

Linzertorte

eine nussig-süße Torte,
perfekt für die Winterzeit



Zutaten:

400 g gemahlene Haselnüsse
200 g Brösel
100 g Mehl
200 g Staubzucker
200 g Butter
3 ganze Eier
1 Eidotter
etwas Vanillezucker
etwas gemahlener Zimt
etwas gemahlene Nelken
etwas Backpulver
Preiselbeermarmelade
etwas Butter zum Ausfetten der Springform
etwas Mehl zum Bestäuben der Springform

Zubereitung:

Die zimmerwarme Butter mit Staubzucker, Vanillezucker, gemahlenem Zimt und gemahlenem Nelkenpulver schaumig rühren. Nun die drei ganzen Eier sowie den Dotter unterrühren. Im nächsten Schritt die gemahlene Haselnüsse, die Brösel, das Mehl und das Backpulver in die Butter-Ei-Masse einrühren. Die Springform mit etwas Butter ausfetten, mit Mehl bestäuben und die Hälfte des Teiges in die Form füllen. Anschließend den Teig mit Preiselbeermarmelade bestreichen. Im letzten Schritt den restlichen Teig in einen Spritzsack füllen und in Form eines Gitters auf die Preiselbeerschicht aufspritzen. Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad für ca. eine Stunde backen.

Viel Spaß und gutes Gelingen!

Dinkel-Rüben-Risotto

ein Risotto, das Sie so schnell nicht wieder vergessen werden.



Zutaten für 4 Personen/Portionen:

500 g gekochte Rote Rüben
300 g Dinkelreis
4 EL Olivenöl
2-3 Schalotten
100 ml Rotwein
jeweils 500 ml Gemüsefond und Rote-
Rüben-Saft
50 g Hefeflocken
Salz, Pfeffer, gemahlener Kümmel, Kerbel

Zubereitung:

Die Roten Rüben in grobe und die Schalotten in feine Würfel schneiden. Die Schalottenwürfel in einem Topf mit Olivenöl andünsten. Dinkelreis sowie Rote-Rüben-Würfel hinzugeben, kurz mit anbraten, mit Rotwein ablöschen und mit Gemüsefond und Rübensaft einschmoren lassen, bis der Dinkel weich ist. Würzen, Hefeflocken einrühren und zum Schluss gehackten Kerbel darüberstreuen.



Viel Spaß und gutes Gelingen!

Kürbis Stroganoff

die vegetarische Alternative
zum Original



Zutaten für 4 Personen/Portionen:

500 g Hokkaidokürbis, zugeputzt
1 EL Olivenöl
1 EL Paprika edelsüß
1 EL Tomatenmark
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
Pilzabschnitte
1 Gewürzgurke
½ roter Paprika
200 ml Sojasahne
200 ml Gemüsefond
Salz, Pfeffer
Garnitur: Karotten, Petersilien wurzel,
Lauch, Gewürzgurke

Zubereitung:

Den Hokkaidokürbis waschen, das Kerngehäuse entfernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Knoblauch marinieren und im Ofen bei 210° C für ca. 15 Min. garen. Für die Sauce Zwiebel, Knoblauch, Paprika und Gewürzgurke klein schneiden und mit Pilzabschnitten im Olivenöl in einem Topf ca. 10 Min. anrösten. Tomatenmark dazugeben und weitere fünf Minuten anrösten und mit Gemüsefond immer wieder ablöschen. Das Paprikapulver nun hinzufügen, mit Sojasahne aufgießen und alles weich kochen. Zum Schluss alles mit einem Pürierstab aufmixen, passieren und abschmecken. Abschließend Kürbis mit Sauce übergießen und mit sautierten Wurzelgemüse- und Essiggurkenstreife garnieren.

Viel Spaß und gutes Gelingen!

Gerstlsuppe

Heimatgefühl zum Löffeln



Zutaten für 4 Personen/Portionen:

- 125 g Rollgerste
- 1 Stk Zwiebel
- 1 Stg Lauch
- 3 Stk Karotte
- 1 Stk Knollensellerie
- 2 EL Essig
- 1.5 l Wasser
- 200 g gewürfeltes Geselchtes
- 3 Prisen Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 2 EL Butter
- 1 EL Gehackte Petersilie

Zubereitung:

Die Zwiebel schälen, fein würfelig schneiden. Butter in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anbraten.

Die Karotten, den Sellerie in Würfel schneiden, den Lauch in Ringe schneiden. Karotten, Sellerie, Lauch und Geselchtes in den Topf geben und alles kurz mitrösten. Die Rollgerste hineingeben und ebenfalls kurz mitrösten.

Anschließend mit dem Essig ablöschen. Sobald die gesamte Flüssigkeit vom Essig verdampft ist, das gesamte Wasser hinzufügen. Alles zusammen aufkochen lassen und danach für 90 Minuten auf niedriger Hitze köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Viel Spaß und gutes Gelingen!

Kartoffelsuppe

ein Risotto, das Sie so schnell nicht wieder vergessen werden.



Zutaten für 4 Personen/Portionen:

5 Stk Kartoffeln
3 Stk Karotten
1 Stk Zwiebel
50 g Speck
1 Prise Pfeffer
1 Prise Salz
1 EL Öl
0.75 l Wasser

Zubereitung:

Für unsere Kartoffelsuppe die Karotten und Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und fein hacken.

Den Speck würfelig schneiden und in Öl glasig dünsten. Die Zwiebeln unterrühren und kurz anschwitzen lassen. Mit Wasser ablöschen, die Karotten und Kartoffeln dazugeben und nochmals mit so viel Wasser aufgießen, bis das Gemüse bedeckt ist.

Das Gemüse 25 Minuten bei kleiner Flamme köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem Kartoffelstampfer durchstampfen, bis die Kartoffelsuppe sämig wird.

Serviervorschlag: Wer das Kürbis Stroganoff als flexitarisches Gericht genießen



Viel Spaß und gutes Gelingen!

Bärlauchsuppe

ein Risotto, das Sie so schnell nicht wieder vergessen werden.



Zutaten für 4 Personen/Portionen:

100 g Kartoffeln (mehlig)
0.5 Stk Zwiebel (gewürfelt)
1 Schuss Öl (für den Topf)
400 ml klare Gemüsesuppe
100 ml Vollmilch
1 Prise Meersalz
50 ml Schlagobers
80 g Bärