereitung:

Das Mehl auf das Brett sieben, Salz und Öl dazugeben, die Butter in lauwarmer Milch zergehen lassen, dann alles zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Eine halbe Stunde rasten lassen.

Messerrückendicke Blätter mit ca. 20 cm Durchmeser auswalken und zweimal durchschneiden.

In heißem Fett schwimmend goldgelb backen.

Mit Sauerkraut, Hafelekraut (Rezept Seite 133) oder Kompott servieren.

Kemater Kirchtagskrapfen

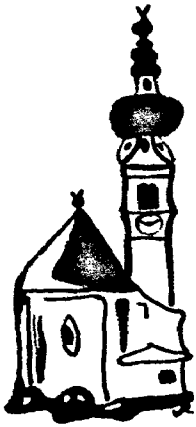
Teig und Zubereitung wie die "Tiroler Blattln", nur mit folgender Fülle:

Zutaten:

10 dag	geriebene Nüsse oder Mandeln	10 EL	Pflaumenmarmelade
10 dag	in Rum getunkte Rosinen	30 g	geriebener Mohn
20 dag	gekochte, kleingeschnittene Dörrbirnen oder Dörrpflaumen	2 EL	Honig

Zubereitung:

Den Teig auswalken und durchschneiden. In die Mitte einen gehäuften TL Fülle geben, die Enden übereinander schlagen, gut zudrücken und in Fett backen.



Gesunden Schlaf hat, der den Magen nicht überlädt; wacht er dann am Morgen auf, so ist er gleich bei sich.
Wurdest du aber dennoch von den Leckerbissen bezwungen, steh auf, speie sie aus, und es wird dir leichter werden.

Jes Sir 31, 20 - 21

Zucchinifrittata

Zutaten:

30 dag	Zucchini	2	Eier
1	Zwiebel		Salz, Pfeffer
2 TL	Olivenöl		

Zubereitung:

Zucchini und Zwiebel grob raspeln, in einem TL Olivenöl 3 Minuten dünsten. Etwas abkühlen lassen und in einer Schüssel gut mit den Eiern vermischen. Salzen, pfeffern, in dem restlichen Olivenöl bei ganz milder Hitze stocken lassen.

Vorsichtig wenden und noch etwa 3 Minuten zu Ende braten lassen.

Wer seinen Acker bestellt, wird mit Brot gesättigt, doch wer leeren Dingen nachjagt, wird mit Armut gesättigt.

Spr 28, 19

Zucchinipuffer

Zutaten:

30 dag	Zucchini	5 dag	griffiges Mehl
1	Zwiebel	1/2 TL	Trockenrosmarin
3	Eier		Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zucchini waschen, grobnudelig reiben, etwas salzen, zehn Minuten stehen lassen und gut ausdrücken. Dann mit den Zutaten zu einem Teig vermengen. Kleine Nocken formen und in der Pfanne in heißem Olivenöl flachdrücken und beidseitig braten. Mit einer Joghurtsauce oder Salat servieren.

"Kommt! Esset von meinem Brot und trinkt vom Wein, den ich gemischt!"

Spr 9,5

Dinkellaibchen mit Käsesauce

Zutaten für die Dinkellaibchen:

1/4 kg	geschroteter Dinkel (oder andere Kornsorte)	2	Lorbeerblätter
		2 TL	Majoran
		2 TL	gehackte Petersilie
			Vollmeersalz
1/2 l	Wasser	1 kl.	gehackte Zwiebel
1	Gemüsesuppenwürfel	2	Eier

Zubereitung:

Wasser mit Gemüsesuppenwürfel und Lorbeerblättern aufkochen. Dinkelschrot einrühren, aufkochen, 10 Minuten quellen lassen. Etwas abkühlen lassen, Lorbeerblätter entfernen, Eier und andere Zutaten unterrühren. Kleine Laibchen formen und in Butter auf beiden Seiten braten.

Zutaten für die Käsesauce:

10 dag	Schimmelkäse (Österzola, Bergader, Gorgonzola, ...)	1/8 l	Süßrahm

Zubereitung:

Rahm erwärmen, Käse nach Geschmack einrühren.

Gemüseauflauf

Zutaten:

1/8 l	grüne Erbsen	10 dag	Karotten
3 - 4	Kohlrabi	5 dag	Pilze
1/2 kg	Spargel	2 dag	Butter
1 nudelig geschnittener		3 - 4	Eidotter
	Krautkopf	3 - 4	Eiweiß
1	Karfiolrose	Butter für die Form	

Zutaten für die helle Einbrenn:

6 dag	Butter	3/8 l Milch
8 dag	Mehl	

Zubereitung:

Gemüse putzen, zerkleinern und in Salzwasser kochen. Die Pilze werden blättrig geschnitten und in Butter gedünstet.

Aus Butter und Mehl macht man eine helle Einbrenn, gießt mit kalter Milch auf, gibt das überkühlte Gemüse, die Pilze, Eidotter und den steifen Schnee hinein, füllt die Masse in eine mit Butter bestrichene Auflaufform und bäckt sie eine Stunde bei nicht zu großer Hitze im Rohr.

Spinatknödel

Zutaten:

3	altbackene Semmeln		Salz, Pfeffer
1/2	Zwiebel		Muskatnuß
1	Knoblauchzehe	1	Ei
225 g	Spinat, gekocht und passiert	2 EL	Brösel
			Milch

Zubereitung:

Semmeln würfelig schneiden und mit der kleingehackten Zwiebel und der Knoblauchzehe rösten. Spinat, Salz, Pfeffer, Muskatnuß und das Ei mit etwas Milch versprudeln, über die Semmelmasse gießen, die Brösel dazugeben und alles mischen, durchziehen lassen, Knödel formen und 20 Minuten über Dampf garen.

Mit Parmesan bestreuen und zerlassene Butter darübergießen.

Kasknödel

Zutaten:

2	kleinwürfelig geschnittene Semmeln	2 EL	Öl
		20 dag	Bergkäse oder Gouda
3	Eier		Schnittlauch und Petersilie
3 EL	Mehl		

Zubereitung:

Aus obigen Zutaten (aber nur 10 dag geriebenem Käse) einen Teig zubereiten und daraus Knödel formen. Diese in heißem Salzwasser ca. 20 Minuten ziehenlassen, sodann herausnehmen, mit dem restlichen Käse bestreuen und mit Butter abschmelzen.

Grießknödel

Zutaten:

12 dag	Speck	1/4 kg	Grieß
1/2 l	Milch	2	Eier

Zubereitung:

Speck würfelig schneiden, anbraten, mit Milch aufgießen, Grieß einkochen und auskühlen lassen.

Zuletzt die Eier untermischen. Nicht zu große Knödel formen und ins kochende Salzwasser legen. Ca. 20 Minuten kochen.

Gebratene Käseschnitten

Zutaten:

8 dag	Butter	6	Scheiben gekochter Schinken
6 Scheiben	Weißbrot (à 3 dag)	6	Scheiben Gouda
8 EL	Weißwein	2	Paradeiser
		1 Bd.	Schnittlauch

Zubereitung:

Die Butter in zwei großen Pfannen schmelzen. Die Brotscheiben mit Weißwein beträufeln und im Fett von einer Seite kurz anbraten. Schinken und Käse aufs Brot legen und etwa 7 Minuten mit geschlossenem Deckel und dann noch 2 bis 3 Minuten in der offenen Pfanne braten. Inzwischen die Paradeiser waschen und die Stielansätze herausschneiden. Die Paradeiser in Scheiben und den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Paradeisscheiben auf den Broten verteilen, Schnittlauch und Pfeffer daraufstreuen und gleich servieren.

Fenchel mit Paradeisern

Zutaten:

2 - 3 Fenchelknollen
4 - 5 Paradeiser
etwas Parmesan
Oregano, etwas Butter oder Olivenöl, Vollmeersalz

Zubereitung:

Fenchel putzen, vierteln, waschen und in nicht zu große Stücke schneiden. Fenchel mit den zerkleinerten Paradeisern, Salz und Oregano in einen Kochtopf geben und zugedeckt weichdünsten.

Mit Butter oder Olivenöl abschmelzen und vor dem Servieren mit Parmesan bestreuen.

Buchweizennocken mit Käsesauce

Zutaten für 25 kleine Nocken:

1/2 Tasse	geschroteter Buchweizen	Vollmeersalz
		Knoblauch und Muskat
1/2 Tasse	geschroteter Vollkornweizen	gehackte Petersilie
		etwas Butter
2 Tassen	Wasser	

Zubereitung:

Das Wasser zum Kochen bringen, salzen, das Schrot unter ständigem Rühren einstreuen und kurz aufkochen lassen. Vom Feuer nehmen und zugedeckt 10 Minuten quellen lassen. Gewürze und Butter dazugeben, gut umrühren und kleine Nocken formen. Die Nocken auf vorgewärmte Teller geben und mit Käsesauce servieren.

Zutaten für die Käsesauce:

1/2 l	Milch oder Wasser	2 EL	Süßrahm
1 EL	Vollkorn- oder Reismehl	30 g	Hartkäse
		1 Bd.	Schnittlauch

Zubereitung:

Das Reismehl in die Flüssigkeit einrühren, salzen und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Nur kurz aufkochen lassen, sodann vom Feuer nehmen und 10 Minuten zugedeckt ausquellen lassen. Geriebenen Käse und Schnittlauch unterheben.

Grammelstrudel

Zutaten:

20 dag	Grammeln	8 - 10 EL	Süßrahm
40 dag	Mehl		Zitronensaft
2	Eier	1 Msp.	Zimt
15 dag	Staubzucker	1 Pkt.	Backpulver
1	Eiklar		Ribiselmarmelade

Zubereitung:

Die faschierten Grammeln mit den Zutaten zu einem Teig verarbeiten. Dieser wird ausgewalkt, mit Ribiselmarmelade bestrichen, eingerollt, mit Eiklar bestrichen und im Rohr gebacken.

Porree-Schinken-Rollen mit Champignonsauce

Zutaten:

4 Stangen	Porree	10 dag	Parmesan
	Salzwasser		Butterflocken
	Schinken		

Zubereitung:

Porree putzen, waschen und in 8 Stücke schneiden (halbieren). In Salzwasser ca. 15 bis 20 Minuten kochen. Abtropfen lassen und das Wasser für die Sauce aufheben. Porreestücke in je 1 Scheibe gekochten Schinken einwikkeln und in eine ausgefettete Auflaufform legen. Mit Parmesan und Butterflocken bestreuen und im Backrohr ca. 10 Minuten gratinieren.

Zutaten für die Sauce:

3 dag	Butter	1/8 l	Süßrahm
15 dag	Champignons	1/4 l	Porreewasser
1	Eidotter		

Zubereitung:

Butter schmelzen, darin geschnittene Champignons 3 bis 4 Minuten dünsten. Eidotter und Süßrahm verquirlen und gemeinsam mit Porreewasser über die Champignons geben. Aufkochen, bis die Sauce eindickt.

Krapfen

Zutaten:

1 kg	Weizenbrotmehl	2 EL	Öl
	oder	1/8 l	Süßrahm
1/2 kg	Roggen- und	1	Germwürfel
1/2 kg	Weizenmehl	1/2 l	lauwarme
	Salz, Kümmel		Milch
4	Eier		

Zubereitung:

Das Mehl vorwärmen, in die Mitte eine Grube machen und das angerührte Dampfl hineingeben (Dampfl: Germ mit etwas Zucker, etwas lauwarmer Milch und einem Löffel Mehl verrühren. Salz und Gewürze nie direkt ins Dampfl geben). Dampfl gehen lassen, dann das Mehl mit den übrigen Zutaten gut durchkneten.

Teig gut gehen lassen. Nun den Teig 1/2 cm dick auswalken und Krapfen ausstechen. Diese unter einem Tuch wieder gehen lassen und in nicht zu heißem Fett beidseitig herausbacken.

Gestürztes Sauerkraut

Zutaten:

8 dag	Speck		Salz, Wasser
6 dag	Zwiebeln	1/2 kg	Erdäpfel
1 dag	Zucker	3/4 kg	Selchfleisch
1/2 kg	Sauerkraut	1/4 l	Sauerrahm
1 EL	Essig		Fett und Brösel

Zubereitung:

Kleinwürfelig geschnittenen Speck und Zwiebeln in einer Kasserolle anrösten, Zucker und Kraut sowie einen EL Essig hineingeben und weichdünsten. Man befettet eine Auflaufform oder Kasserolle, streut Brösel hinein, gibt eine Lage Kraut, eine Lage gekochte, in Scheiben geschnittene Erdäpfel, eine Lage in Blätter geschnittenes Selchfleisch, hierauf wieder Sauerkraut und so fort, bis mit Sauerkraut geschlossen wird.

Nun gießt man den Sauerrahm darüber und stellt das Ganze noch kurze Zeit ins Rohr. Man serviert es in der Form oder gestürzt. Man kann den Sauerrahm auch weglassen.

Sarmen

(Rezept aus der Vojvodina)

Zutaten:

1 kg	Sauerkraut und Sauerkrautblätter		Salz und Pfeffer edelsüßer Paprika
1/2 kg	faschiertes Schweinefleisch	2 kl.	Zwiebeln
		1	Knoblauchzehe
1	Ei	1/2	Tasse Reis

Zutaten für die Einbrenn:

1 Kochl.	Fett	2 TL	Paprika
2 Kochl.	Mehl		

Zubereitung:

In einen großen Topf gibt man die Hälfte Sauerkraut hinein. Das Faschierte wird mit den Zutaten gut vermengt (eine Zwiebel fein schneiden!) und in kl. Knödel geformt. Diese Fleischknödel kann man in die Sauerkrautblätter einwickeln (wenn keine Blätter vorhanden sind, gibt man auf die Handfläche Sauerkraut und wickelt so die Knödel ein). Die Knödel kommen alle in den Topf, das übrige Sauerkraut wird darauf verteilt. Die zweite, in Ringe geschnittene Zwiebel darauflegen. Mit Wasser aufgießen, bis alles bedeckt ist. Das Ganze eine Stunde kochen lassen.

Danach die Einbrenn machen, mit dem Sauerkrautwasser ablöschen, aufkochen, zu den Sarmen geben und vorsichtig unterrühren, noch einmal das Ganze aufkochen.

Töpsi-Krummbirn

(Rezept aus der Vojvodina)

Zutaten:

1 kg	Erdäpfel	1 TL	scharfer Paprika
2 gr.	Zwiebeln	30 dag	gekochter Speck
1 EL	Salz		oder / und
1 EL	edelsüßer Paprika	2 Paar	Bratwürste

Zubereitung:

Erdäpfel schälen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebeln halbieren und schneiden. Man nehme eine Töpsi, das ist ein längliches Emailgeschirr, und gibt ein bißchen Wasser hinein. Auf der Kochplatte heiß werden lassen, die Zwiebeln darin anschwitzen, Paprika und die Erdäpfel dazugeben und salzen. Alles gut vermengen, Speck in dicke Scheiben (ca. 1 cm) schneiden und darauf verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei 230 ° C ca. 1 Stunde braten. Die Speckscheiben werden nach 1/2 Stunde gewendet. Man kann auch Bratwurst dazugeben.

Melchermuas

Zutaten:

10 dag	Butter	1/2 l	Milch
15 dag	Mehl	1 Prise	Salz

Zubereitung:

Butter in eine Pfanne geben, zergehen lassen, Mehl hineinrühren, bis das Fett aufgesaugt ist, Milch dazugeben, salzen und fest rühren, bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig beiseite stellen. Nun 5 dag Butter in einer Eisenpfanne erhitzen, den Teig hineingeben, andrücken und fest schwenken (darf nicht ankleben und soll unten schön braun sein). Ein kleines Stück Butter daraufgeben, auf die andere Seite drehen und nochmals schön braun werden lassen; nur Butter verwenden!

Topfennockelen

Zutaten:

40 dag	Topfen	2 EL zerlassene Butter
4 EL	griffiges Mehl	3 EL Grieß
	etwas Milch	Brösel, zerlassene Butter zum Abschmalzen

Zubereitung:

Topfen, Mehl, Milch, 2 EL zerlassene Butter und Grieß gut miteinander vermischen, Nocken formen und in Salzwasser 5 bis 8 Minuten langsam kochen.

In Bröseln wälzen und mit zerlassener Butter abschmalzen.

Erdäpfelsalat mit Thunfisch

(für 2 Personen)

Zutaten:

1/2 kg	Erdäpfel	1 Bund	Frühlingszwiebeln
4 EL	Weinessig		
	Salz, Pfeffer	1 Tasse	Tiefkühlerbsen
6 EL	Öl	3 hartgekochte Eier	
	Knoblauch	1 Dose	Thunfisch
1 rote	Paprikaschote	evtl.	Kresse oder grüner Salat

Zubereitung:

Die sauberen Erdäpfel in der Schale kochen, noch warm schälen und in Scheiben schneiden. Für die Sauce Essig, Salz, Pfeffer, Öl und Knoblauch verrühren, über die Erdäpfel gießen und gut durchziehen lassen. Paprikaschote und Frühlingszwiebeln putzen und in kleine Würfel schneiden. Erbsen kurz in kochendem Wasser auftauen. Alle Zutaten unter die Erdäpfelscheiben mischen, Eier achteln und vorsichtig unterziehen.

Zum Schluß den Thunfisch abtropfen lassen, mit einer Gabel zerdrücken und unter den Salat mischen. Noch einmal gut abschmecken. In eine Schüssel füllen und nach Belieben mit Kresse oder grünem Salat garnieren.

Böhmische Knödel

Zutaten:

1/2 kg	griffiges Mehl	1 Prise	Salz
1 Pkt.	Backpulver	1	Semmel
	lauwarme Milch	3	Eier

Zubereitung:

Alle Zutaten (außer der Semmel) kräftig durchrühren, bis sich der Teig vom Topf löst. Die kleinwürfelig geschnittene Semmel dazumischen, Knödel formen und in Salzwasser 10 Minuten kochen.

Erdäpfelgulasch

Zutaten:

1 kg	Erdäpfel	1	Lorbeerblatt
6 dag	Fett		Salz, Kümmel,
2	Zwiebeln		Majoran
10 dag	Speck	1/2 l	Fleischsuppe
3 dag	Mehl	1 EL	Essig
1 EL	Paprika	2 Paar	Frankfurter
2 - 3	Knoblauchzehen		

Zubereitung:

Fett und Mehl erhitzen und leicht bräunen. Kleinwürfelig geschnittenen Speck und fein geschnittene Zwiebeln beifügen, nochmals anschwitzen. Paprika und Erdäpfel hinzufügen und mit Fleischsuppe ablöschen. Gewürze und Salz zufügen. Zugedeckt 30 Minuten kochen lassen. Die verdampfte Flüssigkeit von Zeit zu Zeit ergänzen. Zum Schluß die in Scheiben geschnittenen Frankfurter darunter-mischen. Das Gulasch vor dem Servieren mit etwas Weinessig abschmecken und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Krautstrudel

Zutaten:

1 Pkt.	Strudelblätter (2 x 2 Blätter - das sind die nicht tiefgefrorenen)		Kümmel, Sauerrahm, Öl, Braten-rückstände oder
1 kl.	Krautkopf		
1	Zwiebel	1/4 kg	Faschiertes
	Salz, Pfeffer		

Zubereitung:

Das Fleisch (auch eine würzige Wurst eignet sich gut) abbraten, evtl. würzen.

Das Kraut und die Zwiebel fein schneiden, Zwiebel anrösten, Kraut zugeben und dünsten. Gut würzen, mit dem Fleisch vermischen, nach Belieben mit Sauerrahm binden. Vorher evtl. entstandene Flüssigkeit abgießen!

Die Strudelblätter auflegen, füllen, einrollen, mit Öl bepinseln. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 180 ° C 45 Minuten backen.

Gemüsestrudel

Zutaten:

15 dag	Mehl	1 TL	Zitronensaft
1 Prise	Salz	1/8 l	lauwarmes
1	Ei		Wasser
1 EL	Öl	Öl zum Bestreichen	

Zubereitung:

Aus dem Mehl und den restlichen Zutaten einen weichen Teig bereiten und so lange kneten, bis er glänzt und Bläschen bildet. Den Teig zum Rasten auf ein bemehltes Nudelbrett geben, mit Öl bestreichen und mit einer warmen Schüssel zudecken. 20 bis 30 Minuten rasten lassen.

Zutaten für die Fülle:

1/2 kg	geputztes Gemüse	8 dag	Semmelbrösel
		2	Knoblauchzehen
10 dag	Bauchspeck	2	Eier
10 dag	Schinken	1/4 l	Sauerrahm
1 mittelgr.	Zwiebel	10 dag	Butter
1 EL	Öl		Salz, Pfeffer,
8 dag	Butter		Kräuter
	etwas Milch	1	Eidotter

Zubereitung:

Geputztes Gemüse in Salzwasser kernig weich kochen, abtropfen lassen, Kräuter dazugeben, gut abschmekken und vermischen.

Sauerrahm und ein Ei verrühren. Brösel in einer Pfanne goldgelb anschwitzen. Bauchspeck, Schinken, Zwiebel und Knoblauch leicht anrösten.

Zerlassene, leicht abgekühlte Butter und ein Ei vermischen. Die Butter-Ei-Masse wird auf den ausgezogenen Teig verteilt, mit den Bröseln bestreut (1 cm Rand freilassen). Das Gemüse, den Speck, Schinken, Zwiebel, Knoblauch und am Schluß den Sauerrahm daraufgeben, vorsichtig einrollen, das Ende auf der Unterseite flachdrücken, mit Eidotter und etwas Milch bestreichen.

Bei ca. 200 ° C ca 20 Minuten backen.

Herr, mein Gott, ich danke Dir,
daß ich bin und daß ich lebe;
und wenn ich die Sinne hebe,
Deine Welt mich froh umgibt;
daß uns Brot gedeiht auf Erden
und die Bäume fruchtbar werden,
weil uns Deine Güte liebt.

Matthias Claudius (1740-1815)

Spinatspatzln mit Weißwein-Rahmsauce

Zutaten für den Teig:

60 dag	Blattspinat	3	Eier
30 dag	griffiges Mehl		Salz
1/8 - 1/4 l	Milch		

Zutaten für die Sauce:

20 dag	Schinken	3 EL	Parmesan
1/8 l	Weißwein		Salz, Pfeffer
1/8 l	Süßrahm		

Zubereitung:

Spinat kochen und passieren. Aus Spinat, Milch, Mehl, Eiern und Salz einen mittelfesten Teig abschlagen und durch ein Spatzl-Sieb ins kochende Salzwasser drükken. Sobald die Spatzln aufsteigen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und lauwarm abschwemmen.

Schinken kleinwürfelig schneiden, in Butter anbraten, mit Weißwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Dann mit Süßrahm aufgießen, aufkochen, salzen, pfeffern und den Parmesan zugeben.

Die Spatzln in der Sauce schwenken und sofort servieren.

Italienische Reisplatte

Zutaten:

2 Tassen	Reis	5 dag	Parmesan
3 Tassen	Fleischsuppe	10 dag	Schinken
10 dag	Butter	3 feste	Paradeiser
3	Eier	10 dag	Champignons
1/4 l	Sauerrahm		

Zubereitung:

Den Reis mit 6 dag Butter und Suppe weich dünsten. Er muß schön körnig sein. Den Reis nachher mit 3 Eidottern, dem Sauerrahm, Parmesan und dem Schnee von 3 Eiweiß mischen. Champignons schneiden und in Butter rösten. Eine feuerfeste Form mit Butter ausstreichen und dann lagenweise Reis, Champignons, Reis, geschnittenen Schinken, Reis, würfelig geschnittene Paradeiser und zum Schluß wieder Reis übereinanderschichten. Mit Parmesan bestreuen. Butterflocken darauf verteilen und im heißen Rohr wie einen Auflauf backen.

Erdäpfelgratin

Zutaten:

1 kg	gekochte Erdäpfel	2	Eier
		1/8 l	Süßrahm
1/2 kg	Porree	20 dag	Emmentaler

Zubereitung:

Mit blättrig geschnittenen Erdäpfeln den Boden einer Kasserolle bedecken, rohen, geschnittenen Porree darauflegen. Alles wiederholen und mit einer Lage Erdäpfel abschließen.

Die Eier, den Süßrahm und geriebenen Emmentaler mischen, salzen und pfeffern. Den Abtrieb über die Erdäpfel-Porree-Schichten gießen.

Im Rohr bei 200 ° C ca. 35 Minuten überbacken.

Gorgonzola-Rahm-Spaghetti

Zutaten:

1/2 kg	Spaghetti		Schnittlauch
3	Knoblauchzehen	20 dag	Gorgonzola
1 Msp.	Salbei	1/4 l	Süßrahm
	Petersilie		

Zubereitung:

Süßrahm erhitzen, Gorgonzola darin zergehen lassen, Salbei, Petersilie, Schnittlauch, Salz und Pfeffer dazugeben.

Spaghetti in Salzwasser al dente kochen. Darüber Gorgonzolasauce.

Tiroler Dunstkoch

Zutaten:

4 dag	Butter	1	geröstete Zwiebel
2	Eier		Petersilie
20 dag	Wurst und Schinken	20 dag	Knödelbrot Brösel
	Salz	2 EL	Mehl
		1/4 l	Milch

Zubereitung:

Knödelbrot in Milch einweichen, Butter und Eidotter flaumig rühren. Eiweiß zu Schnee schlagen und diesen unter die gut vermengten Zutaten heben. In eine Dunstkochform füllen und eine Stunde im Wasserbad garen. Gestürzt servieren.

Sauerkrautkuchen

Zutaten:

1 gr.	Zwiebel	1 TL	Kümmel
8 dag	Salami im Stück	1/2 TL	Zucker
		300 g	tiefgefrorener Blätterteig
1 dag	Butterschmalz		
40 dag	Sauerkraut	1	Ei
1/8 l	Suppe		Fett für das Blech

Zubereitung:

Blätterteig auftauen lassen.

Zwiebel und Salami fein würfeln und im Butterschmalz andünsten, Sauerkraut dazugeben und mit Suppe ablöschen, Kümmel und Zucker zufügen und zugedeckt eine halbe Stunde schmoren lassen.

Blätterteig zu 2 dünnen Platten ausrollen. Eine Platte auf das gefettete Backblech legen, abgetropftes Sauerkraut darauf verteilen, zweite Platte darüberlegen und andrükken.

Ei verquirlen, Teig damit bestreichen und mit Kümmel bestreuen, im vorgeheizten Backofen bei 200 ° C 20 bis 30 Minuten backen, warm essen.

Vollkorn-Semmelschmarren

Zutaten:

1/2 kg	Weizenvoll-kornbrot	1 EL	Honig Salz
1/4 l	Milch	3 EL	Butter zum Backen
2	Eier		

Zubereitung:

Das Brot blättrig schneiden und in eine Schüssel geben. Milch, Eier, Honig und Salz verquirlen und über das Brot gießen. Mindestens eine Viertelstunde stehen lassen, damit das Brot gut durchfeuchtet wird.

Nun in einer Pfanne bei mäßiger Temperatur die Butter schmelzen, Brotmasse hineingeben und auf beiden Seiten goldbraun backen.

Dazu reicht man frische Milch oder Kompott.

Denn also spricht Jahwe, Israels Gott:
"Der Mehltopf soll nicht leer werden und der Ölkrug nicht versiegen bis zu dem Tag, da Jahwe Regen fallen läßt auf den Erdboden."

1Kö17,14

Emmentalerkuchen

Zutaten für den Teig:

15 dag	Mehl	1	Ei
8 dag	Butter		Salz

Zutaten für die Fülle:

25 dag	Emmentaler	1	Zwiebel
15 dag	Speck	1	roter Paprika
5 dag	Butter	1	grüner Paprika
1/4 l	Sauerrahm		Petersilie, Salz, Pfeffer,
2	Eier		Muskatnuß
15 dag	Champignons		

Zubereitung:

Mürbteig herstellen und ca. 1/2 Stunde im Kühlschrank rasten lassen. Käse reiben, Zwiebel fein schneiden, Champignons blättrig schneiden, Paprika in Streifen schneiden, Petersilie hacken, Speck in Würfel schneiden. Zwiebel in Butter anrösten, Speck und Paprika dazugeben, würzen, zuletzt Champignons zugeben, durchrühren und in ein Sieb schütten und abtropfen lassen. Sauerrahm mit Eiern verrühren, Gemüsemischung unterrühren und 2/3 vom Käse zugeben. Mürbteig in Tortenform ca. 10 Minuten vorbacken. Gemüsemischung auf dem Mürbteig verteilen, restlichen Käse darüberstreuen und ca. eine halbe Stunde fertigbacken. Heiß mit Salaten servieren.

Vollwert-Preßknödel

(ca. 8 Stück)

Zutaten:

1/8 kg	Vollkorn-knödelbrot	3 EL	Öl
		30 dag	Bierkäse
1/16 l	Milch		Kräutersalz
1	Ei	1/8 kg	gekochte Erdäpfel vom Vortag
1 EL	Petersilie		
4	Knoblauchzehen		Öl zum Aus-backen
15 dag	Zwiebeln		

Zubereitung:

Vollkornbrot in eine Schüssel geben, Milch mit Ei verquirlen, über das Knödelbrot gießen und mindestens 2 Stunden quellen lassen.

Inzwischen die Zwiebeln fein hacken und in dem Öl unter Zugabe von einem EL Wasser glasig dünsten. Petersilie hacken, Knoblauchzehen pressen, Bierkäse in kleine Würfel schneiden und die gekochten Erdäpfel fein passieren. Nun alle diese Zutaten mit der gedünsteten Zwiebel und dem Kräutersalz zu dem gequollenen Knödelbrot geben und gut mischen. Mit den Händen soll man diesen Teig noch gut abarbeiten.

Nicht zu wenig Öl in einer Pfanne mäßig erhitzen, aus der Masse Knödel formen, flachdrücken und in dem Öl auf beiden Seiten schön goldbraun herausbacken. In klarer Suppe oder mit Sauerkraut servieren.

Erdäpfel-Käse-Auflauf

(für 4 Personen)

Zutaten:

1 kg	Erdäpfel	1/4 l	Sauerrahm
20 dag	Schinken		Salz, Pfeffer,
20 dag	Emmentaler		Muskat
	Butter für die Form	3 dag	Butter für Flöckchen
1/4 l	Süßrahm		

Zubereitung:

Erdäpfel schälen, mit dem Gurkenhobel in dünne Scheiben schneiden. Schinken fein würfeln und Käse grob reiben. Anschließend alles in die gebutterte Form schichten (in der Reihenfolge Erdäpfel, Schinken, Käse, Erdäpfel, Schinken, Käse). Süß- und Sauerrahm mischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und darübergießen.

Butterflöckchen aufsetzen. Den Auflauf bei 200 ° C 60 bis 70 Minuten im Rohr garen.

Mit Salat servieren.

Blattln

Zutaten:

80 dag	Erdäpfel	2	Eidotter
10 dag	Mehl		Fett zum Herausbacken
8 dag	Grieß		Sauerkraut oder Hafelekraut als Beilage

Zubereitung:

Die Erdäpfel in der Schale kochen, sofort schälen, heiß passieren und auskühlen lassen. Mit den anderen Zutaten verkneten, auswalken, in Rechtecke schneiden und in Fett herausbacken.

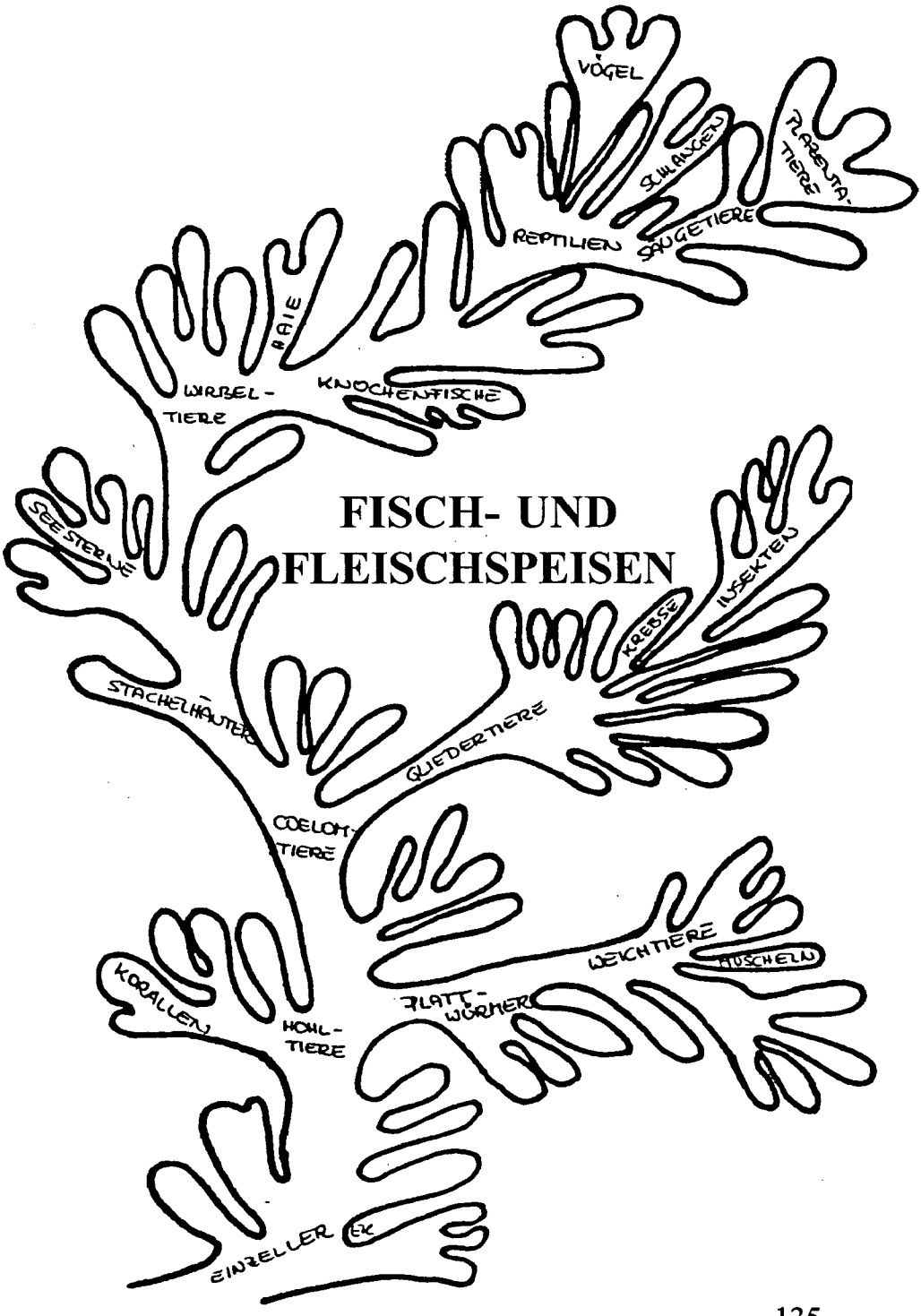
Hafelekraut:

Zutaten:

1 kg	Weißkraut	1 EL	Mehl
2 EL	Butter	1 EL	Essig
1 gr.	Zwiebel		Salz, Kümmel
3	Knoblauchzehen		

Feingeschnittenes Weißkraut in etwas Salzwasser mit Kümmel nicht zu weich kochen. Abseihen und das Krautwasser auffangen. Mit Butter, Zwiebel, Knoblauch und Mehl eine helle Einbrenn zubereiten, mit Essig und Krautwasser (nicht zuviel) ablöschen und das Kraut daruntermengen.

FISCH- UND FLEISCHSPEISEN



Montafoner Hühnerkeulen

Zutaten:

8	Hühnerkeulen	1/8 l	Süßrahm
5 dag	Butter	1 dag	Mehl
10 dag	durchzogener Räucherspeck	1 Eck	Schmelzkäse
			Salz, Muskatnuß
10 dag	Zwiebel		Petersilie
1/8 l	Grüner Veltliner	1/4 l	Fleischsuppe oder Wasser

Zubereitung:

Hühnerkeulen salzen, in zerlassener Butter langsam anbraten, dann in eine Kasserolle schichten. Im verbleibenden Bratfett den in dünne Streifen geschnittenen Räucherspeck glasig anrösten, die feingehackte Zwiebel beigeben und etwas anschwitzen. Mit Grünem Veltliner und ca. 1/4 l Suppe oder Wasser ablöschen und über die Hühnerkeulen gießen. Das Fleisch ca. 30 Minuten weichdünsten. Dann aus der Flüssigkeit nehmen und warmstellen, Mehl mit Süßrahm versprudeln und mit der Flüssigkeit gut verrühren. Schmelzkäse hinzufügen, die Sauce so lange kochen, bis der Käse aufgelöst ist. Mit Salz und Muskatnuß abschmecken, über die Hühnerkeulen gießen und mit gehackter Petersilie bestreuen. Dazu reicht man Spinatspätzle.

Gebackenes Fischfilet

Zutaten:

15 dag	Fisch (je Person)	Mehl
	Salz	Eier
	Zitronensaft	Salz

Zubereitung:

Das Fischfilet wird in Stücke geschnitten, mit Salz eingerieben und mit Zitronensaft beträufelt; man taucht die Stücke in Backteig (aus Mehl, Eiern und etwas Salz bereitet), und bäckt sie in Fett schwimmend. Der Backteig kann mit Bier verfeinert werden.

Hausschnitzel

Zutaten:

15 dag	Faschiertes (je Person)		Knoblauch, Zwiebel
			etwas Mehl
	Salz, Pfeffer		Brösel
	Majoran	1	Ei

Zubereitung:

Fleisch mit kleingeschnittenen Zwiebeln und den Gewürzen gut mischen, Laibchen formen, flachdrücken, in Mehl, Ei und Brösel panieren, in Fett schwimmend herausbacken.

Burgenländisches Hochzeitsschnitzel

Zutaten:

4	Schweinsschnitzel	Mehl, Ei
	Salz	Brösel
1/2	grüne Paprikaschote	Fett
8	Champignonköpfe	Zitronen-
5 dag	Schinken	scheiben
5 dag	Emmentaler	Petersilie

Zubereitung:

Schnitzel dünn ausklopfen und salzen. Paprika, Champignons, Käse und Schinken in feine Streifen schneiden. Die Schnitzel damit füllen, zusammenklappen und panieren. In Fett schwimmend goldgelb herausbacken und mit Zitronenscheiben und Petersilie garnieren.

Schweinslungenbraten im Teig

Zutaten:

2	Schweinslungenbraten		Bratfett
	Salz, Pfeffer, Kümmel	1	Ei zum Bestreichen

Zutaten für die Fülle:

1/4 kg	Champignons	2 EL	Öl
1	feingehackte Zwiebel		Salz, Pfeffer
1 Bd.	gehackte Petersilie	2	zerdrückte Knoblauchzehen

Zutaten für den Teig:

1/4 kg	Mehl		Salz
1/8 kg	Butter	1 dl	lauwarmes Wasser

Zubereitung:

Schweinslungenbraten salzen, mit Kümmel bestreuen, rundherum in heißem Fett anbraten und kaltstellen.

Mehl und Butter fein verbröseln, salzen und mit Wasser zu einem glatten Teig kneten, zugedeckt rasten lassen.

Gewaschene Champignons schneiden, mit der Zwiebel in Öl weichdünsten, Petersilie beigeben, würzen und überkühlen.

Teig ca. 3 mm dünn ausrollen und in 2 Rechtecke zu 20 x 15 cm schneiden. Jedes Teigstück mit der Champignonfülle bestreichen, Schweinslungenbraten daraufsetzen, mit dem Teigmantel umhüllen und mit der Nahtseite nach unten auf ein Backblech geben. Das Ganze mit dem versprudelten Ei bestreichen und im heißen Rohr (200 ° C) ca. 30 Minuten backen.

Schweinslungenbraten aufschneiden und mit verschiedenem Gemüse garnieren.

Fächerbraten

Zutaten:

1 kg	Kalbsnuß	Salz, Pfeffer, Petersilie
1/4 kg	Champignons	Zwiebel
3 Blatt	Schinken	

Zubereitung:

Nuß 3 Mal der Länge nach fast durchschneiden, Schinkenblätter einlegen, mit gedünsteten Champignons füllen und den Braten binden. Auf allen Seiten gut anbraten und eine Stunde bei 200 ° C backen.

Schweinsmedaillons mit Gorgonzolasauce

Zutaten:

60 dag	Schweinsfilet	Blattspinat

Zutaten für den Kräuterrahm:

	Kräuter	Salz
1/4 l	Milch	Zitronensaft
1/4 l	Süßrahm	

Zutaten für die Gorgonzolasauce:

20 dag	Gorgonzola	3	Eier

Zubereitung:

Kräuter, Milch und Rahm bei kleiner Flamme einkochen, mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Gorgonzola passieren und die Eier unterrühren.

Die Filets kurz anbraten, die Gorgonzolasauce daraufgeben und im Rohr bei großer Hitze überbacken. Mit Blattspinat und Kräutersauce servieren.

Gefüllter Schweinsbauch

Zutaten für 4 Personen:

1 kg	Schweinsbauch Zwiebel, Knoblauch	Kümmel, Pfeffer und Salz

Zutaten für die Fülle:

20 dag	Knödelbrot	1	Ei
1/4 l	lauwarme Milch	1/2	Zwiebel Petersilie, Dill, Schnitt-
2 TL	Mehl		lauch, Salz

Zubereitung:

Vom Metzger den Schweinsbauch untergreifen lassen. Die Schwarte mehrmals einritzen und würzen.

Für die Fülle die kleingeschnittenen Zwiebeln goldgelb anrösten und mit den anderen Zutaten unter das Knödelbrot mischen. Eine halbe Stunde ziehen lassen. Die Masse in die Fleischtasche füllen, zunähen und bei 200 ° C ca. 2 Stunden im Rohr braten.

Schweinsrouladen mit Schinken gefüllt

Zutaten:

4	Schweinsschnitzel	4	dünne Käsescheiben
8	Scheiben Schinken	2	Knoblauchzehen
	Salz und Pfeffer		Butterschmalz
2	Zwiebeln		Suppe zum Aufgießen
	Sauerrahm	1	Schuß Wein
1 TL	Kümmel		Öl

Zubereitung:

Schnitzel dünn klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. In Öl Zwiebelringe anrösten, mit Kümmel und Knoblauch würzen. Auf jedes Schnitzel eine Scheibe Käse und zwei Scheiben Schinken legen, Zwiebelringe darauf verteilen und die Schnitzel zusammenrollen. Die Rouladen jeweils mit einem Zahnstocher fixieren. In Butterschmalz rundum anbraten, mit Suppe aufgießen und langsam weichdünsten.

Mit Sauerrahm und einem Schuß Wein verbessern.

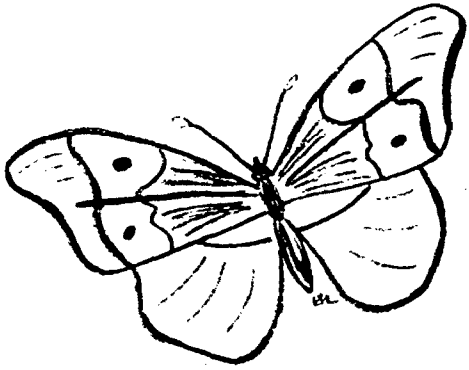
Bauernbratl

Zutaten:

60 - 80 dag	Schweinernes (Kotelettes oder Schulter)	40 g	Fett
			Kümmel, Salz, Pfeffer, Knoblauch und Majoran
1/2 kg	Erdäpfel		
1/8 l	Wasser		

Zubereitung:

Die geschnittenen Fleischportionen mit Kümmel, Salz, Pfeffer, zerdrücktem Knoblauch und Majoran einreiben, auf einer Seite bemehlen und mit dieser zuerst in heißem Fett auf beiden Seiten anbraten. Danach mit wenig Wasser aufgießen und halb weichdünsten. Dann die geschälten und geviertelten Erdäpfel dazugeben und weiterdünsten, bis sie weich sind.



Bauernschmaus

Zutaten:

1 1/2 kg	Schweinefleisch (vom Bauch)	1 kg	Erdäpfel
			Essigwasser
1/2 kg	Wurzelwerk (Petersilienwurzel, Sellerie, Karotten)		Salz

Zubereitung:

Das Schweinefleisch wird mit dem nicht zerkleinerten Wurzelwerk im gesalzenen Essigwasser weich gekocht.

Die Erdäpfel werden gewaschen, geschält, geviertelt und in Salzwasser gekocht.

Nun wird das gekochte Schweinefleisch in Scheiben geschnitten, auf einer Platte mit dem klein geschnittenen Wurzelwerk bestreut und mit Salzerdäpfeln gereicht.

Die Mixtur, Mensch genannt, ist wohl das tollste Ragout, welches je einem himmlischen Kochbuch entschlüpfte.

Jeremy Bentham (1748-1832), englischer Philosoph

Sellerieschnitzel

Zutaten:

4	Schweinsschnitzel	1	Zwiebel
	Salz, Pfeffer	1	Sellerieknolle
2	Knoblauchzehen	1 EL	Paradeismark
2 dag	glattes Mehl	1/2 l	Wasser
	Fett zum Anbraten	3	Erdäpfel
	Kümmel		

Zubereitung:

Fleisch klopfen, mit Salz, Pfeffer, Kümmel und zerdrücktem Knoblauch einreiben und in Mehl wenden. In heißem Fett rasch auf beiden Seiten goldbraun braten, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. In den Bratenrückstand kleingeschnittene Zwiebel und kleingeschnittene Selleriestreifen geben und mit 1/2 l Wasser aufgießen, gut verrühren und einkochen lassen. Dann Fleisch wieder einlegen und weichdünsten. Ca. 1/4 Stunde vor Kochzeitende die Erdäpfel kleinwürfelig geschnitten beigeben, mit Kümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Rindsrouladen

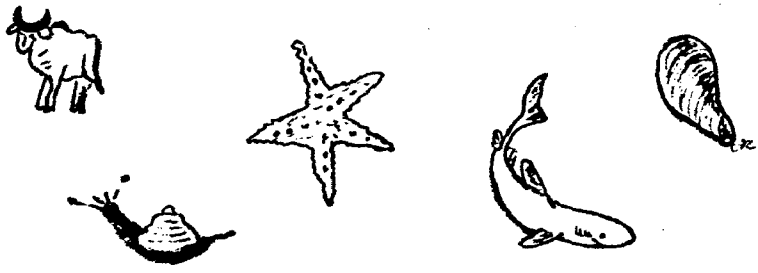
Zutaten:

4	Rindsschnitzel	2 dag	Butterschmalz
	Senf, Salz, Pfeffer	2	Karotten
			Rindssuppe
4	Scheiben Bauchspeck	4 EL	Sauerrahm
2	Essiggurken	1 Schuß	Rotwein
2	Zwiebeln	1 EL	Mehl

Zubereitung:

Speck dünn, Karotten und Gurken in Streifen schneiden. Schnitzel dünn klopfen, salzen, pfeffern und mit Senf bestreichen. Gurken, Karotten und Zwiebelringe auflegen und die Schnitzel einrollen, mit einem Zahnstocher und Spagat befestigen. In Butterschmalz anbraten, mit Suppe aufgießen und ca. 1/4 Stunde auf schwacher Hitze dünsten lassen. Mehl mit wenig Wasser vermischen und in die Sauce rühren.

Mit Sauerrahm und Wein verbessern.



Lungenbraten

Zutaten:

1 kg	Rindslungenbraten	1/8 l	Sauerrahm
10 dag	Speck zum Spicken		Mehl
	Salz, Pfeffer, Fett		Thymian, Nelkenpulver
1 Bund	geraffeltes Suppengemüse		zerdrückte Wacholderbeeren
1	gehackte Zwiebel		feingeriebene Zitronenschale
1/8 l	Rotwein		
1/2 l	Rindssuppe		

Zubereitung:

Fleisch spicken, salzen, pfeffern, rasch auf allen Seiten anbraten und warmstellen. Im Bratfett Zwiebel und Gemüse anrösten, mit Wein und Suppe aufgießen und die Gewürze beifügen. Den Lungenbraten hineingeben und im heißen Rohr unter mehrmaligem Begießen ca. 50 Minuten braten.

Die Sauce vor dem Servieren abseihen und mit Sauerrahm verfeinern.

Gedünstetes Herz

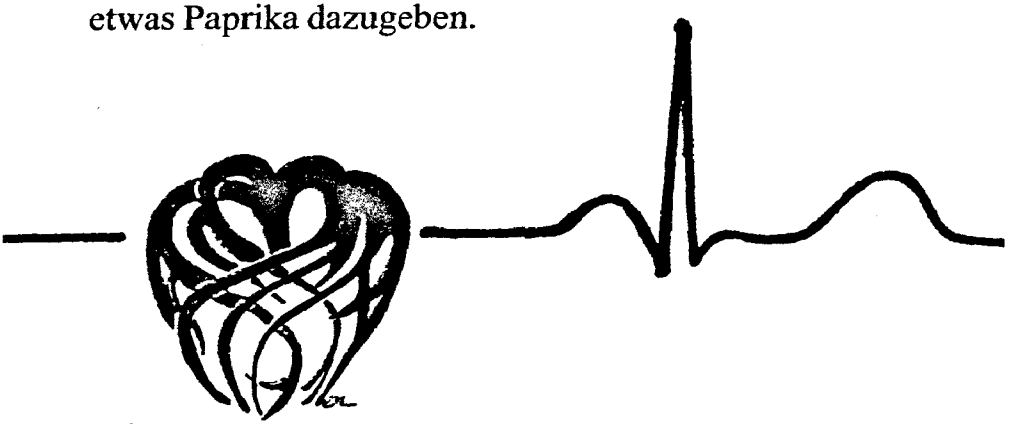
Zutaten:

1	Rinds-, Kalbs-, Lamm- oder Schweinsherz	1	Salz, Knoblauch Karotte Petersilie, Sellerie
10 dag	Speck zum Spicken		Mehl, Süßrahm

Zubereitung:

Das Herz wird gespickt und mit Salz, Pfeffer und etwas Knoblauch eingerieben. Das Wurzelwerk wird nudelig geschnitten, im Fett angeröstet, das Herz daraufgelegt und unter mehrmaligem Begießen gedünstet, bis es ganz weich ist.

Nun nimmt man das Herz heraus und passiert den Saft. Man rührt etwas Rahm mit Mehl ab und verrührt ihn mit dem Saft, läßt die Sauce nochmals aufkochen und gibt sie über das in Scheiben geschnittene Herz. Man kann auch etwas Paprika dazugeben.



Lammpörkölt

Zutaten:

2 kg	Lammfleisch		Essig und Salz
1/8 kg	Speck	1/8 l	Süßrahm
10 dag	Fett	1 EL	Paradeismark
50 dag	Zwiebeln	10 dag	Mehl
	Paprika		Wasser oder Rindssuppe

Zubereitung:

Man röstet kleinwürfelig geschnittenen Speck in Fett goldgelb, gibt feingeschnittene Zwiebeln und, wenn diese angelaufen sind, eine Messerspitze Paprika, dann Essig und das großwürfelig geschnittene Fleisch dazu und läßt dieses unter mehrmaligem Zugießen weichdünsten. Dann wird mit Mehl gestaubt, aufgegossen und gut verrührt. Rahm und Paradeismark dazugeben und nochmals aufkochen lassen.

Leber in Rahmsauce

Zutaten:

Kalbs- oder Schweinsleber	Salz, Pfeffer
Milch	Fett
Speck zum Spicken	

Zubereitung:

Die Leber wird einige Stunden in Milch gelegt, dann nimmt man sie heraus, spickt sie, gibt sie in heißes Fett, begießt sie öfters mit etwas Wasser und dünstet sie zugedeckt langsam weich. Nun rührt man etwas Rahm mit Mehl ab und übergießt damit die Leber, läßt nochmals alles aufkochen, schneidet die Leber in Scheiben, salzt, pfeffert und gießt die Sauce darüber.

Fleischpudding

Zutaten:

1/2 kg	Faschiertes	Salz, Pfeffer
15 dag	Weißbrot	Brösel
5 dag	Butter	grüne Erbsen
1 - 2	Eier	

Zubereitung:

Das Faschierte in einen Abtrieb aus Butter und Eiern geben, das in Milch eingeweichte, passierte Weißbrot und die Erbsen dazumischen, würzen und, wenn notwendig, mit Bröseln binden.

Dann gibt man die Masse in die mit Wasser befeuchtete Form und kocht den Pudding 3/4 bis 1 Stunde in Dunst.

Der Pudding wird gestürzt, in Scheiben geschnitten und mit Erdäpfelpürree und Salat serviert.

Blutwürste

Zutaten:

1	gewaschener Schweinsdarm	Zwiebeln, Majoran Knoblauch, Pfeffer
1 l	Schweinsblut	Salz, Petersilie
1/4 l	Milch	Grammeln
25 dag	Fettspeck	Fett zum Rösten

Zubereitung:

Die feingeschnittenen Zwiebeln im Fett anrösten. Den Fettspeck ganz kleinwürfelig schneiden. Alle Zutaten gut vermischen, in den Darm füllen und nach Belieben zu kleineren oder größeren Würsten abbinden.

Die Würste sollten ca. 30 Minuten in heißem Wasser (75 ° C) ziehen - nicht kochen!

Hühnerteile in würziger Sauce

Zutaten:

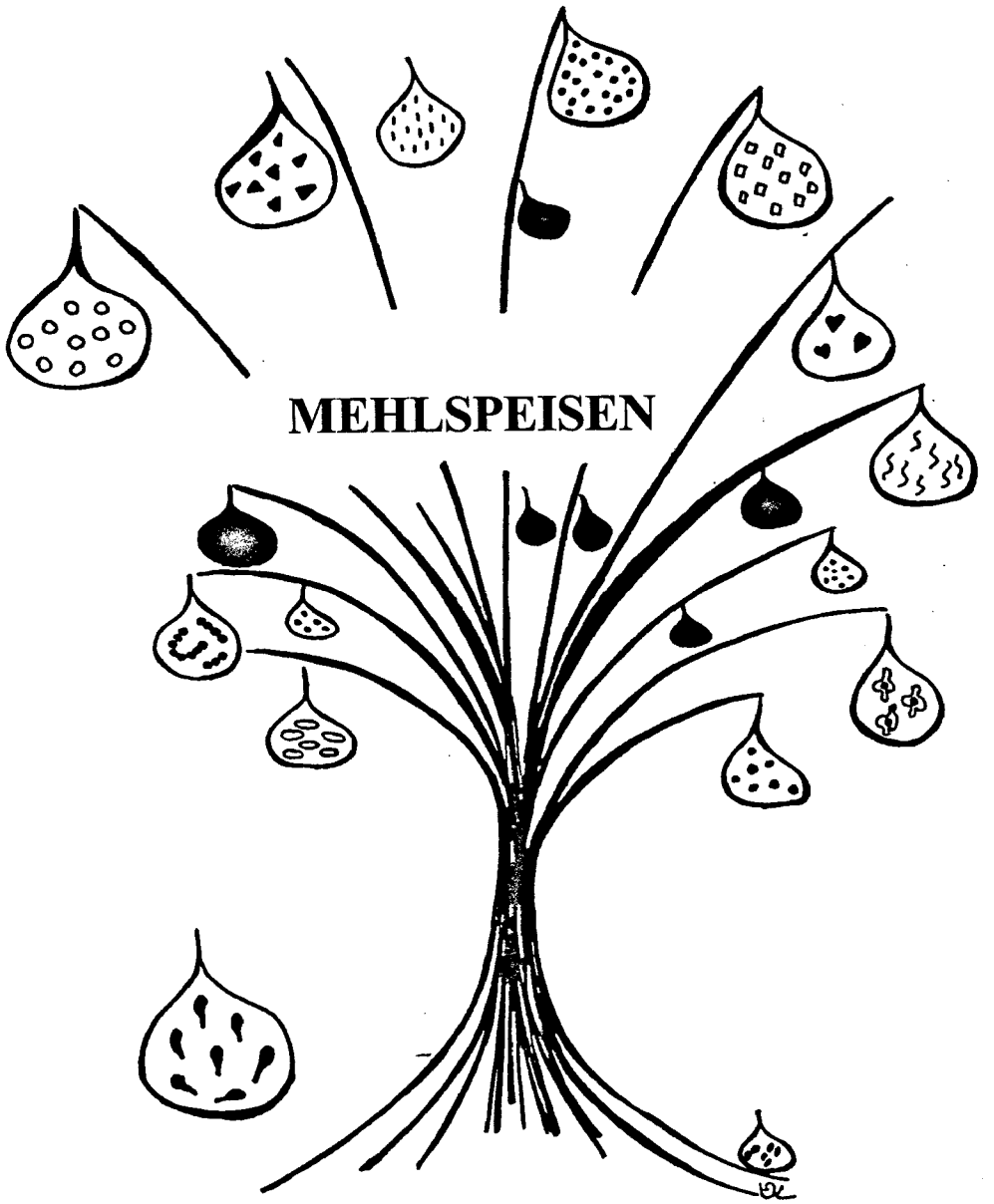
80 dag	Hühnerteile	1	Suppenwürfel
	Öl	1	Lorbeerblatt
1/2	Zwiebel		Oregano, Salz
1 Zehe	Knoblauch		
1/8 l	Weißwein		Kapern, Oliven, Sardellenringe

Zubereitung:

Öl heiß werden lassen, ungewürzte Hühnerteile von allen Seiten anbraten und aus der Pfanne nehmen.

Zwiebel und Knoblauch in der Pfanne goldbraun rösten, mit Wein aufgießen, zum Kochen bringen.

Hühnerteile, Suppenwürfel und Gewürze hinzugeben und ca. 1/2 Stunde zugedeckt dünsten, wenn nötig etwas Wasser oder Wein angießen. Feingehackte Oliven, Kapern und Sardellenringe dazugeben, vorsichtig mit Salz abschmecken.



MEHLSPEISEN

Topfenscheiterhaufen

Zutaten:

2 Pkt.	Toastbrot	1 Pkt.	Vanillezucker
1 kg	Topfen (10%)		Schale einer
12 dag	Butter		halben Zitrone
3	Eier	20 dag	Ribiselmarmelade
14 dag	Staubzucker		Butter für die
1 Prise	Salz		Pfanne

Zutaten für die Eiermilch:

3 dl	Milch	4 dag	Kristallzucker
2	Eier		

Zubereitung:

Die Zutaten für die Eiermilch miteinander verrühren.

Die Hälfte der Toastbrotscheiben durch die Eiermilch ziehen, in eine bebutterte Pfanne schlichten, mit Ribiselmarmelade bestreichen. Die Butter mit der halben Zuckermenge, Eidotter, 1 Pkt. Vanillezucker, Salz und geriebener Zitronenschale schaumig rühren. Topfen beigeben.

Eiweiß zu Schnee schlagen, restlichen Zucker einrühren und kurz weiterschlagen. Den Schnee in den Topfenabtrieb ziehen. Die Masse in die Pfanne streichen, mit den durch die Eiermilch gezogenen Toastbrotscheiben abdecken. Die restliche Eiermilch darübergießen und den Scheiterhaufen im Rohr bei 170 ° C ca. 45 Minuten backen.

Topfengrieter

Zutaten:

1/2 kg	Magertopfen		Salz
20 dag	Mehl	2 dag	Germ
5 dag	Butter		Zucker
1/8 l	Milch		Fett

Zubereitung:

Aus dem Germ, etwas Mehl, etwas Milch und Zucker ein Dampfl bereiten und gehen lassen.

Alle Zutaten mit dem Dampfl vermischen, aufgehen lassen, hernach auf einem bemehlten Brett Hufeisen formen und nochmals ein wenig gehen lassen. In heißem Fett backen und sofort servieren.

Mondelen

Zutaten:

25 dag	Mehl	2 EL	Rum
8 dag	Butter (oder	1	Ei
	Margarine)	1 Pkt.	Vanillezucker
5 dag	Zucker	1 Msp.	Backpulver
5 EL	Milch	Fett zum Ausbacken	

Zubereitung:

Mehl, Backpulver und Butter abbröseln, restliche Zutaten beifügen und rasch zu einem Teig verarbeiten. Etwas rasten lassen. Auf einem Brett auswalken und mit dem Krapfenrad kleine Dreiecke ausschneiden; man kann sie auch ausstechen. In Fett schwimmend ausbacken (das Fett darf nicht zu heiß sein, da es sonst leicht verbrennt).

Tiroler Weinnudeln

Zutaten:

1/2 l	Milch	10 dag	Weizengrieß
1 Prise	Salz	2	Eidotter
2	Eier		Glühwein
	Brösel		

Zubereitung:

Die Milch salzen und aufkochen lassen. Den Grieß langsam einrühren, bis ein fester Brei entsteht. Etwas abkühlen lassen und die Eidotter unterrühren. Daumendikke Nudeln formen, in den versprudelten Eiern und in Bröseln wenden und in Öl schwimmend herausbacken. Die abgetropften heißen Nudeln in Tellern anrichten und mit heißem Glühwein übergießen.

Germknödel

Zutaten:

1/2 kg	Mehl	20 dag	Powidl
1/8 l	Milch	8 dag	Butter oder
2	Eidotter		Schmalz zum
4 dag	Zucker		Übergießen
evtl.	Zitronenschale	1/8 l	geriebener Mohn
6 dag	Butter	3 dag	Zucker
	Salzwasser		

Zutaten für das Dampfl:

2 1/2 dag	Germ	1 TL	Zucker
2 EL	Mehl	4 EL	Milch

Zubereitung:

Die Zutaten für das Dampfl verrühren und gehen lassen.

Aus erwärmtem Mehl, Milch, Dotter, Zucker, Zitronenschale, zerlassener Butter und aufgegangenem Dampfl einen ziemlich festen Hefeteig machen und an einem kühlen Ort gehenlassen. Man sticht mit einem Löffel Teigstücke heraus, drückt sie auf der Hand auseinander, füllt sie mit Powidl, formt Knödel und läßt sie auf einem bemehlten Brett an einem warmen Ort aufgehen. Nun legt man sie in kochendes Salzwasser, kocht sie zugedeckt 5 Minuten, dreht sie um und kocht sie fertig.

Man nimmt die Knödel sofort heraus, betropft sie mit zerlassener Butter, bestreut sie mit Zucker und geriebenem Mohn und serviert sie.

Man kann sie auch ungefüllt kochen und mit Vanillecreme servieren.

Die Knödel dürfen beim Kochen nicht aufeinanderzuliegen kommen.

Nuies Schmalz

Zutaten:

3/4 l	Milch		Vanillezucker
4 EL	Mehl	2	Eiweiß
2	Eidotter	1/8 l	Süßrahm
2 EL	Zucker		Honig

Zubereitung:

Milch, Eidotter, Mehl, Zucker und Vanillezucker vermischen, unter Rühren bis zum Dickwerden aufkochen und unter Rühren erkalten lassen. Eiweiß und Rahm getrennt steifschlagen und unterheben. Honig darübergießen.

(Das Nuie Schmalz ist eine festliche Nachspeise, die im Oberinntal und besonders im Ötztal zur Weihnachtszeit als Beigabe zu Kuchen oder Krapfen serviert wird.)

Apfel-Brot-Auflauf

Zutaten:

30 dag	frisches Weizen-brot, Toastbrot oder Semmeln	5 dag	Butter
		Saft einer Orange	
		1/2 TL	Zimt
1/8 l	Milch	35 dag	Äpfel
1	Ei	2 EL	Rosinen
1 gehäufter EL Honig			

Zubereitung:

Verwenden Sie für den Auflauf kein altes, trockenes Brot. Sollten Sie es trotzdem tun, dann müssen Sie mehr Milch als angegeben verwenden.

Brot blättrig schneiden und in eine Schüssel geben. Milch, Ei, Honig, Orangensaft und Zimt verquirlen und über das Brot gießen. Butter schmelzen und ebenfalls über das Brot gießen, mischen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen die Äpfel vom Kerngehäuse befreien und blättrig schneiden, ohne sie zu schälen. Die Äpfel mit den Rosinen unter die Brotmasse mischen.

Alles zusammen kommt in eine gut gebutterte Auflaufform und wird, mit Butterflöckchen obenauf, bei 180 ° C ca. 30 bis 35 Minuten gebacken.

Unterperfer Kirchtagskrapfen

Zutaten:

1/2 kg	Mehl		Salz
2 - 3	Eidotter	1/4 l	Süßrahm
1 TL	Zucker		

Zutaten für die Fülle:

Dörrbirnen		Vanillezucker
Powidl oder		Rum
Marillenmarmelade		Nelkenpulver
geriebener Mohn	1/2	Becher Topfen
Milch		Zucker

Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem Teig verkneten und eine Stunde unter einer angewärmten Schüssel rasten lassen.

Für die Fülle die Zutaten mit abgekochter und erkalteter Milch gut vermischen.

Den Teig so dünn wie möglich austreiben. Auf die eine Hälfte des Blattes kleine Häufchen Fülle setzen, die andere Hälfte darüberlegen, festdrücken und mit dem Teigrad in viereckige Stücke teilen und diese in der Pfanne in heißem Fett goldbraun backen.

Topfentascherl
(Germteig)

Zutaten für den Teig:

60 dag	Mehl	1 Pkt.	Vanillezucker
6 dag	Zucker	2	Eier
1 Prise	Salz	1	Eidotter zum
6 dag	Butter		Bepinseln
1/8 l	Milch	1/2 Pkt.	Germ

Zutaten für die Fülle:

5 dag	Butter	2	Eidotter
12 dag	Zucker	3	Eiweiß
1 Pkt.	Vanillezucker	2 Pkt.	Topfen

Zubereitung:

Die Zutaten für den Teig gut miteinander vermischen. Die Zutaten für die Fülle mit dem zu Schnee geschlagenen Eiweiß vermischen.

Den Teig dünn auswalken, in Vierecke schneiden. Diese in der Mitte mit der Fülle belegen, zu beliebigen Formen (Dreiecke, Kuverts, usw.) zusammenschlagen, mit Eidotter bepinseln und bei ca. 200 ° C 25 bis 30 Minuten backen.

Ziachkiachl

Zutaten:

40 dag	Mehl	3	Eidotter
2 dag	Germ		Salz
3 dag	Butter	1/4 l	Milch
3 dag	Zucker (wenn Gesalzenes dazu gegessen wird, Zucker weglassen)	1 Stamperl	Rum oder Cognac
			Backschmalz

Zubereitung:

Aus dem Germ, ein wenig vom Mehl, der Milch und dem Zucker ein Dampfl bereiten und gehenlassen.

Zerlassene Butter, lauwarme Milch, Zucker, Dotter und Rum werden mit dem Dampfl unter das gesalzene, vorgewärmte Mehl gemengt, gut durchgeschlagen und an einen warmen, zugfreien Ort zum Aufgehen gestellt. Sobald der Teig die doppelte Höhe erreicht hat, sticht man löffelgroße Kugeln ab, rundet sie mit der bemehlten Hand am Brett zurecht und läßt sie zugedeckt nochmals aufgehen. Die Kugeln zieht man dann so aus, daß in der Mitte nur ein dünnes Häutchen bleibt und am Rand ein dicker Wulst entsteht. Die Kiachl bäckt man im heißen Schmalz, sodaß der Rand hellbraun wird, das Grübchen aber hell bleibt.

Nach Tiroler Brauch werden die Kiachl entweder süß, in der Mitte mit Mohnfülle oder Honigsoße abgefüllt, mit Schwarzbeer-, Kirschen- oder Apfelkompott gegessen, oder mit Hafelekraut.

Stubaier Krapfen

Zutaten (für 6 Personen):

1/4 kg	Weizenmehl	3 EL	Süßrahm
1/4 kg	Roggenmehl		Salz
12 dag	Butter		Powidl zum Füllen
3	Eier		

Zubereitung:

Mehl mit Butter abbröseln, die Eier, den Süßrahm und Salz dazugeben. Alles gut zu einem Teig verkneten und eine Stunde rasten lassen. Den Teig auswalken, Kreise ausstechen und mit Powidl füllen. Zu Krapfen zusammenklappen, die Teigränder gut zusammendrücken und in heißem Öl herausbacken.

Topfen-Apfel-Auflauf

Zutaten:

1/2 kg	Topfen	3 EL	Sauerrahm
3	Eier	3 - 4	Äpfel
6 dag	Grieß		Saft einer Zitrone
12 dag	Zucker		Rosinen
1 Pkt.	Vanillezucker		Butterflocken
1 Pkt.	Backpulver		

Zubereitung:

Topfen, Eier, Süßrahm, Zucker, Vanille, Backpulver und Grieß vermischen und gut durchrühren. Äpfel schneiden, mit Zitronensaft beträufeln und Rosinen dazugeben. Äpfel unter den Teig heben und in eine gebutterte Auflaufform füllen und mit Butterflocken belegen.

25 bis 30 Minuten bei mittlerer Hitze backen.

Powidltascherln

Zutaten:

60 dag	Erdäpfel	2	Eier
15 dag	griffiges Mehl		Salz
5 dag	Grieß		Powidl
3 dag	Butter		Butter, Brösel, Zucker

Zubereitung:

Mehlige Erdäpfel kochen, schälen, sehr heiß pressen, rasch mit Mehl, Grieß, Salz, Butter und Eiern zu einem Teig vermischen.

Teig partienweise auswalken, Kreise ausstechen, mit Powidl füllen, zusammenklappen, Ränder mit einer Gabel andrücken. In heißem Salzwasser ziehen lassen. In Butter Brösel anrösten, die Powidltascherln darin wälzen und evtl. anzuckern.

Reisauflauf mit Äpfeln

Zutaten:

1 l	Milch	Salz
22 dag	Reis	

Zutaten für den Abtrieb:

10 dag	Butter	1 Pkt.	Vanillezucker
4	Eier	8 dag	Zucker

Zutaten für die Fülle:

1/2 kg	Äpfel	5 dag	Zucker
	Saft einer		einige Rosinen
	halben Zitrone	geriebene	Zitronenschale

Zubereitung:

Gewaschenen Reis in Milch mit einer Prise Salz fast weichdünsten und auskühlen lassen. Äpfel schälen, in kleine Streifen schneiden, mit Zitronensaft, Zucker, Zitronenschale und Rosinen vermischen.

Butter, Eidotter, Vanillezucker und Zucker schaumig rühren, den Reis und die Äpfel daruntermischen. Eiweiß zu Schnee schlagen und unterheben. Die Masse in eine befettete Auflaufform füllen, glattstreichen und im heißen Rohr bei etwa 200 ° C goldgelb backen.

Schwarzbeerkrapfen

Zutaten für den Teig:

1/2 kg	Weizenmehl		Salz
1	Ei	1 Schuß	Rum
5 dag	Butter	1/4 l	warme Milch

Zutaten für die Fülle:

1/2 kg	Schwarzbeeren	Zucker nach Bedarf
1/4 kg	Bauerntopfen	Zimt

Zubereitung:

Aus den Zutaten einen glatten Teig kneten, mit Öl bestreichen, zugedeckt rasten lassen.

Für die Fülle alle Zutaten vermengen.

Aus dem Teig eine 4 cm dicke Rolle formen, diese in 2 cm dicke Scheiben schneiden, austreiben, einen Eßlöffel Fülle daraufsetzen, Rand mit Wasser oder Eiklar bestreichen, zusammenklappen, in heißem Fett schwimmend goldgelb ausbacken, abtropfen lassen und anzuckern.

Heidenauflauf

Zutaten:

3	Eier	Zitronenschale
7 dag	Heidenmehl	
7 dag	Zucker	Fett und Brösel für die Form
	Zitronensaft	

Zubereitung:

Eidotter und Zucker rührt man schaumig, mengt das Heidenmehl, etwas Zitronensaft und die geriebene Zitronenschale und den steifen Schnee darunter, füllt die Masse sofort in die befettete und mit Bröseln bestreute Form.

Bei guter Hitze 20 bis 25 Minuten backen.

Der Auflauf wird vor dem Servieren aus der Form gestürzt.

Strauben

Zutaten:

1/4 l	Milch	2	Eidotter
1 EL	Butter	1 EL	Rum
20 dag	Mehl	2	Eiweiß
	Salz		Backfett

Zubereitung:

Die Butter in lauwarmer Milch zerfließen lassen, das Mehl darin verrühren, salzen, Eidotter und Rum untermischen, den steifgeschlagenen Schnee unterziehen und kurz ziehen lassen. Den Teig aus einem Straubentrichter oder einem "Schnabelhafele" kreisförmig in heißes Backfett einlaufen lassen. Eng beginnen und immer weitere Spiralen ziehen bis zu Tellergröße. Die Strauben vorsichtig herausheben, weil sie sehr brüchig sind.

Die Strauben werden als Hauptmahlzeit mit Kompott oder Apfelmus gegessen. Man kann auch Wein, Milch oder Kaffee dazu trinken.

Schwarzbeerriebler

Zutaten:

1/2 kg	Erdäpfel	30 dag	Schwarzbeeren
1/2 kg	Mehl		Salz, Zimt, Zucker

Zubereitung:

Erdäpfel in der Schale kochen, schälen, fein aufreiben, salzen, mit Mehl zu Streusel verarbeiten, in wenig heißem Fett hellbraun rösten, die Beeren dazugeben, durchmischen.

Nach Geschmack mit Zimt und Zucker servieren.

Apfelstrudel aus Topfenteig

Zutaten für den Teig:

1/4 kg	Topfen		Salz
1/4 kg	Butter	1	Ei zum Bestreichen
1/4 kg	Mehl		

Zutaten für die Fülle:

1 1/2 kg	säuerliche Äpfel	2 cl	Rum
	Zucker, Zimt		Saft einer Zitrone
	Rosinen, geriebene Nüsse		Semmelbrösel

Zubereitung:

Alle Zutaten rasch zu einem Teig verarbeiten und eine Stunde kühl rasten lassen (Teig in Folie einschlagen, damit er nicht austrocknet). Auf einem bemehlten Brett dünn auswalken. Ergibt zwei große Strudelblätter.

Auf die Mitte der Strudelblätter Semmelbrösel streuen, die Fülle auflegen, von einer Seite einschlagen und einrollen. Mit dem versprudelten Ei bestreichen und mit einer Gabel einstechen. Im vorgeheizten Rohr ca. eine Stunde bei 200 ° C backen.

(Aus diesem Topfenteig läßt sich verschiedenes Gebäck herstellen, z. B. Polsterzipfel mit Marmelade gefüllt, Nußkipfel, Kümmel- und Käsestangen.)

Mohnnudeln

Zutaten für den Brandteig:

1/4 l	Milch	12 dag	Mehl
5 dag	Butter	2	Eier
1 Prise	Salz		
	geriebener Mohn	2 - 3 EL zerlassene	Zucker Butter

Zubereitung:

Milch, Butter und Salz aufkochen, Mehl auf einmal zugeben. Bei schwacher Hitze rühren, bis sich die Masse vom Kochtopf löst und glänzend ist.

In die überkühlte Masse rührt man die versprudelten Eier. Die Masse in einen Spritzsack mit großer, glatter Tülle füllen, etwa 4 cm lange Stücke in kochendes Salzwasser drücken, 3 bis 4 Minuten ziehen lassen. Die gut abgetropften Nudeln wälzt man in einem Gemisch aus Mohn und Zucker und serviert sie mit zerlassener Butter.

Reichtum macht das Herz schneller hart,
als kochend Wasser ein Ei.

Ludwig Börne (1786 - 1837), dt. Schriftsteller

Schwarzbeernocken

Zutaten:

30 dag	Mehl	1 l	Schwarzbeeren
	Salz	Butterschmalz zum Backen	
2 - 3	Eier	Zucker zum Bestreuen	
3/8 l	Milch		

Zubereitung:

Aus Mehl, Salz, Eidottern und der Milch einen Teig anrühren, Eiweiß zu Schnee schlagen und mit den Schwarzbeeren untermischen.

In einer flachen Pfanne etwas Butterschmalz heiß werden lassen und mit einem Löffel die Beerennocken eingießen.

Sie fließen etwas auseinander, deshalb nicht zu eng setzen. Die Nocken auf beiden Seiten hellbraun backen, herausnehmen und gut anzuckern.

Holunderstrauben

Zutaten:

1/4 l	Milch	2	Eier
22 dag	Mehl	24	Holunderblüten
	Salz		Fett
5 dag	Zucker		

Zubereitung:

Milch, Mehl und Salz gut verrühren, Eier zufügen und zu einem feinen Teig abschlagen. Hierauf taucht man die Holunderblüten in den Teig, gibt sie in das heiße Fett, bäckt die Strauben lichtbraun und gibt sie zum Abtropfen auf ein Sieb.

Mit Zucker bestreut servieren.

Obstknödel

Zutaten für den Teig (ergibt 12 Knödel):

1/4 kg	Topfen	15 dag	griffiges Mehl
6 dag	zerlassene Butter	1	Ei
5 dag	Grieß		Salz

Marillen oder Zwetschken Butter, Brösel, Zucker

Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem glatten Teig vermischen. Eine Rolle formen, Stücke abstechen, je eine Marille oder Zwetschke einschlagen, Knödel formen und in kochendes Salzwasser legen.

15 Minuten ziehen lassen, in gerösteten Bröseln wälzen, nach Belieben anzuckern.

Süßer Hirseauflauf

Zutaten:

1/4 kg	Hirse	8 dag	Honig
1/2 l	Milch	8 dag	Butter
1/4 l	Wasser	2	Eiweiß
1 TL	Salz	evtl. 1/2 TL	Naturvanille
2	Eidotter	10 dag	Sultaninen

Kleie oder Brösel für die Form

Zubereitung:

Milch, Wasser, Salz und Hirse erhitzen und auf kleinster Stufe köcheln lassen, bis die Flüssigkeit aufgebraucht ist. Abkühlen lassen.

Inzwischen Butter, Honig, Vanille und Eidotter schaumig rühren, die abgekühlte Hirsemasse einrühren, aus den zwei Eiweiß steifen Schnee schlagen und mit den Sultaninen unterheben.

In die gebutterte und mit Kleie oder Brösel ausgestreute Form füllen und 45 bis 50 Minuten bei 180 ° C backen.

Holermandl

1/2 kg Holunderbeeren werden mit wenig Wasser und 10 dag Zucker kurz gedünstet, mit in kaltem Wasser angerührtem Mehl oder Maisstärke sämig gemacht und nochmals kurz aufgekocht. Man kann auch Äpfel, Birnen und Zwetschken mitkochen.

Kaiserschmarren

Zutaten:

1/4 l	Milch	3 dag	zerlassene Butter
12 dag	glattes Mehl	3	Eier
5 dag	Zucker		Rosinen

Zubereitung:

Milch, Mehl, Zucker, zerlassene Butter und Eidotter verrühren und den Schnee der drei Eiweiß unterheben. Rosinen untermischen. In einer Pfanne etwas Butter heiß werden lassen, die Teigmasse hineingießen und auf beiden Seiten backen.

Mit einer Gabel zerreißen und mit Staubzucker bestreuen. Mit Zwetschkenröster, Holermandl oder mit Schwarzbeermarmelade und Milch servieren.

Dampfnudeln

Zutaten:

30 dag	Mehl	1	Ei
2 dag	Germ	abgeriebene	Zitronenschale
1/8 l	Milch	5 dag	Butter
5 dag	Zucker	1 Prise	Salz

Für die Pfanne:

1 EL	Butter	1 Tasse	Milch
1 EL	Zucker		

Zubereitung:

Mit den Zutaten einen Germteig bereiten (siehe Böhmische Buchteln). Nach dem Gehen mit einem Löffel Kugeln abstechen und nochmals gehen lassen. In einer Pfanne (mit gut schließendem Deckel) Butter, Zucker und Milch aufkochen lassen. Germteigkugeln hineingeben und mit geschlossenem Deckel bei schwacher Hitze - ohne zu öffnen! - ca. 25 Minuten backen. Die Flüssigkeit sollte von den Dampfnudeln ganz aufgesogen sein.

Mit Karamel-Sauce (3 dag Butter, 3 EL Zucker bräunen, mit 3/4 l Milch aufgießen) servieren.

Böhmische Buchteln

Zutaten:

3 dag	Germ	2 - 3	Eier
1/4 l	lauwarme Milch	1 Prise	Salz
1 TL	Zucker	10 dag	Zucker
5 dag	Mehl	12 dag	zerlassene Butter
1/2 kg	Mehl		
		Marillenmarmelade	

Zubereitung:

Germ, Milch, 1 TL Zucker, 5 dag Mehl werden versprudelt und zum vorgewärmten Mehl (1/2 kg) gegeben. Nun verquirlt man Eier, Salz, Zucker und zerlassene Butter, gibt diese Masse ebenfalls zum Mehl und bereitet so einen Germteig. Man schlägt ihn tüchtig ab und läßt ihn gehen. Auf der bemehlten Tischplatte zerteilt man den Teig in kleine Stücke, drückt sie flach, gibt je einen TL Marmelade darauf und formt Buchteln.

Man legt die Buchteln mit den Nähten nach unten in eine feuerfeste Form, deren Boden mit zerlassener Butter bedeckt ist. Man läßt die Buchteln noch einmal gehen, bestreicht sie mit zerlassener Butter und bäckt sie bei 180 ° C ca. eine halbe Stunde.

Dazu reicht man am besten Vanillesauce.

Kemater Krapfen

Zutaten für den Blätterteig:

1/4 kg	glattes Mehl	2 EL	Schnaps
1/4 kg	griffiges Mehl	etwas	Süßrahm
3	Eier	420 g	Butter

Zutaten für die Fülle:

25 dag	geriebene Haselnüsse	(Wenn man möchte: Zitronenschale und Zimt nach Geschmack.)
25 dag	Zucker	
3	Eier	

Zubereitung:

Das glatte Mehl mit Eiern, Schnaps und Rahm ca. 20 Minuten verkneten, bis der Teig zäh wird; rasten lassen. Butter fein schneiden, mit dem griffigen Mehl schnell verkneten und dreimal auswalken; jedesmal auf eine andere Seite zusammenlegen. Beides mindestens drei Stunden rasten lassen (am besten aber über Nacht).

Den ersten Teig so auswalken, daß der Butterziegel darauf Platz hat. Dreimal auswalken (messerrückendick) und immer auf eine andere Seite dreifach zusammenschlagen. Dann wieder wenigstens drei Stunden rasten lassen.

Fülle: Eier und Zucker schaumigrühren und Haselnüsse unterheben. Den Blätterteig auf einer kalten Unterlage auswalken, in kleine Quadrate schneiden, mit der Fülle bestreichen und die Ecken in der Mitte übereinanderschlagen. Auf ein mit Wasser befeuchtetes Blech legen und im vorgeheizten Rohr bei 200 ° C hellbraun backen. Mit Staubzucker bestreuen.

MARMELADE
EINGELEGTE ZWETSCHKEN
SIRUP
BRATÄPFEL
LIKÖR
HONIG
MOUSSE AU CHOCOLAT
CHARLOTTE
MÜSLI

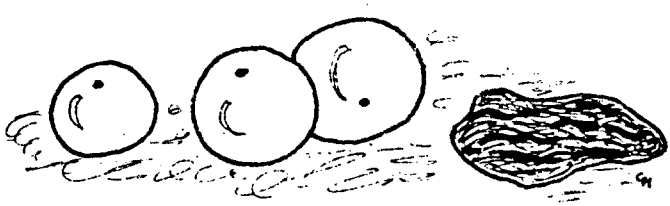
Orangenmarmelade

Zutaten:

2 kg Orangen	1 kg Gelierzucker
1/8 l Wasser	1/8 l Whisky

Zubereitung:

Eine Orange zur Seite legen, den Rest schälen und in Stücke schneiden, dabei die Kerne entfernen. Mit dem Wasser in einen Topf geben und unter ständigem Rühren kochen lassen, bis die Früchte weich sind. Inzwischen wird die andere Orange unter Wasser gut abgebürstet und mit einem Schälmesser ganz dünn geschält. Diese Schalen werden in feine Streifen geschnitten und den Früchten beigefügt. Die Orange selbst wird ausgepreßt. Der Saft kommt ebenfalls zur Marmelade. Dann den Gelierzucker beifügen und unterrühren. Noch 5 Minuten kochen lassen. Wenn die Marmelade fertig ist, noch den Whisky einrühren. Nun nicht mehr kochen lassen und in Gläser füllen.



Ein Mensch, der nie genießt,
ist bald nicht mehr zu genießen.

Zwetschken in Essig und Rotwein

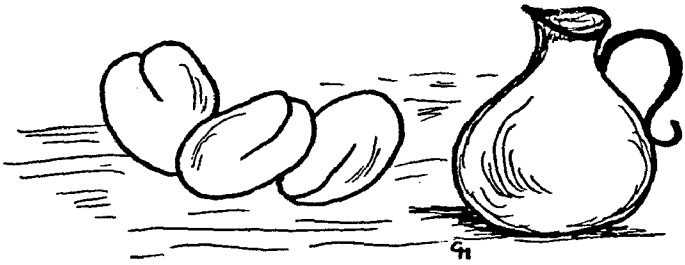
Zutaten:

1/2 kg	Zwetschken	1/8 l	Essig
1/4 kg	Zucker	1/8 l	Wasser
1/4 l	Rotwein	1 Stange	Zimt
		6	Nelken

Zubereitung:

Zwetschken trocken abreiben und mit einer dicken Nadel mehrfach durchstechen. Zucker in Wein, Essig und Wasser klarkochen, Zimt und Nelken hinzufügen. Zwetschken nacheinander hineingeben und langsam kochen lassen, bis die Haut der Früchte zu platzen beginnt. Dann herausnehmen, sofort in vorbereitete Gläser schlichten und den noch etwas länger eingekochten Saft durch ein Sieb heiß darübergießen.

Am nächsten Tag den Saft abgießen, aufkochen und erneut heiß über die Zwetschken gießen, mit einem in Rum getränkten Papier abdecken, zwei Hölzchen kreuzweise darüberlegen und nach dem Erkalten zubinden.



Orangensirup

Zutaten:

Saft von 11 Orangen		1 1/2 kg	Zucker
4	abgeriebene Orangenschalen	1 l	kochendes Wasser
2	Zitronen	5 dag	Zitronensäure

Zubereitung:

Alle Zutaten mit dem heißen Wasser aufgießen, 24 Stunden stehen lassen, öfters umrühren, abseihen und abfüllen.

Holundersirup

Zutaten:

2 l	Wasser	4	Zitronen
4 kg	Zucker	1	Orange
8 dag	Zitronensäure	25	Holunderblüten

Zubereitung:

Das Wasser abkochen, auskühlen lassen und mit den in Scheiben geschnittenen Früchten und den restlichen Zutaten verrühren. Mit einem Tuch abgedeckt vier Tage in der Sonne stehen lassen und öfters umrühren. Durch ein Tuch seihen und in Flaschen füllen. Dunkel aufbewahren.

Beerensirup

Zutaten:

1 1/2 l	Beeren	1,10 kg	Zucker (pro Liter
1 l	Wasser		Flüssigkeit nach
2 dag	Weinsteinsäure		dem Abseihen)

Zubereitung:

Die Beeren (Himbeeren, Ribisel, Schwarzbeeren, usw.; evtl. auch gemischt) zerdrücken, mit Wasser, in dem die Weinsteinsäure aufgelöst wurde, übergießen und 24 Stunden stehen lassen.

Durch ein Tuch seihen, den Zucker zugeben und so lange unter öfterem Umrühren stehen lassen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. In saubere Flaschen füllen, verschließen und kühl aufbewahren.

Ergibt ca. 2 l Saft.

Der Satte tritt besten Honig mit Füßen,
doch der Hungrige findet alles Bittere süß.

Spr 27,7

Bratäpfel

Zutaten: 4 gr. saftige, säuerliche Äpfel

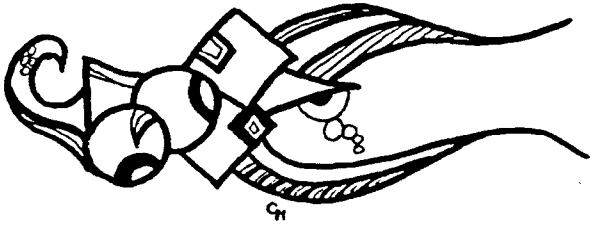
Zutaten für die Fülle:

4 EL	in Stifte geschnittene Mandeln	4 EL	Zucker
		1 - 2 TL	Zimt
		15 g	Butter

Zubereitung:

Eine Auflaufform ausfetten. Äpfel gut waschen, Kerngehäuse ausstechen. Für die Fülle Zucker und Zimt vermischen. Zuerst die Mandeln und dann die Zucker-Zimt-Mischung in die Äpfel geben. Die Äpfel in die Auflaufform setzen. Mit Butterflöckchen belegen.

Je nach Apfelsorte 30 bis 40 Minuten bei 100 ° C backen.



Über Rosen läßt sich dichten,
in die Äpfel muß man beißen.

Johann Wolfgang von Goethe

Eierlikör

Zutaten:

4	Eidotter	1 - 2 Pkt.	Vanillezucker
30 dag	Zucker	1/4 l	Weinbrand oder
5/8 l	Milch		Weingeist

Zubereitung:

Eidotter und Zucker schaumig rühren, Milch und Vanillezucker ungefähr 10 Minuten kochen und kaltrühren. Dann mit Eidotter und Zucker vermischen und Weinbrand oder Weingeist unterrühren.

Kaffeelikör

Zutaten:

1/2 kg	Zucker	3/8 l	Wasser
1/4 l	Wasser	1 Pkt.	Vanillezucker
5 dag	geriebener Kaffee	1/4 l	Weingeist

Zubereitung:

Zucker und 1/4 l Wasser kochen und auskühlen lassen. Geriebenen Kaffee und 3/8 l Wasser mit Vanillezukker aufwallen lassen, vom Feuer nehmen und zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen. Durch ein Tuch seihen und in das erkaltete Zuckerwasser einrühren, den Weingeist dazumischen und abfüllen.

Schokoladenlikör

Zutaten:

15 dag	Schokolade	3	Eidotter
5/8 l	warme Milch	1/4 l	Weingeist und
25 dag	Zucker	1/8 l	Weinbrand oder
		3/8 l	Weinbrand

Zubereitung:

Die Schokolade mit der warmen Milch vermischen und auflösen lassen. Anschließend den Zucker und die Eidotter darunterschlagen. Der Topf wird in ein Wasserbad gestellt und während des Kochens wird die Masse mit einer Schneerute fest umgerührt. Mit 1/4 l Weingeist und 1/8 l Weinbrand oder 3/8 l Weinbrand vermischen, rühren und in Flaschen füllen.

Mindestens eine Woche stehen lassen.

Holunderlikör

Zutaten:

3 l	Holunderbeeren	1 kg	Zucker
2 l	Wasser	1 Pkt.	Vanillezucker
	einige Gewürznelken	1/4 l	Weingeist
1	Zimtrinde		

Zubereitung:

Die Beeren mit dem Wasser, den Gewürznelken und der Zimtrinde kochen, auskühlen lassen und durch ein Tuch seihen. Den Saft mit dem Zucker und dem Vanillezucker noch einmal aufkochen, auskühlen lassen und mit dem Weingeist vermischen. In Flaschen abfüllen.

Holundersekt

Zutaten:

5	Holunderblüten	5 dag	Zitronenmelisse
5 l	Wasser	1 TL	Essigessenz
50 dag	Kristallzucker	1 erbsengroßes Stück Germ	
2	Zitronen		

Zubereitung:

Wasser, Zucker, Essig, geschälte Zitronenscheiben, Germ, Zitronenmelisse verrühren. Holunderblüten dazugeben, zugedeckt 24 Stunden stehenlassen, abseihen, abfüllen und nach einer Woche genießen. (Statt Essigessenz kann auch 1/8 l Weinessig verwendet werden.)

Löwenzahnhonig

Zutaten:

300	Löwenzahnblüten	2 l	Wasser
2	Zitronen	2 kg	Zucker

Zubereitung:

Löwenzahnblüten mit den geschälten und in kleine Stücke geschnittenen Zitronen und dem Wasser 1/2 Stunde kochen. Danach abseihen.

Den Saft mit dem Zucker 4 Stunden kochen und dann in Gläser füllen.

Mein Sohn, iß Honig, denn er ist gut,
und Honigseim süß deinem Gaumen.

Spr 24, 13

Mousse au chocolat

Zutaten:

3	Eier	20 dag	Bitterschokolade
1/4 l	Süßrahm	4 dag	Zucker

Zubereitung:

Eier trennen, Eiweiß und Rahm getrennt steif schlagen, Schokolade schmelzen und etwas abkühlen lassen.

Eidotter mit 2 EL heißem Wasser schlagen. Zucker einrieseln lassen und die Masse cremig schlagen. Die noch flüssige Schokolade langsam unterrühren. Sofort Schlagrahm und den Eischnee unterheben.

Die Mousse im Kühlschrank fest werden lassen.

Charlotte mit Schokoladencreme

Zutaten für Biskuit-Roulade:

4	Eidotter	1 Pkt.	Vanillezucker
4 EL	warmes Wasser	4	Eiweiß
		1 Prise	Salz
10 dag	Zucker	125 g	Weizenmehl

Zubereitung:

Eiweiß und das Salz zu steifem Schnee schlagen und 1/3 des Zuckers unterrühren. Eidotter und Wasser schaumigschlagen, den restlichen Zucker und den Vanillezucker dazugeben. Den Schnee auf die Eidottermasse geben und mit dem Mehl vorsichtig unterheben. Ein Backblech mit Pergamentpapier belegen und den Teig daraufstreichen. 10 Minuten im vorgeheizten Rohr bei 200 ° C backen.

Nach dem Backen wird der Biskuit sofort mit Hilfe des anhaftenden Papiers hochgehoben und auf ein mit Zucker bestreutes Papier gestürzt. Das Pergamentpapier mit kaltem Wasser bestreichen und vorsichtig abziehen. Die Roulade sofort mit Marmelade bestreichen und sehr eng einrollen.

Eine nicht zu hohe, weite Schüssel wird mit dünnen Scheiben der Roulade ausgelegt.

Zutaten für die Creme:

5	Eidotter	3/8 l	Milch
15 dag	Zucker	10 dag	Kochschokolade
1 Pkt.	Vanillezucker	6 Blatt	Gelatine
1 TL	Zimt	3/8 l	Süßrahm
2 EL	Kakao		

Zubereitung:

Gelatineblätter 10 Minuten in kaltem Wasser quellen lassen. Milch, Eidotter, Zucker, Vanillezucker, Zimt und Kakao verrühren und aufkochen. Schokolade in der Milchmasse auflösen. Gelatineblätter unterrühren und alles abkühlen lassen. Bevor die Masse fest wird, hebt man den steifgeschlagenen Süßrahm unter.

Die Creme in die ausgelegte Schüssel füllen und ca. zwei Stunden in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren stürzen.

Diplomatencharlotte

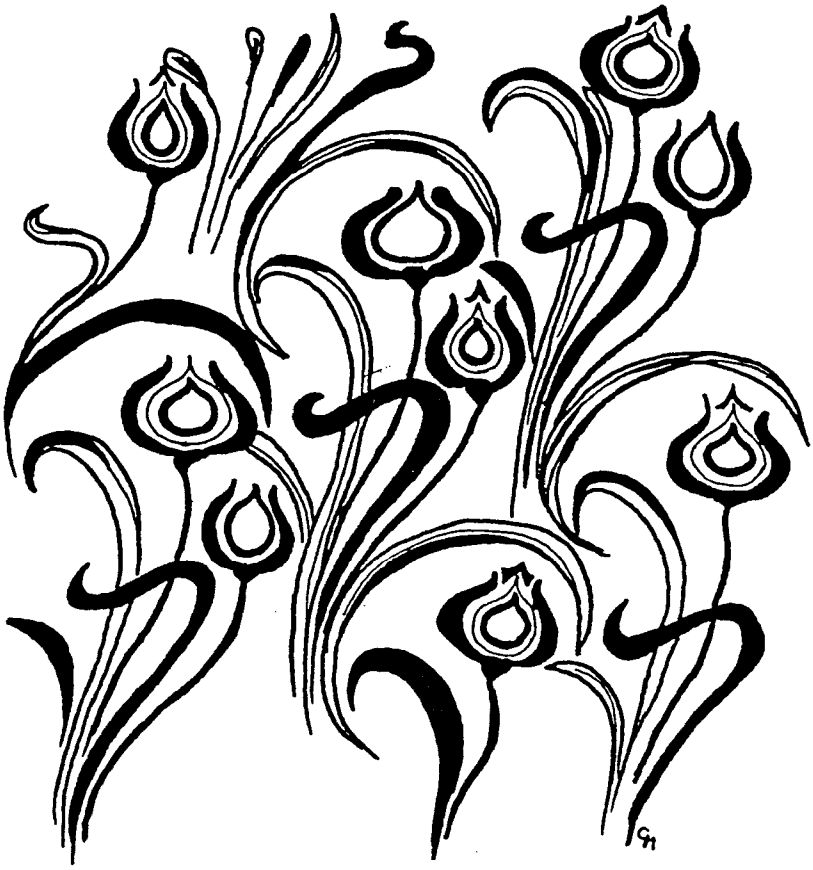
Die Zubereitung der Biskuit-Roulade erfolgt wie im vorhergehenden Rezept.

Zutaten:

1/4 l	Milch	1 Pkt.	Vanillezucker
1/4 l	Süßrahm	6 Blatt	Gelatine
2	Eidotter	2 Scheiben	Ananas
50 g	Zucker	30 dag	Erdbeeren

Zubereitung:

Die Gelatine 10 Minuten in kaltem Wasser quellen lassen. Milch, Zucker und Vanillezucker aufkochen, Gelatine unterrühren und die Eidotter zufügen. Milchmasse durch ein feines Sieb gießen und erkalten lassen. Bevor die Eiermilch zu gelieren beginnt, steifgeschlagenen Süßrahm, kleingeschnittene Ananas und Erdbeeren einrühren. Die Masse in die ausgelegte Schüssel füllen, mit einer Frischhaltefolie abdecken und einen Tag im Kühlschrank stocken lassen. Mit einer Lage Rouladen-Scheiben belegen und stürzen.



Frischkornbrei
("Müsli")

Zutaten (pro Person):

3 EL	geschrotetes Getreide		Saft einer halben Zitrone
		1/2	Banane
1	Apfel		Obst nach Wahl
	Nüsse		Leinsamen
	Sonnenblumenkerne		Joghurt oder Milch
		evtl.	Süßrahm
evtl.	Honig		

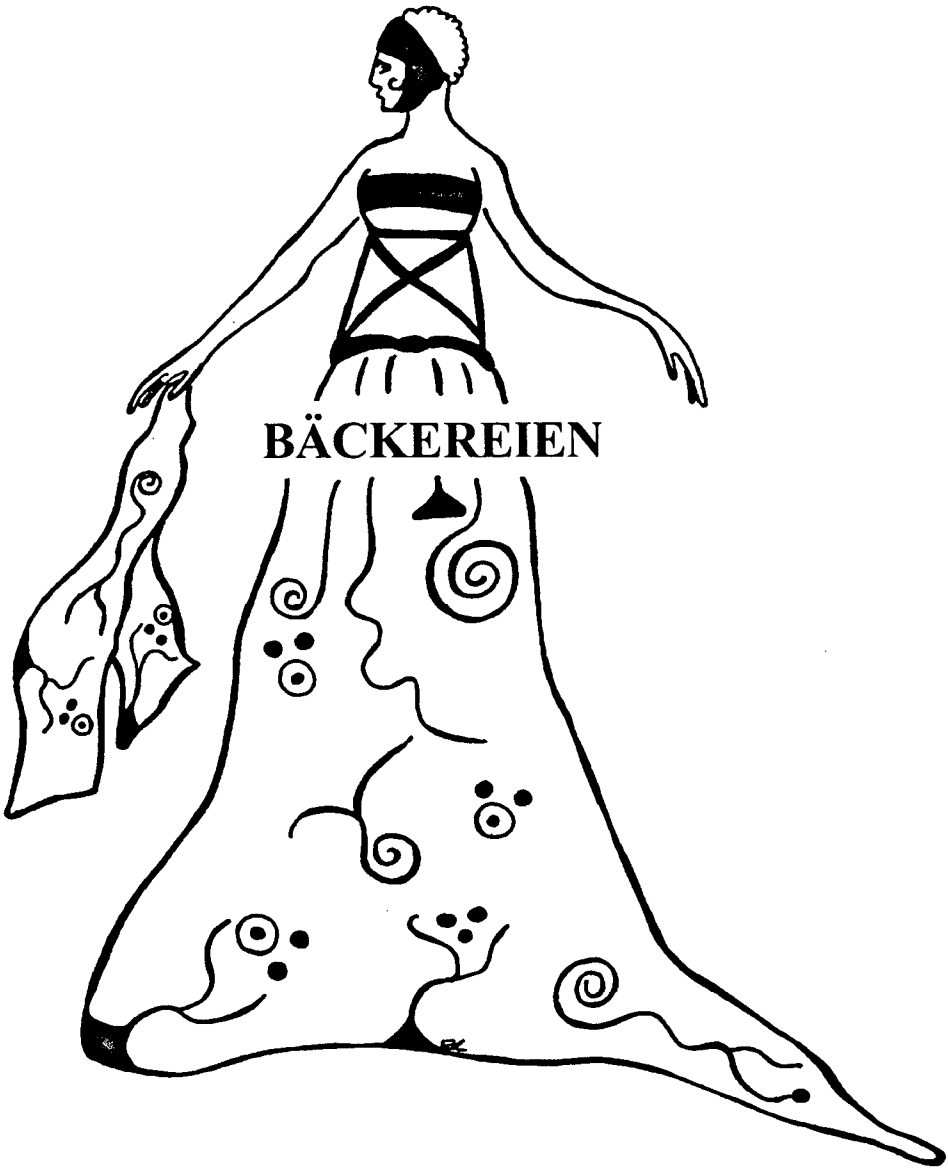
Zubereitung:

Das Getreideschrot (Buchweizen, Hafer, Hirse, Weizen oder Roggen) mit Wasser oder Milch übergießen und 5 bis 8 Stunden zugedeckt stehen lassen.

Zutaten nach Belieben untermischen und evtl. mit Honig süßen.

Du lässest Gras wachsen für das Vieh
und Saat zu Nutz den Menschen,
daß du Brot aus der Erde hervorbringst,
daß der Wein erfreue des Menschen Herz
und sein Antlitz schön werde vom Öl
und das Brot des Menschen Herz stärke.

Ps 104, 14-15



BÄCKEREIEN

Mohnkuchen

Zutaten:

6	Eier	20 dag	Zucker
2	süß-säuer-	15 dag	Haselnüsse
	liche Äpfel	15 dag	Mohn
	(z. B. Boskop)	1 Prise	Salz

Zubereitung:

Eier trennen, Eidotter und 15 dag Zucker mit dem Mixer schaumigrühren. Äpfel schälen, entkernen und grob aufreiben. Mit den Haselnüssen und dem Mohn unter die Eidottermasse ziehen. Eiweiß mit 5 dag Zucker und Salz steifschlagen und unter die Masse heben. Eine Springform (26 cm) nur am Boden einfetten. Teig in die Form füllen und im vorgeheizten Rohr auf der untersten Schiene 50 bis 60 Minuten bei 175 ° C backen.

Den Mohnkuchen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Mit halbsteif geschlagenem Süßrahm servieren

Ein Kompromiß, das ist die Kunst,
einen Kuchen so zu teilen, daß jeder meint,
er habe das größte Stück bekommen.

Ludwig Erhard

Topfentorte

Zutaten für den Teig:

3	Eier	1 Prise	Salz
5 dag	Staubzucker	5 dag	Mehl
1 EL	Vanillezucker	25 g	Maisstärke

Zutaten für die Fülle:

6 Blatt	Gelatine	4 cl	Eierlikör
1/2 kg	Magertopfen		Saft einer Zitrone
1/4 kg	Mascarpone	4/10 l	Süßrahm
12 dag	Staubzucker	2 EL	Amaretto
1/8 l	Joghurt mit 1 % Fettgehalt		Früchte als Belag
		25 g	geriebene Haselnüsse

Zubereitung:

Eidotter, Staub- und Vanillezucker schaumigrühren. Eiweiß und Salz zu festem Schnee schlagen auf die Dottermasse geben und mit Mehl und Maisstärke unterheben. In eine bebutterte und bemehlte Form füllen und 20 Minuten bei 180 ° C backen. Auskühlen lassen und aus der Form nehmen.

Gelatine einweichen. Passierten Topfen, Mascarpone, Zucker und Eierlikör verrühren. Zitronensaft erhitzen und darin die Gelatineblätter auflösen, unter die Topfen-

masse mischen und im Kühlschrank halbfest werden lassen. Steifgeschlagenen Süßrahm unterheben. Den Biskuit mit Amaretto beträufeln, wieder in die Form setzen und dabei den Rand mit Backtrennpapier auslegen. Früchte auf dem Tortenboden verteilen, die Topfenmasse daraufstreichen, glattstreichen und 3 bis 4 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

Mit Schlagrahm und Früchten verzieren und am Rand mit geriebenen Haselnüssen garnieren.

Eierlikörkuchen

Zutaten:

1/4 kg	Margarine	5	Eier
1/4 kg	Zucker	1 Prise	Salz
1/4 kg	ger. Nüsse	1 Pkt.	Backpulver
5 dag	ger. Schokolade	1 Pkt.	Vanillezucker
		1 kl. Tasse	Eierlikör
20 dag	Mehl		

Zubereitung:

Margarine flaumigrühren, Eidotter und Zucker abwechselnd einrühren, Mehl und Backpulver dazugeben, Nüsse, Schokolade, Eierlikör und die zu Schnee geschlagenen Eiweiß unterheben. In eine bebutterte und bemehlte Form füllen und bei 180 ° C ca. eine Stunde backen.

Sauerrahmkuchen

Zutaten:

1 Becher	Sauerrahm	1 Becher	Staubzucker
1/2 Becher	Öl	1/2 Pkt.	Backpulver
1 Becher	Nüsse	1 Pkt.	Vanillezucker
1 Becher	Mehl	2	Eier

Zubereitung:

Alle Zutaten gut miteinander vermischen, in eine gebutterte Kastenform geben und bei 180 ° C ca. eine Stunde backen.

Mohn- oder Nußkuchen

Zutaten:

1 Becher	Joghurt	1/2 Pkt.	Backpulver
1 Becher	Zucker	1 Pkt.	Vanillezucker
1 Becher	Mehl	3	Eidotter
1 Becher	ger. Mohn	3	Eiweiß
	od. ger. Nüsse	1 Prise	Salz

Zubereitung:

Die Zutaten der Reihe nach in eine Schüssel geben und gut verrühren. In die Eiweiß eine Prise Salz geben, zu Schnee schlagen und vorsichtig unter den Teig heben. Eine Spring- oder Kastenform befetten, mit Semmelbröseln auskleiden, die Masse hineingeben und im vorgeheizten Backrohr bei 180 ° C 1 Stunde backen. Anschließend 10 Minuten Nachwärme geben.

Mohnkuchen

Zutaten:

10 dag	Butter	10 dag	Mehl
1	Ei	1/2 Pkt.	Backpulver
15 dag	Zucker	1 feingeschnittene Zitronen-	
15 dag	geriebener		schale
	Mohn	1/4 l	Milch
	Zucker und Wasser für die Glasur		

Zubereitung:

Butter, Ei und Zucker schaumigrühren. Mohn, Mehl, Backpulver, Zitronenschale und Milch dazugeben und zu einem Teig verarbeiten. Form mit Butter ausstreichen, mit Brösel bestreuen, Teig einfüllen und bei ansteigender Hitze ca. 45 Minuten backen. Erkalten lassen und glacieren oder anzuckern.

Mandeltorte

Zutaten:

4	Eier	10 dag	Zucker
Schale einer halben Zitrone		1/2 TL	Zimt
1 Pkt.	Vanillezucker	2 EL	Mehl
3 Tropfen	Bittermandelöl	1 gestr. TL	Backpulver
1 Prise	Salz	1/4 l	Süßrahm
20 dag	ungeschälte, geriebene Mandeln	5 dag	geröstete Mandelblättchen

Zubereitung:

Die Eiweiß mit 5 dag Zucker zu steifem Schnee schlagen. Die Eidotter mit 5 dag Zucker und den Gewürzen schaumigrühren. Den Schnee mit den Mandeln (besser schmecken sie, wenn sie angeröstet sind), dem Backpulver und dem Mehl vorsichtig unter die Eidottermasse mengen, in einer befetteten und bemehlten Springform (24 cm) bei 180 ° C ca. 40 Minuten backen.

Kurz vor dem Servieren mit steifgeschlagenem Süßrahm überziehen und mit den Mandelblättchen bestreuen.

Topfen-Marillen-Torte

Zutaten für den Teig:

15 dag	Mehl	1 Prise	Salz
10 dag	Butter	1/2 Pkt.	Vanillezucker
50 g	Staubzucker		

Zutaten für den Belag:

1/2 kg	Topfen	1	Eidotter
125 g	Staubzucker	1/2 Pkt.	Vanillezucker
60 g	Butter	Schale einer halben Zitrone	
1/2 Pkt.	Vanillecreme-pulver	1/2 kg	Marillen
		1/2 Pkt.	Tortengelee - weiß
1	Ei		

Zubereitung:

Mehl, Butter, Staubzucker, Salz und 1/2 Pkt. Vanillezucker rasch zu einem mittelfesten Teig kneten, im Kühlschrank eine halbe Stunde rasten lassen. Dann eine Tortenform mit 24 bis 26 cm Durchmesser damit auslegen und goldgelb backen.

Topfen, Zucker, Butter, Cremepulver, Ei, Eidotter, Zitronenschale und den restlichen Vanillezucker glattrühren und auf die Torte streichen. Die in Spalten geschnittenen Marillen darauf verteilen. Bei 180 ° C 45 Minuten backen. Mit heißem Tortengelee (Zubereitung auf der Packung angegeben) übergießen.

Brottorte

Zutaten:

1 Tasse	geriebenes Brot	7 dag	erweichte Schokolade
etwas	Rotwein	7 dag	Butter oder Margarine
etwas	Rum		
20 dag	Zucker	1 TL	Zimt
5	Eidotter	7 dag	geriebene Mandeln
1	Ei		
geriebene	Zitronenschale	5	Eiweiß

Zubereitung:

Brot mit Wein und Rum beträufeln. Zucker mit Eidotter schaumigrühren, alle übrigen Zutaten (außer den Eiweiß) dazumischen. Aus den Eiweiß steifen Schnee schlagen und unterheben.

Bei 175 ° C ca. 40 Minuten backen.

Mit Schlagrahm füllen und bestreichen.

Iß freudig dein Brot und trink vergnügt deinen Wein;
denn das, was du tust, hat Gott längst so festgelegt,
wie es ihm gefiel.
Trag jederzeit frische Kleider,
und nie fehle duftendes Öl auf deinem Haupt.

Koh 9,7-8

Zucchinitorte

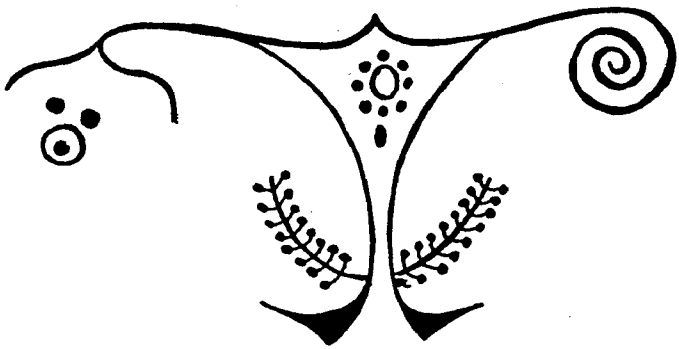
Zutaten (für 1 Backblech oder 1 Kastenform und 1 Gugelhupfform):

1/2 l	Kristallzucker	1 Pkt.	Vanillezucker
4	Eier	10 dag	geriebene Nüsse
1/4 l	Öl	3/4 l	griffiges Mehl
1/2 l	geschälte, geraspelte Zucchini	2 Pkt.	Backpulver Schokolade zum Überziehen

Zubereitung:

Zucker und Eidotter schaumigrühren, nach und nach das Öl eintropfen. Vanillezucker, Zucchini und Nüsse sowie Mehl dazugeben. Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und unterheben.

1 1/2 Stunden bei 175 ° C backen (mittlere Schiene). Mit Schokolade überziehen.



Tiroler Fochazbrot
(Osterbrot)

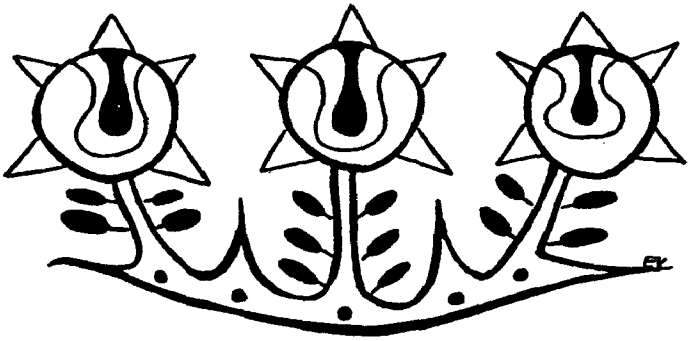
Zutaten:

60 dag	Mehl	Salz, Anis
40 g	Germ	Zitronenschale
40 g	Zucker	Dotter-Milch zum
60 g	Butter	Bestreichen
1/4 l	Milch	

Zubereitung:

Einen Germteig bereiten (wie Brotteig), glattkneten, gehen lassen, dann einen Laib formen, mit Dottermilch bestreichen und mit einer Stricknadel kreuzweise einritzen, so daß die Spur gut sichtbar ist.

Bei 180 ° C goldbraun backen (etwa eine halbe Stunde).



Apfelbrot

Zutaten:

1 1/2 kg	geriebene Äpfel	1 TL	Zimt
		2 Msp.	Neugewürz
1/2 kg	geschnittene Feigen	1 Msp.	Nelkenpulver
		1/8 l	Kirschrum
1/4 kg	gehackte Nüsse		
1/2 kg	gewaschene Rosinen	2	Eier
		1 kg	Mehl
1/2 kg	Zucker	1 TL	Salz
2 EL	Kakao	2 Pkt.	Backpulver

Zubereitung:

Die Äpfel, Feigen, Nüsse, Rosinen, Zucker, Kakao und die Gewürze gut miteinander verarbeiten und über Nacht stehen lassen.

Am Morgen noch Salz, 2 Eier, 1 kg Mehl und 2 Pkt. Backpulver dazumischen.

Masse in Formen füllen und 1 1/2 Stunden bei 170 bis 180 ° C backen.

Müslikuchen

Zutaten:

1/8 kg	Butter	1/4 kg	Mehl
3	Eier	1/2 Pkt.	Backpulver
6 EL	Milch	10 dag	Müsli
1/8 kg	Zucker	4 EL	geraspelte
1 Pkt.	Vanillezucker		Schokolade
1 Prise	Salz	1/2	Zitrone

Zubereitung:

Butter schaumigrühren, Zucker, Vanillezucker, Salz, Zitronenschale und nach und nach die Eier unterrühren, bis sich der Zucker gut gelöst hat. Das mit Backpulver versiebte Mehl, Milch, Müsli und Schololadenraspel unterziehen. Kastenform einfetten, Teig einfüllen und im vorgeheizten Rohr bei 175 ° C 80 bis 90 Minuten backen.

Die Teigoberfläche nach 15 Minuten Backzeit der Länge nach mit einem Messer einschneiden. Wenn der Kuchen fertig ist, aus dem Rohr nehmen, kurz ruhen lassen und auf ein Kuchengitter stürzen.

Auskühlen lassen und mit Staubzucker bestreuen.

Knusprige Laugenbrezen

Zutaten:

1/2 kg	Mehl	2 dag	Butter
1 Pkt.	Trockengerm		Mehl zum Ausrollen
	Salz		
1/8 l	Milch	1 EL	grobes Salz
1/8 l	Wasser		Backpapier

Zubereitung:

Mehl, Germ und Salz vermischen. Wasser und Milch erwärmen und darin die Butter auflösen. Diese Flüssigkeit zum Mehl gießen und verkneten. Den Teig 20 bis 30 Minuten gehen lassen, nochmals durchkneten und auf bemehlter Arbeitsfläche zu einer Rolle formen und diese in Stücke schneiden. Stücke ausrollen, Mittelteil dicker lassen, Brezen formen und wieder 10 Minuten zugedeckt gehen lassen. In einem weiten Topf Wasser mit Salz zum Kochen bringen, Brezen einzeln kurz ins Salzwasser geben. Wenn sie an die Oberfläche kommen, sofort herausnehmen, den Mittelteil mit einem scharfen Messer einritzen und mit grobem Salz bestreuen. Auf mit Backpapier ausgelegte Bleche legen und bei 200 ° C ca. 30 Minuten goldbraun backen. (Ins Rohr eine Tasse Wasser stellen.) Nach dem Backen auf einem Gitter auskühlen lassen.

Schokoladenkipfel

Zutaten:

14 dag	Mehl	1	Eidotter
4 dag	geriebene Schokolade	10 dag	Butter
		13 dag	Staubzucker
10 dag	Haselnüsse	1 Pkt.	Vanillezucker

Zubereitung:

Aus den Zutaten einen Mürbteig herstellen und rasten lassen. Eine Rolle formen, Stücke abschneiden und zu Kipfeln formen.

Bei 200 ° C etwa 10 Minuten backen.

(Eventuell mit Schokoladenglasur überziehen.)

Haferflockenkekse

Zutaten:

58 dag	Haferflocken	3	Eier
25 dag	Zucker	1/8 l	Sauerrahm
6 dag	Butter	1 Msp.	Naturvanille
5 g	Natron		

Zubereitung:

Die Haferflocken in einer Kaffeemühle zerkleinern und mit den übrigen Zutaten gut vermischen und rasten lassen.

Auf ein befettetes Blech kleine Häufchen setzen und bei ca. 150 ° C hellbraun backen.

Nußbrot

Zutaten:

28 dag	Zucker		Rosinen
8	Eier	14 dag	Mehl
20 dag	Nüsse	etwas	Vanillezucker
20 dag	geriebene Schokolade	etwas	Backpulver

Zubereitung:

Zucker und Eier schaumigrühren und die restlichen Zutaten dazugeben. Auf ein Backblech streichen und wie eine Biskuitrolle 10 Minuten bei 200 ° C backen.

Nach dem Erkalten eventuell Schokoladenglasur darüberträufeln und in Schnitten schneiden.

Tiroler Bauernzelten

Zutaten:

2 Kränze	Feigen	1/8 l	Rum
1/2 kg	Rosinen	1 EL	gemahlenes Brot-gewürz
1/4 kg	Haselnüsse		

Die Zutaten (Feigen schneiden) vermischen und über Nacht zugedeckt stehen lassen.

Zutaten für den Teig:

3/4 kg	Roggenmehl	1 1/2 Pkt.	Trockengerm
1/4 kg	Weizenmehl	3/4 - 1 l	lauwarmes Wasser
2 TL	Salz (schwach gehäuft)		

Milch, Mehl und Butter zum Bestreichen

Zubereitung:

Die Zutaten für den Teig vermischen und gut abschlagen. Etwas Mehl darüberstreuen, zudecken und ca. eine Stunde an einem warmen Ort gehen lassen. Die Früchtemischung gut unterkneten, zwei längliche Laibe formen und auf ein bemehltes Backblech legen. Etwas lauwarme Milch und etwas Mehl verrühren und damit die Laibe bestreichen. Mit einer Gabel öfters einstechen. Im vorgeheizten Rohr (150 bis 180 ° C) 45 bis 60 Minuten backen.

Mit zerlassener Butter bestreichen.

Ribiselschnitten

Zutaten für den Teig:

30 dag	Staubzucker	10 dag	Butter
1 Pkt.	Vanillezucker	1/2 kg	Mehl
6	Eidotter	1 Pkt.	Backpulver
6 EL	Wasser	1/8 l	Milch

Zutaten für den Belag:

6	Eiweiß	1 Prise	Salz
20 dag	Feinkristall-zucker	1 Pkt.	Vanillezucker
		30 dag	Ribisel

Zubereitung:

Für den Teig rührt man Zucker, Vanillezucker, Eidotter und Wasser schaumig und mengt nach und nach zerlassene Butter, mit Backpulver vermischtes Mehl und Milch ein. Man streicht den Teig fingerdick auf ein befettetes Blech und bäckt ihn 20 bis 25 Minuten bei 185 ° C.

Die Eiweiß werden mit einer Prise Salz zu einem steifen Schnee geschlagen, der Zucker löffelweise eingerührt und der Vanillezucker und die Ribisel dazugegeben. Man streicht diese Masse auf den Kuchen und bäckt ihn noch ca. 10 Minuten.

Eiweißtorte

Zutaten:

5	Eiweiß	2 dag	Mehl
1 Prise	Salz	2 dag	Nüsse
9 dag	Zucker	2 EL	heißes Wasser
9 dag	Schokolade	1 nußgroßes Stück Butter	

Fülle: Schlagrahm mit Preiselbeermarmelade vermischt

Zubereitung:

Schokolade und Butter erwärmen und mit dem Wasser glattrühren. Eiweiß und Salz zu festem Schnee schlagen, Zucker löffelweise einrühren und das Ganze mit der Schokoladenmasse vermischen. In eine mit Backpapier ausgelegte Tortenform füllen und bei 160 ° C eine Stunde backen. Ein Gefäß mit Wasser in das Backrohr stellen und die Backrohrtüre nicht öffnen!

Die Torte auskühlen lassen, mit dem Preiselbeer-Schlagrahm füllen und eventuell bestreichen.

Apfelkrapfen

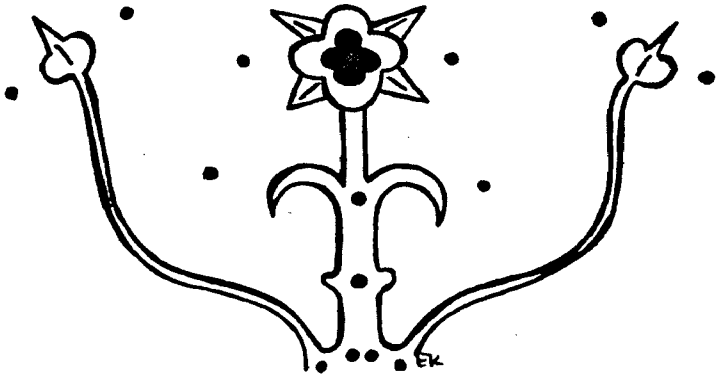
Zutaten:

1/2 kg	Äpfel	1 Prise	Salz
1/4 l	Milch	6 dag	Zucker
22 dag	Mehl		Zimt
2	Eier		

Zubereitung:

Milch, Mehl, Eier und Salz zu einem glatten Teig abschlagen. Die Kerngehäuse der Äpfel ausstechen, Äpfel in dünne Scheiben schneiden, in den Teig eintauchen und in heißem Fett schwimmend auf beiden Seiten lichtbraun herausbacken.

Die Krapfen mit Zimt und Zucker bestreuen und heiß servieren.



Weinschnitten

Zutaten:

25 dag	Zucker	1 TL	Backpulver
25 dag	Butter	1 TL	Vanillezucker
4	Eier	1 TL	Zimt
25 dag	Mehl	etwas	Kakao
10 dag	Schokoladen-streusel	1/8 l	Rotwein

Glasur: Wein mit Staubzucker verrühren.

Zubereitung:

Butter, Zucker, Eidotter und Vanillezucker schaumigrühren, langsam Wein zugeben, die übrigen Zutaten vorsichtig einrühren.

Bei 180 ° C ca. 50 Minuten backen.

Mit der Glasur bestreichen.

Ein neuer Freund ist wie neuer Wein;
laß ihn erst alt werden,
so wird er dir gut schmecken.

Sir 9, 10

Sacherschnitten mit Sauermilch

Zutaten:

25 dag	Butter	1 Pkt.	Backpulver
2 - 3 Tassen	Zucker	3 - 4	Rippen Koch-schokolade
1 Pkt.	Vanillezucker		
5	Eier	1/2 l	Sauermilch
3 1/2 Tassen	Mehl		säuerliche Marmelade

Zubereitung:

Butter, Zucker, Vanillezucker und 3 Eier sowie die erweichte Schokolade abtreiben. Das mit Backpulver vermischte Mehl, die 2 Eier und die Sauermilch (sie sollte nicht kalt sein) abwechselnd dazurühren und zu einem lockeren Teig vermengen.

Bei 175 ° C etwa eine halbe Stunde backen.

Noch heiß mit Marmelade und Schokoladenglasur bestreichen.

Negerschnitten

Zutaten:

5	Eier	1/8 l	Wasser
25 dag	Zucker	2 EL	Kakao
20 dag	Mehl	1 Prise	Salz
1/8 l	Öl	1/2 Pkt.	Backpulver

Zutaten für die Creme:

1 Pkt.	Vanillepudding	15 dag	Butter
2 EL	Zucker	10 dag	Staubzucker
1/4 l	Milch	1	Eidotter
2 EL	Rum		

(Diese Zutatenmenge ergibt eine dünne Cremeschicht. Wenn man eine dickere Cremeschicht haben möchte, kann man die Creme auch mit der doppelten Zutatenmenge zubereiten.)

Glasur: 11 dag Schokolade und 9 dag Butter erwärmen und glattrühren.

Zubereitung:

Eidotter, Zucker, Wasser und Öl (tropfenweise) schaumigrühren. Aus den Eiweiß einen festen Schnee schlagen und auf die Dottermasse geben. Mehl, Backpulver und Kakao darübersieben und vorsichtig unterheben. Den Teig auf ein bebuttertes und bemehltes Backblech streichen und bei 180 ° C etwa 50 bis 60 Minuten backen.

Den Vanillepudding (1/4 l Milch!) zubereiten und auskühlen lassen. Butter schaumigrühren, restliche Zutaten zufügen und Vanillepudding löffelweise unterheben. Die Creme auf den Blechkuchen streichen und mit Schokoladenglasur überziehen.

Schnecken

Zutaten für den Teig:

75 dag	Mehl		Salz
1/4 l	Milch	10 dag	Butter
4 dag	Germ	12 dag	Zucker
2	Eier		

Zutaten für die Fülle:

20 dag	Rosinen	1/2 TL	Zimt
4 dag	Zucker		

Glasur: 30 dag Zucker und 4 bis 6 EL Wasser glattgerührt

Zubereitung:

Aus allen Zutaten bereitet man einen ziemlich festen Germteig, läßt ihn gehen, walkt ihn zu zwei 1 cm dicken Platten aus. Diese bestreicht man mit der Fülle, rollt sie ein und schneidet die Rollen in fingerdicke Scheiben. Man legt die Scheiben auf ein bebuttertes und bemehltes Blech, läßt sie aufgehen und bäckt sie ca. 20 Minuten bei 175 ° C.

Dünn mit Glasur überziehen.

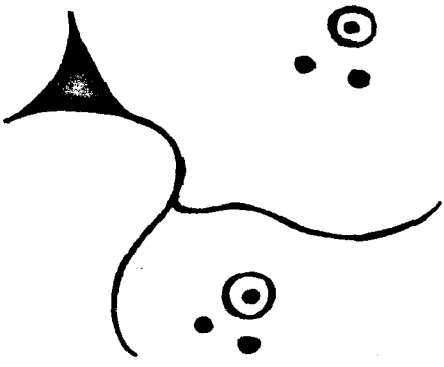
Orangenmakronen

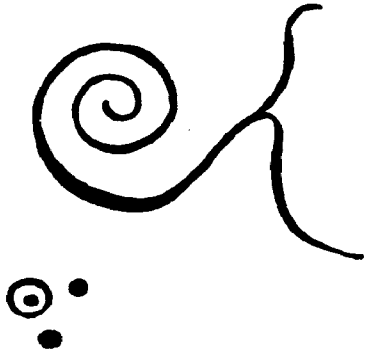
Zutaten:

3	Eiweiß	20 dag	Mandeln
20 dag	Zucker	5 dag	Semmelbrösel
1 Pkt.	Vanillezucker	1 Prise	Salz
1	Orange		

Zubereitung:

Eiweiß, Salz, Zucker und Vanillezucker im heißen Wasserbad rühren, bis die Masse steif ist. Die abgeriebene Schale der Orange und 3 EL Orangensaft dazugeben, weiterrühren, bis ein Messerschnitt in der Masse sichtbar bleibt. blättrig geschnittene Mandeln und Brösel darunterheben. Mit einem Teelöffel kleine Häufchen auf ein befettetes Blech setzen und bei 150 ° C eine halbe Stunde backen.





Muskaronerl

Zutaten:

14 dag	Staubzucker		Zitronensaft
2	Eidotter	2 EL	Brösel
14 dag	geriebene Mandeln		Rum
			runde Oblaten

Zubereitung:

Zucker und Eidotter schaumigrühren, Zitronensaft nach Geschmack, Mandeln und mit Rum getränkte Brösel beigeben, auf kleine Oblaten setzen und bei 150 ° C etwa eine halbe Stunde backen.

Kardinal Faulhaber kam bei einem Festessen neben Professor Einstein zu sitzen.
Einstein meinte: "Eminenz, was würden Sie sagen, wenn wir Mathematiker Ihnen rechnerisch einwandfrei beweisen würden, daß es keinen Gott gibt?"
Darauf der große Kardinal: "Ich würde in Geduld warten, bis Sie Ihren Rechenfehler gefunden haben."

P. Hans Wallhof, aus: ferment 5/6, 83

Dankowskytorte
(Festtagstorte)

Zutaten für den Teig:

7	Eidotter	7	Eiweiß
14 dag	Zucker	1 Prise	Salz
1 Pkt.	Vanillezucker	3 dag	Semmelbrösel
8 dag	Schokolade	14 dag	Haselnüsse

Zutaten für die Fülle:

21 dag	Zucker	14 dag	Haselnüsse
1/4 l	Milch	3 TL	Erdäpfelmehl
10 dag	Staubzucker	3	Eidotter
1 Pkt.	Vanillezucker		
21 dag	Butter		

Zubereitung:

Eiweiß und Salz zu festem Schnee schlagen.

Eidotter, Zucker und Vanillezucker schaumigrühren. Den Eischnee auf die Dottermasse geben, geriebene Schokolade, Brösel und gebräunte, geschälte und geriebene Haselnüsse dazumengen. In eine bebutterte und bemehlte Tortenform füllen und bei 190° C etwa 40 Minuten backen.

Auskühlen lassen und in 3 bis 4 Blätter schneiden.

Für die Fülle Haselnüsse bräunen, schälen und reiben. Zucker in einem Topf langsam zergehen und hellbraun werden lassen, die geriebenen Haselnüsse dazugeben. Auf einen befetteten Teller schütten und auskühlen lassen. In kleine Stücke brechen und im Mixer zerkleinern.

Milch, Staubzucker, Vanillezucker, Erdäpfelmehl und Eidotter über Dunst aufschlagen bis die Masse eindickt. Auskühlen lassen.

Butter schaumigrühren, Nuß- und Dottermasse untermischen. Die Kuchenblätter mit der Creme bestreichen und übereinanderlegen. Die Tortenoberfläche auch mit Creme bestreichen.

Die Torte sollte erst am nächsten Tag angeschnitten werden.

Buchweizentorte

Zutaten:

14 dag	Butter	18 dag	Mandeln
24 dag	Zucker	14 dag	Buchweizenmehl
4	Eier	5 g	Natron

Marmelade zum Füllen, Staubzucker zum Bestreuen

Zubereitung:

Butter flaumigrühren, Zucker und Eidotter abwechselnd beigeben. Geriebene Mandeln, Natron und die zu steifem Schnee geschlagenen Eiweiß unterheben. In eine bebutterte und bemehlte Tortenform füllen und bei 190 ° C 45 Minuten backen.

Die Torte auskühlen lassen, mit der Marmelade füllen und mit Staubzucker bestreuen.

Grammelkuchen

Zutaten:

25 dag	Grammeln	geriebene	Zitronenschale
30 dag	Mehl	12 dag	Zucker
1	Ei	10 dag	Marmelade
1/2 Pkt.	Backpulver	1	Eidotter zum Bestreichen
je 1 Msp.	Zimt, Nelken und Neugewürz		

Zubereitung:

Die faschierten Grammeln werden mit dem mit Backpulver vermengten Mehl abgebröselt und mit den übrigen Zutaten zu einem Teig geknetet. Rasten lassen. Mit 2/3 des Teiges eine Tortenform auslegen und mit Marmelade bestreichen. Aus dem restlichen Teig fingerdicke Streifen formen und diese gitterförmig über die Marmelade legen. Mit verquirltem Eidotter bestreichen und bei 195 ° C backen.

Apfelkuchen

Zutaten:

25 dag	Mehl	6 EL	Süßrahm
25 dag	Butter	4 gr.	Äpfel
25 dag	Zucker	1 Pkt.	Backpulver
12 dag	geriebene Haselnüsse	1 Pkt.	Vanillezucker
			Zimt
4	Eier		ger. Schokolade
1 Prise	Salz		

Zubereitung:

Butter, Zucker, Vanillezucker und Eidotter schaumigrühren. Die Eiweiß und das Salz zu einem steifen Schnee schlagen und auf die Dottermasse geben. Mit Mehl, Backpulver, Zimt, Schokolade und Haselnüssen unterheben. Zum Schluß die gehobelten Äpfel und den Rahm dazurühren. Die Masse in eine große, befettete und bemehlte Tortenform füllen, ins kalte Rohr stellen und bei 180 bis 200 ° C etwa eine Stunde backen.

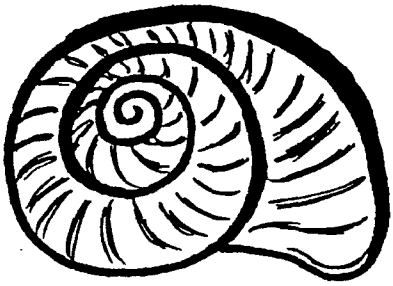
Grießkrapfen

Zutaten:

3/4 l	Milch	20 dag	Grieß
6 dag	Butter	2	Eier
4 dag	Zucker		
1 Prise	Salz	1 Ei, Marmelade, Brösel	

Zubereitung:

Milch, Butter, Zucker und Salz aufkochen, den Grieß langsam einrühren und 20 Minuten kochen. Den Brei auskühlen lassen, zwei Eier unterrühren und 1/2 cm dick auf ein feuchtes Brett streichen. Aus der erkalteten Masse kleine Scheiben ausstechen, in der Mitte mit etwas Marmelade belegen, mit einer zweiten Scheibe bedecken und am Rand zusammendrücken. Die Krapfen in verquirltes Ei tauchen, in Bröseln wenden und in heißem Fett schwimmend herausbacken.



Schlosserbuben

Zutaten:

25 dag	gedörrte Zwetschken	2	Eier
		1 Prise	Salz
1/10 l	Milch	4 dag	Zucker
10 dag	Mehl		

Zubereitung:

Die Zwetschken werden nicht ganz weichgekocht und zum Abtropfen auf ein Sieb gelegt.

Aus Milch, Mehl, Eiern und Salz einen Teig bereiten. Die Zwetschken in den Teig tauchen und in heißem Fett schwimmend herausbacken. Mit Zucker bestreuen.

(Es können auch frische Zwetschken verwendet werden. In diesem Fall ist es ratsam, die Kerne zu entfernen, weil die Zwetschken sonst innen nicht gar werden.)

Südtiroler Nußtorte

Zutaten:

14 dag	Butter	10 dag	Brösel
14 dag	Zucker	10 dag	Nüsse
5	Eier	8 dag	Schokolade

Zubereitung:

Butter und die Hälfte des Zuckers schaumigrühren, Eidotter langsam dazumischen. Aus den Eiweiß und dem restlichen Zucker einen steifen Schnee schlagen und mit den Bröseln, den geriebenen Nüssen und der geriebenen Schokolade unter die Dottermasse heben. In eine bebutterte und bemehlte Form füllen und bei 175 ° C etwa 40 Minuten backen.

Ischler Törtchen

Zutaten:

24 dag	Mehl	17 dag	Haselnüsse
14 dag	Zucker	1 Msp.	Zimt
24 dag	Butter	30 dag	Kuvertüre
1 Prise	Salz		

Zubereitung:

Aus Mehl, Zucker, Butter, Salz, Nüssen und Zimt einen Mürbteig bereiten, messerrückendick auswalken, runde Scheiben ausstechen und bei 200 ° C etwa 10 Minuten backen. Je zwei Scheiben mit geschmolzener Kuvertüre zusammensetzen und glacieren, mit einem Nußkern belegen.

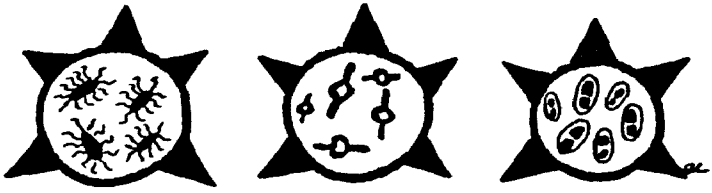
Non plus ultra

Zutaten:

30 dag	Mehl	3	Eier
25 dag	Butter	28 dag	Zucker
5 dag	Zucker	1 Prise	Salz
	Vanillezucker		Marmelade

Zubereitung:

Aus Mehl, sehr kalter Butter, 5 dag Zucker, Vanillezucker, Salz und Eidottern schnell einen Teig kneten und eine halbe Stunde im Kühlschrank rasten lassen. 1/2 cm dick ausrollen und kleine, runde Scheiben ausstechen. Eiweiß zu festem Schnee schlagen, mit 28 dag Zucker vermischen und von dieser Masse auf jede Scheibe ein Häufchen setzen. Etwa 10 bis 15 Minuten bei 190 ° C backen (Oberhitze schwächer als Unterhitze). Auskühlen lassen und je zwei Scheiben mit der Eiweißmasse nach außen mit der Marmelade behutsam zusammensetzen.



Linzerschnitten

Zutaten für den Teig:

42 dag	Butter	21 dag	Zucker
42 dag	Mehl	1 Prise	Salz
21 dag	geriebene Hasel- und Walnüsse		
	Marmelade zum Bestreichen		

Zutaten für die Glasur:

10 dag	Schokolade	1/8 l	Süßrahm

Zubereitung:

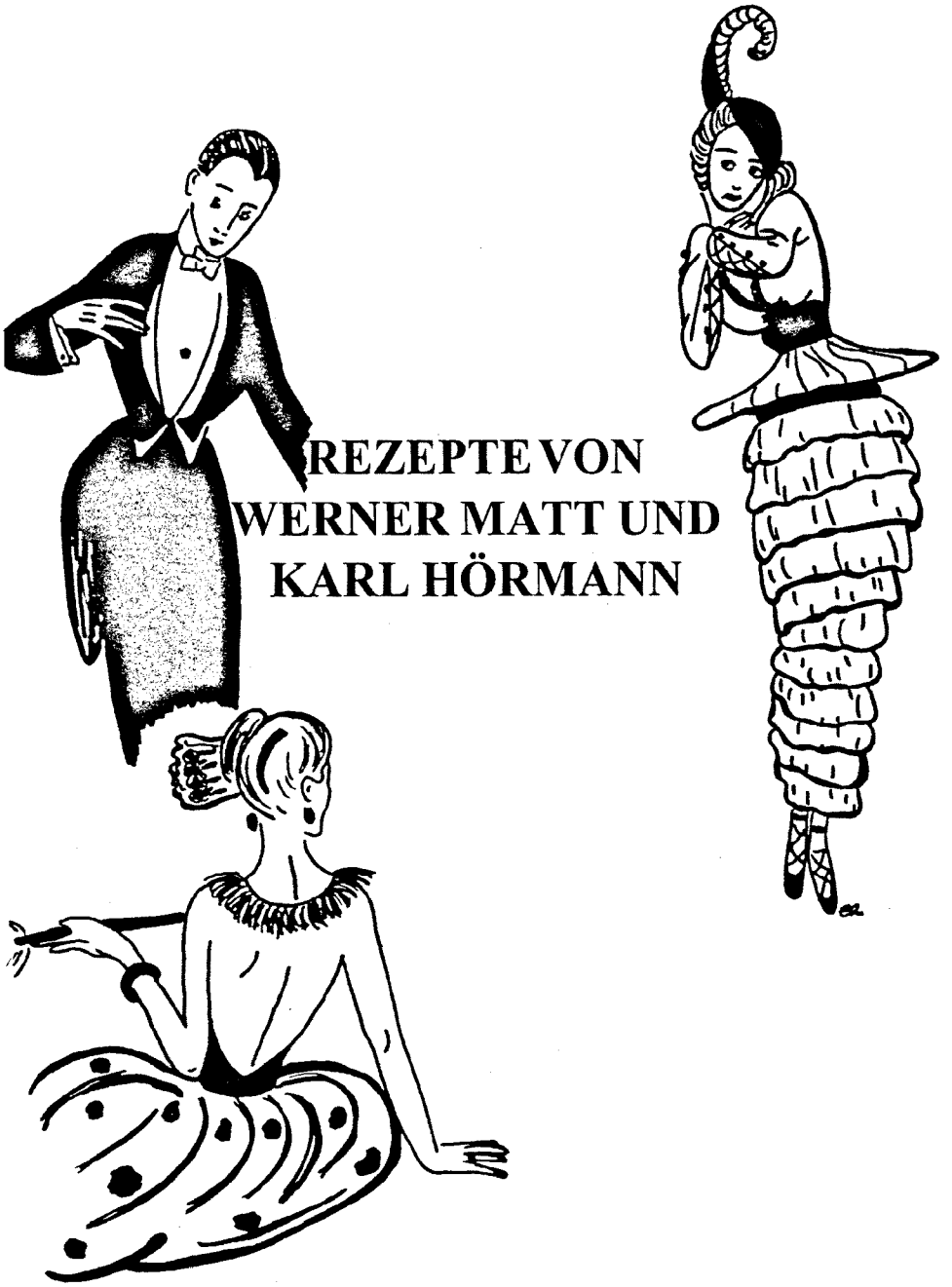
Die Zutaten zu einem Mürbteig verarbeiten und etwa eine Stunde im Kühlschrank rasten lassen. Den Teig ausrollen und ein befettetes Backblech damit belegen.

Bei 180 bis 200 ° C 15 Minuten backen. Auskühlen lassen, dünn mit Marmelade bestreichen, mit der Schokoladenglasur überziehen und in Stücke schneiden.

Für die Glasur die Schokolade im Rahm auflösen und kurz aufkochen.

Gott schenkt uns die Nüsse,
aber er knackt sie uns nicht auch noch auf.

Aus Rußland



REZEPTE VON WERNER MATT UND KARL HÖRMANN

Werner Matt:

Gazpacho - geeiste Tomaten-Paprika-Suppe

Zutaten für 6 Personen:

1 1/4 kg	weiche, reife Tomaten	1 Msp.	Kümmel (möglichst spanischer)
20 dag	geschälte Salatgurken	2 cl	Olivenöl
		4 dl	Tomatensaft
15 dag	rote und grüne Paprika	1 TL	Sherryessig (oder Weinessig)
5 dag	Zwiebel		Salz
1	Knoblauchzehe		Pfeffer aus der Mühle
1 Scheibe	Weißbrot ohne Rinde (ca. 6 dag)		

Zubereitung: Die Tomaten schälen und entkernen. Gurken und Paprika entkernen. Die grobe Haut der Paprika eventuell abziehen und mit der geschälten Zwiebel in kleine Stücke schneiden. Alles zusammen mit gehacktem Knoblauch, Weißbrot, Kümmel, Olivenöl, etwas Tomatensaft und dem Sherryessig einige Zeit marinieren. Alles in den Mixer geben, gut durchmixen, salzen und pfeffern, mit dem restlichen Tomatensaft und eventuell einem Spritzer kaltem Wasser auffüllen. Kaltstellen und in geeisten Tassen servieren. Die Suppe soll dicklich sein.

Als Einlage kann man gewürfelte Gurken, Paprika oder angeröstete, kleine Weißbrotwürfel verwenden. Ist die Suppe zu wenig scharf, gibt man ein paar Tropfen Tabasco oder Cayennepfeffer dazu.

Werner Matt:

Schweinsmedaillons im Wirsingbett mit Roquefortsauce

Zutaten für 6 Personen:

4	Schweinsfilets (à ca. 24 dag) oder
24 kl.	Stücke vom Schnitzelfleisch
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
6 cl	Olivenöl
40 g	Butter
6	Tomaten
20 g	Schalotten
4	Salbeiblätter
	Roquefortsauce (Rezept folgt)
	Wirsingkohl (Rezept folgt)

Zubereitung:

Die Schweinsfiltes schneidet man in 24 Medaillons (à ca. 40 g). Mit Salz und Pfeffer würzen und in Olivenöl und wenig Butter auf beiden Seiten anbraten. Aus den Tomaten bereitet man Tomates concassées (Tomaten kurz überbrühen, kalt abschrecken, die Haut abziehen und die Tomaten vierteln; Kerne herausnehmen und Fruchtfleisch in Würfel schneiden). Die geschnittenen Schalotten in der restlichen Butter anziehen lassen, die Tomates concassées und den gehackten Salbei dazugeben und abschmecken. Die Medaillons auf eine feuerfeste Platte legen, mit den Tomatenwürfeln bedecken, mit der Roquefortsauce überziehen und im Rohr bei starker Oberhitze überbacken.

Den Wirsingkohl auf Tellern anrichten, die Schweinsfilets darauflegen und servieren.

Anstelle von Schweinsfilets können auch Kotelettes verwendet werden.

Roquefortsauce

Zutaten:

8 cl	Weißwein	Salz und Pfeffer aus
2 dl	Rindssuppe	der Mühle
15 cl	Obers	Saft von 1/2 Zitrone
1 EL	Stärkemehl	1 EL Schlagobers
80 g	Roquefort-Käse	

Zubereitung:

Weißwein und Bouillon einkochen, das Obers dazugeben und reduzieren, bis eine sämige Konsistenz erreicht ist. Das Stärkemehl mit etwas kaltem Wasser anrühren und in die kochende Sauce geben. Die Sauce vom Herd nehmen, den Roquefort durch ein Haarsieb streichen, in die Sauce geben und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Nicht mehr kochen lassen. Zum Schluß das Schlagobers darunterziehen.

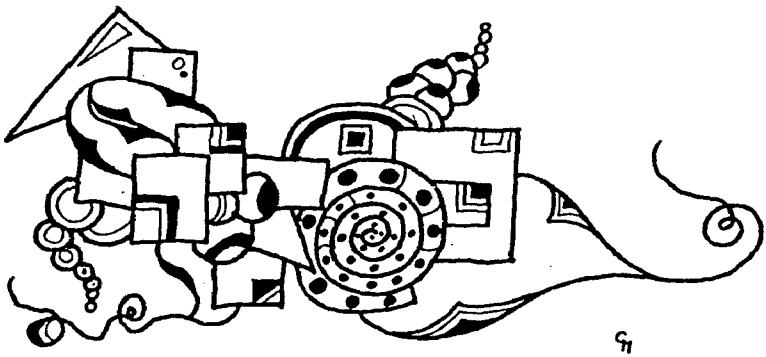
Wirsingkohl

Zutaten:

1	Wirsingkohl	Salz und Pfeffer aus
1 dl	Rindssuppe	der Mühle
1 dl	Obers	

Zubereitung:

Den Wirsingkohl vierteln und den Strunk herausnehmen. Die Blätter in drei Zentimeter große Quadrate schneiden und in Salzwasser kurz kochen. Die Bouillon läßt man einkochen, gibt das Obers dazu und reduziert auf eine sämige Konsistenz. Die ausgedrückten Wirsingblätter dazugeben, kurz durchschwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Werner Matt:

Kalbsmedaillons mit Zitronenmelisse, Estragon, Kerbel und Gemüse der Saison

Zutaten für 6 Personen:

1 kg	Kalbfleisch vom Filet (vom Rücken oder von der Nuß)	20 dag	Brokkoli
		4 dag	Butter für das Gemüse
70 g	Butter		Kräuter-sauce (Re-zept folgt)
20 dag	Kohlrabi		
20 dag	Karotten		

Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Das Fleisch wird pariert (von Haut und Fett befreit) und in zwölf kleine Stücke zu je ca. 80 Gramm geschnitten. Salzen, pfeffern und in Butter langsam auf den Punkt braten.

Das Gemüse putzen, waschen und in beliebige Stükke schneiden oder teilen. Kohlrabi, Karotten und Brokkoli separat in Butter mit etwas Flüssigkeit glacieren, salzen und pfeffern. (Je nach Saison können natürlich auch Karfiol, Spargel, Schwarzwurzeln oder anderes Gemüse verwendet werden.)

Die Medaillons auf Tellern anrichten, rundherum das Gemüse verteilen und die Kräutersauce über das Fleisch nappieren.

Kräutersauce

Zutaten:

30 g	Schalotten	1 EL	Estragon
1 dl	Rindssuppe	1 EL	Zitronenmelisse
2 dl	Obers		Salz und Pfeffer aus der Mühle
1 dl	trockener Weißwein	1	Spritzer Zitronensaft
30 g	Butter	2 EL	geschlagenes Obers
1 EL	Kerbel		

Zubereitung:

Die geschnittenen Schalotten mit Bouillon zur Hälfte einkochen. Mit Obers auffüllen und reduzieren, bis die Sauce eine cremige Konsistenz bekommt. Dann den Weißwein dazugeben. Vorsicht - nicht zu lange kochen, da sonst die Sauce gerinnt.

Man gibt die Sauce in den Mixer, montiert mit einigen kalten Butterflocken und mengt die gehackten Kräuter bei. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und das Schlagobers darunterziehen.

Werner Matt:

Lauchkuchen

Zutaten für 12 Personen:

20 g	Schalotten		Salz und Pfeffer aus der Mühle
25 dag	Lauch (nur die weißen Teile)	20 dag	Mürbteig (Rezept folgt)
20 g	Butter		Eierguß (Rezept folgt)

Zubereitung:

Schalotten und Lauch in Scheiben schneiden, in Butter gut anschwitzen lassen, salzen und pfeffern. Auf ein Sieb geben, das Fett abtropfen lassen und kaltstellen.

Eine niedrige, befettete Tortenform (Durchmesser 23 Zentimeter) wird mit Mürbteig, der zwei Millimeter dick ausgerollt ist, so ausgelegt, daß der Rand drei Zentimeter hoch mit Teig bedeckt ist. Mit einer Gabel den Teigboden stupfen. Lauch und Schalotten gleichmäßig darüber verteilen und den gewürzten Eierguß eingießen.

Bei ca. 190 ° C 20 bis 25 Minuten backen. Mehr Unterhitze einschalten, damit der Teigboden gut durch ist.

Den Kuchen etwas rasten lassen und in beliebige Portionen schneiden.

Mürbteig

Zutaten:

50 g	Butter	1	Eidotter
75 g	Mehl		Salz
25 g	Staubzucker		Vanillezucker

Zubereitung:

Die Butter mit den restlichen Zutaten rasch zu einem Teig verarbeiten und danach 30 Minuten rasten lassen.

Eierguß

Zutaten:

1/4 l	Obers	4	Eier
1/4 l	Milch		Salz, Pfeffer, Muskatnuß

Zubereitung:

Das Obers mit der Milch und den restlichen Zutaten vermengen und durch ein Haarsieb seihen.

Werner Matt:

Palatschinkentorte mit karamelisierten Birnen

Zutaten für 6 Personen:

75 dag	Birnen	15 dag	Butter
10 dag	Staubzucker		

Zutaten für den Teig:

3	Eier	1 Prise	Salz
3 dl	Milch	1 TL	Vanillezucker
20 dag	Mehl		Früchte oder Fruchtmark nach Belieben als Garnitur
50 g	geklärte Butter (zerlassen und abgeschöpft)		

Zubereitung:

Birnen schälen, entkernen und in 5 Millimeter dicke Scheiben schneiden. Birnenscheiben mit Staubzucker auf beiden Seiten anzuckern und in einer Pfanne mit heißer Butter karamelisieren.

Eier, Milch, Mehl, geklärte Butter, Salz und Vanillezucker gut verrühren und daraus 5 dünne Palatschinken goldgelb backen. Eine Palatschinke auf einen großen Teller legen und warme, karamelisierte Birnenscheiben daraufsetzen. Diesen Vorgang viermal wiederholen.

Obenauf eine Palatschinke als Deckblatt geben und die Torte in sechs Teile schneiden. Mit einer Schablone beliebige Muster aus Staubzucker aufsieben.

Tip: Die geklärte Butter vermindert das Klebenbleiben der Palatschinken in der Pfanne.

Werner Matt:

Gemüsestrudel mit Kräutersauce

Zutaten für 6 Personen:

20 dag	Kohlrabi	8 dl	Obers
20 dag	Karotten	2	Eier
10 dag	Zucchini	10 dag	Strudelblätter
20 dag	Broccoli	60 g	Schalotten
20 dag	Karfiol	1 dl	heller Kalbsfond
	Salz		oder Rindssuppe
10 dag	Butter	1 dl	trockener Weiß-
20 g	Stangensellerie		wein
20 g	Lauch		Kerbel, Estragon,
	Pfeffer		Zitronenmelisse

Zubereitung:

Kohlrabi, Karotten und Zucchini waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Broccoli und Karfiol waschen, putzen und in Rosen zerteilen. Gemüse einzeln in etwas Salzwasser und etwas Butter kochen (vom Kohlrabi, den Karotten und dem Karfiol jeweils 20 Gramm aufsparen und nicht kochen), abseihen und auskühlen lassen.

Stangensellerie und Lauch waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Lauch in 20 Gramm Butter schwenken. Stangensellerie und aufgespartes Gemüse zum Lauch in die Kasserolle geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. 30 Gramm Butter schmelzen. Strudelteig auf einem Tuch ausbreiten und mit etwas Butter bestreichen. Gemüsemasse auf einem Viertel des Strudelteiges aufstreichen, Strudel einrollen, auf ein Backblech setzen und mit restlicher Butter bestreichen. Strudel im Rohr bei 180° C 40 Minuten backen.

Schalotten fein hacken, mit der Bouillon aufgießen und die Flüssigkeit auf die Hälfte der ursprünglichen Menge einkochen. 2 dl Obers unter die Sauce ziehen und einkochen. Wein einkochen und in die Sauce einrühren. Sauce im Mixer pürieren, restliche Butter kalt und stückchenweise einrühren. Kerbel, Estragon und Zitronenmelisse waschen, fein hacken und in die Sauce rühren. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restliches Obers steifschlagen und unter die Sauce ziehen.

Gemüsestrudel in Scheiben schneiden und mit Sauce servieren.

Werner Matt:

Topfenauflauf

Zutaten für 6 Personen:

125 g	Topfen (10 - 20 %ig)	1 Prise	Salz
			Schale von 1/2 Zitrone
60 g	Zucker		
10 g	Weizenmehl	14 cl	Milch
10 g	Trockenmilch-pulver	1	Eiweiß
		30 g	Zucker
1	Eidotter		Marillenkompott (Rezept folgt)
20 g	Vanillezucker		

Zubereitung:

Topfen, Zucker, Weizenmehl, Trockenmilchpulver, Eidotter, Vanillezucker, Salz und Zitronenschale werden mit der Milch glattgerührt. Das Eiweiß mit dem Zucker zu Schnee schlagen und mit der weichgerührten Topfenmasse vermengen.

Sechs Förmchen mit Butter bestreichen und mit Staubzucker bestauben. Die Masse bis fingerbreit unter den Rand einfüllen und den Auflauf im Wasserbad bei 180 ° C zirka 20 Minuten im Backofen garen.

Den fertigen Auflauf stürzen und mit Marillenkompott als Beilage servieren.

Marillenkompott

Zutaten:

1/2 kg	Marillen	12 dag	Zucker
1/4 l	Wasser		

Zubereitung:

Die Marillen entkernen und jede in acht gleiche Teile schneiden. In Wasser und Zucker weichkochen. Danach ein Drittel der Marillen pürieren, mit dem restlichen Kompott vermischen und kaltstellen.

Werner Matt:

Beeren der Saison in Blätterkrokant

Zutaten für 6 Personen:

10 dag	Studelblätter		Staubzucker
5 cl	Öl	1/2	Zitrone
18 dag	Waldbeeren	4 dl	Obers
	oder Erdbeeren	18 dag	Beeren
50 g	Joghurt	20 g	Beerenmark

Zubereitung:

Vom ausgelegten Strudelteig 30 Blättchen mit einem Durchmesser von ca. 8 Zentimetern ausstechen. Backblech mit etwas Öl bestreichen. Blättchen auf das Backblech setzen; mit restlichem Öl bepinseln und im vorgeheizten Rohr bei 180 ° C 3 Minuten backen. Blättchen vom Blech lösen, auf einem saugfähigen Küchentuch abtupfen und auskühlen lassen. (Blättchen nicht in den Kühlschrank stellen, sonst verlieren sie an Knusprigkeit.)

Waldbeeren waschen, putzen und im Mixer pürieren. Joghurt, 70 Gramm Staubzucker und Zitronensaft kräftig unter das Waldbeerenpüree rühren. Sahne steif schlagen und unter die Creme ziehen. Beeren waschen, putzen und wenn nötig etwas zerkleinern.

Joghurtcreme in einen Spritzsack füllen. Jeweils einen kleinen Klecks auf 6 Teller spritzen und ein Teigblättchen daraufsetzen (durch den Cremeklecks kann das Blättchen nicht mehr verrutschen). Blättchen mit 1 EL Creme bestreichen. Einige Beeren auf der Creme verteilen. Wieder je ein Blättchen auf die Beeren setzen, mit Creme bestreichen und mit Beeren dekorieren. Blättchen, Creme und Beeren darüberschichten, mit einem Teigblättchen abschließen.

Dessert mit Staubzucker bestreuen, mit Beerenmark dekorieren und servieren ("Beeren in Blätterkrokant" erst unmittelbar vor dem Servieren zubereiten, da sich ansonsten die Teigblättchen mit Flüssigkeit ansaugen; neben verschiedensten Beeren eignen sich auch Pfirsiche, Mangos, Kiwis, Kirschen oder Weichseln für dieses Gericht).

Werner Matt:

Weichselparfait im Baumkuchen mit Früchtemark

Zutaten für 12 Personen:

13 dag	Butter	4	Eiweiß
60 g	Staubzucker	60 g	Kristallzucker
4	Eidotter	50 g	Mehl
90 g	Marzipan	50 g	Weizenpuder
	Vanillezucker	2 g	Backpulver
	Zitronenschale (ungespritzt)		

Parfait

Zutaten:

2	Eier	30 dag	Himbeeren
2	Eidotter	2	Mangos
80 g	Kristallzucker		Zucker und Zitronensaft
4 dl	Obers		
4 cl	Kirschwassser (Weichselbrand)		Weichseln in Weichselbrand (Kirschwasser) eingelegt
10 dag	Weichselpüree		
4	Kiwis		

Zubereitung:

Rühren Sie Butter, Staubzucker, Eidotter, Marzipan,

Vanillezucker und die geriebene Zitronenschale schaumig.

Schlagen Sie das Eiweiß mit Zucker zu Schnee und heben Sie ihn vorsichtig unter die schaumig gerührte Masse. Melieren Sie anschließend Mehl, Weizenpuder und Backpulver ein.

Heizen Sie das Backrohr auf 250 ° C (Thermostat Stufe 8 bis 9) vor, verwenden Sie, wenn möglich, nur Oberhitze.

Legen Sie eine 3 bis 4 Zentimeter hohe Wanne mit Butterpapier aus. Streichen Sie einen kleinen Teil der Masse dünn auf und backen sie diese erste Schicht goldgelb, streichen Sie auf den noch heißen Kuchen die nächste Schicht auf und backen Sie sie ebenfalls. Wiederholen Sie diesen Vorgang bis die gesamte Masse aufgebraucht ist. Lassen Sie den fertigen Baumkuchen auskühlen und schneiden Sie ihn dann in 6 Millimeter dicke Streifen. Legen Sie mit diesen Schnitten eine Rehrückenform aus.

Schlagen Sie die Eier, das Eigelb und den Zucker über Dunst im Kessel lauwarm auf und schlagen Sie danach wieder kalt weiter. Vermischen Sie den geschlagenen Obers, den Weichselbrand und das Weichselpüree mit der kalt geschlagenen Ei-Zucker-Masse. Füllen Sie die Parfaitmasse in die ausgelegte Rehrückenform, decken Sie sie mit den restlichen Baumkuchenschnitten ab und frieren Sie das Ganze rasch ein.

Schälen Sie die Früchte, pürieren Sie sie mit dem Stabmixer, schmecken Sie mit Zucker und Zitronensaft ab, richten Sie das Früchtemark mit je einer Schnitte des Weichselbaumkuchenparfaits auf gekühlten Tellern an und garnieren Sie mit eingelegten Weichseln mit Stiel (oder mit frischen Weichseln).

Werner Matt:

Pfannkuchen mit Beeren

Zutaten für 6 Personen:

90 g	Mehl	80 g	Butter zum Backen
9 cl	Obers		
3	Eidotter	30 dag	gemischte Beeren
1 Prise	Salz		Vanillesauce (Rezept folgt)
10 g	Vanillezucker		
4	Eiweiß		Staubzucker zum Bestreuen

Zubereitung:

Mehl, Obers, Eidotter, Salz und Vanillezucker gut vermischen. Die Eiweiß zu Schnee schlagen und in die Masse einrühren. Die Butter wird in einer Pfanne erhitzt, einige gewaschene Beeren werden hineingelegt und mit einem Sechstel des Teiges übergossen. Wenn die Unterseite leicht gebräunt ist, den Pfannkuchen wenden und fertigbacken. Sind alle Pfannkuchen gebacken, gießt man die Vanillesauce in tiefe Teller ein und belegt sie mit den warmen Pfannkuchen. Die restlichen Beeren werden darauf verteilt und mit Staubzucker bestreut.

Die Vanillesauce kann warm oder kalt serviert werden. Unter kalte Vanillesauce kann man drei Eßlöffel geschlagenes Obers ziehen. Als Beeren eignen sich Walderdbeeren, Heidelbeeren, Ribisel und Himbeeren besonders gut.

Vanillesauce

Zutaten:

20 g	Cremepulver	60 g	Zucker
1/4 l	Milch	1	Vanillestange

Zubereitung:

4 EL Milch mit dem Cremepulver glattrühren. Die Milch mit der, der Länge nach halbierten Vanillestange aufkochen lassen und den Zucker beigeben. Die Vanillestange herausnehmen und das Mark mit einem Messer abschaben und der Milch beifügen. Das glattgerührte Cremepulver der Milch beigeben und unter ständigem Rühren einmal aufkochen lassen.

Karl Hörmann:

Frische Tomatensuppe mit Topfen-Nocken

(für 6 Personen)

Zutaten für die Suppe:

25 g	Schinkenspeck	1	Lorbeerblatt
1	Zwiebel	1	Gewürznelke
1 kl.	Karotte	1	Salbeiblatt
1 Stk.	Sellerie	2	Rosmarinnadeln
1 kg	frische, vollreife Tomaten	10 dag	Tomatenmark
		1 l	Geflügelsuppe
1 kl.	Knoblauchzehe (ungeschält)		Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle
1 kl.	Thymianzweig		
		8 - 10 Stk.	Würfelzucker

Zutaten für die Topfen-Nocken:

35 g	Butter	2 g	Estragon oder Basilikum
3	Eidotter		
45 g	geriebenes Weißbrot ohne Rinde		Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle, Muskat
135 g	Topfen		

Vorbereitung:

Tomatensuppe: Den Schinkenspeck sehr fein hakken. Die Zwiebel schälen und zusammen mit der Karotte und Sellerie in kleine Würfel schneiden. Tomaten waschen, Strünke herausschneiden, an der Oberseite kreuzweise einschneiden und in kochendem Wasser einige Sekunden aufwallen lassen, dann sofort in Eiswasser abkühlen. Enthäuten, in je 4 Teile schneiden und die Kerne entfernen.

Topfen-Nocken: Die Butter mit den Eidottern schaumigrühren und dann alle anderen Zutaten dazugeben. Die Masse muß nun mindestens 3 Stunden ruhen.

Zubereitung:

Tomatensuppe: Den feingehackten Schinkenspeck auslassen und sämtliche Gemüsesorten und Gewürze darin ohne Farbe anschwitzen. Das Tomatenmark dazugeben und 10 Minuten langsam dünsten. Dann die frischen Tomaten dazugeben, mit der Geflügelsuppe auffüllen und die Suppe etwa 35 Minuten langsam kochen. Anschließend wird sie durch ein feines Spitzsieb passiert und heiß gerührt, bevor man sie mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmeckt.

Topfen-Nocken: Von der vorbereiteten Masse mit zwei Eßlöffeln Nocken abstechen oder zwischen den Handflächen Kugeln formen und in leicht gesalzenem Wasser 10 Minuten garziehen lassen.

Anrichten:

Die heiße Suppe in Suppentellern servieren und mit je einer Topfen-Nocke garnieren.

Es gibt für den Menschen nichts Besseres
als zu essen und zu trinken
und es sich wohl sein zu lassen
bei seiner Mühe.
Denn auch dieses, habe ich eingesehen,
kommt von Gottes Hand.

Koh 2,24

Register

(innerhalb der Kapitel alphabetisch geordnet)

Vorwort I

Hinweise zum Gebrauch unseres Kochbuches III

Kochrezepte aus biblischen Zeiten 1

Apfelwein, würziger 14
Dattelkuchen 9
Eier in Sauerrahm 12
Ezechiel-Brot 10
Fisch, gegrillt, mit Wabenhonig 17
Gemüseauflauf, Anatolischer 23
Ichthys 19
Joghurt 6
Lammspießchen aus Cilicien 22
Omelette aus Bethanien mit Gemüse 20
Rindfleischtopf "Engedi" 4
Zitronenwaffeln 8

Eingelegtes, Salate, Aufstriche 25

Bohnensalat, bunter 32
Brotaufstrich, pikanter 42
Eiersalat 33
Erdäpfelaufstrich 41
Erdäpfel mit Mayonnaise 40
Geflügelsalat 32
Gemüseaufstrich 43
Hafersalat 38
Heringssalat 37
Insalata mista mit Sauce Vinaigrette 34
Karfiol-Paradeis-Salat 35
Käseaufstrich 44
Käseaufstrich, bunter 45
Knoblauchbrot 39
Knoblauch, eingelegter 28
Kräuteraufstrich 43
Kümmelaufstrich 44
Liptauer-Brotaufstrich 42
Nudelsalat 37
Paprikasalat, eingelegter 27
Perlzwiebeln, eingelegte 29
Rohkost 30
Rohnensalat 36
Sauerkrautsalat, pikanter 31
Topfenkäse 41

Suppen 49

Biersuppe 73
Brezensuppe 72
Broccoli-Rahm-Suppe 52
Bröselknödel (Suppeneinlage) 76

Brotsuppe 60
Eierstich (Suppeneinlage) 74
Erbsensuppe 57
Erdäpfelcremesuppe 66
Erdäpfelsuppe mit Lauch 69
Fenchel-Rahm-Suppe 60
Fleischsuppe, klare 74
Gemüsecremesuppe, grüne 59
Gemüsesuppe, klare 51
Goldwürfel (Suppeneinlage) 76
Gulaschsuppe 56
Haferflockensuppe 70
Karfiolcremesuppe 68
Karfiol-Rahm-Suppe 54
Karottencremesuppe 66
Klachelsuppe, Steirische 71
Lauch-Erdäpfel-Suppe 65
Lauchsuppe, feine 55
Mitternachtssuppe, feurige 62
Reibele (Suppeneinlage) 75
Weinsuppe, Terlaner 72
Weinsuppe, weiße 52
Zuppa Pavese 64
Zwiebelsuppe 63
Zwiebelsuppe, Französische 64
Zwiebelsuppe mit Kräutern 58

Hausmannskost 79

Blattln 133
Blattln, Tiroler 100
Buchweizennocken mit Käsesauce 110
Dinkellaibchen mit Käsesauce 104
Dunstkoch, Tiroler 127
Emmentalerkuchen 130
Erdäpfelgratin 126
Erdäpfelgulasch 120
Erdäpfel-Käse-Auflauf 132
Erdäpfelknödel 90
Erdäpfellaibchen 82
Erdäpfelpaunzen 94
Erdäpfelsalat mit Thunfisch 118
Erdäpfelwirler 94
Fenchel mit Paradeisern 109
Fleischstrudel 84
Gemüseauflauf 105
Gemüsestrudel 122
Gorgonzola-Rahm-Spaghetti 126
Grammelstrudel 111
Grießknödel 108
Gröstl, Tiroler 97
Grünkernknödel 99
Gulasch, Pickelsteiner 83
Käseschnitten, gebratene 108
Kasknödel 107
Kasnudeln, Kärntner 98
Kasspatzln 96
Kirchtagskrapfen, Kemater 100

Knödel, Böhmische 119
Krapfen 113
Krautstrudel 121
Krensauce 87
Makkaroni mit Pilzen 89
Melchermuas 117
Porree-Schinken-Rollen mit Champignonsauce 112
Reisplatte, Italienische 125
Sarmen 115
Sauerkraut, gestürztes 114
Sauerkrautkuchen 128
Schinken-Käse-Torte 91
Schlutzkrapfen 86
Schnittnudeln mit Bauerntopfen 81
Semmeln, gefüllte 88
Speckknödel, Tiroler 93
Spinatknödel 106
Spinatspätzln mit Weißwein-Rahm-Sauce 124
Spinattoast 92
Topfenlaibchen mit Kräutern 90
Topfennockelen 118
Töpsi-Krummbirn 116
Vollkorn-Semmelschmarren 129
Vollwert-Preßknödel 131
Zucchinifrittata 102
Zucchini mit Schafskäse 95
Zucchinipuffer 103
Zwiebeltoast 88

Fisch- und Fleischspeisen 135

Bauernbratl 145
Bauernschmaus 146
Blutwürste 153
Fächerbraten 141
Fischfilet, gebackenes 138
Fleischpudding 152
Hausschnitzel 138
Herz, gedünstetes 150
Hochzeitsschnitzel, Burgenländisches 139
Hühnerkeulen, Montafoner 137
Hühnerteile in würziger Sauce 154
Lammpörkölt 151
Leber in Rahmsauce 152
Lungenbraten 149
Rindsrouladen 148
Schweinsbauch, gefüllter 143
Schweinslungenbraten im Teig 140
Schweinsmedaillons mit Gorgonzolasauce 142
Schweinsrouladen mit Schinken gefüllt 144
Sellerieschnitzel 147

Mehlspeisen 155

Apfel-Brot-Auflauf 162
Apfelstrudel aus Topfenteig 172
Buchteln, Böhmische 179
Dampfnudeln 178
Germknödel 160

Heidenauflauf 170
Hirseauflauf, süßer 176
Holermandl 177
Holunderstrauben 174
Kaiserschmarren 177
Kirchtagskrapfen, Unterperfer 163
Krapfen, Kemater 180
Krapfen, Stubaier 166
Mohnnudeln 173
Mondelen 158
Obstknödel 175
Powidltascherln 167
Reisauflauf mit Äpfeln 168
Schmalz, Nuies 161
Schwarzbeerkrapfen 169
Schwarzbeernocken 174
Schwarzbeerriebler 171
Strauben 170
Topfen-Apfel-Auflauf 166
Topfengrieter 158
Topfenscheiterhaufen 157
Topfentascherl 164
Weinnudeln, Tiroler 159
Ziachkiachl 165

Sonstiges 181

Beerensirup 186
Bratäpfel 187
Charlotte mit Schokoladencreme 192
Diplomatencharlotte 194
Eierlikör 188
Frischkornbrei 196
Holunderlikör 190
Holundersekt 190
Holundersirup 185
Kaffeelikör 188
Löwenzahnhonig 191
Mousse au chocolat 192
Orangenmarmelade 183
Orangensirup 185
Schokoladenlikör 189
Zwetschken in Essig und Rotwein 184

Bäckereien 197

Apfelbrot 209
Apfelkrapfen 217
Apfelkuchen 228
Bauernzelten, Tiroler 214
Brottorte 206
Buchweizentorte 226
Dankowskytorte 224
Eierlikörkuchen 201
Eiweißtorte 216
Fochazbrot, Tiroler 208
Grammelkuchen 227
Grießkrapfen 229
Haferflockenkekse 212
Laugenbrezen, knusprige 211

Linzerschnitten 233
Mandeltorte 204
Mohnkuchen 203
Mohnkuchen 199
Mohn- oder Nußkuchen 202
Muskaronerl 223
Müslikuchen 210
Negerschnitten 220
Non plus ultra 232
Nußbrot 213
Nußtorte, Südtiroler 230
Orangenmakronen 222
Ribiselschnitten 215
Sacherschnitten mit Sauermilch 219
Sauerrahmkuchen 202
Schlosserbuben 230
Schnecken 221
Schokoladenkipfel 212
Topfen-Marillen-Torte 205
Topfentorte 200
Törtchen, Ischler 231
Weinschnitten 218
Zucchinitorte 207

Rezepte von Werner Matt und Karl Hörmann 235

Beeren der Saison in Blätterkrokant 250
Gazpacho - geeiste Tomaten-Paprika-Suppe 237
Gemüsestrudel mit Kräutersauce 246
Kalbsmedaillons mit Zitronenmelisse, Estragon, Kerbel und Gemüse der Saison 241
Lauchkuchen 243
Palatschinkentorte mit karamelisierten Birnen 245
Pfannkuchen mit Beeren 254
Frische Tomatensuppe mit Topfen-Nocken 256
Schweinsmedaillons im Wirsingbett mit Roquefortsauce 238
Topfenauflauf 248
Weichselparfait im Baumkuchen mit Früchtemark 252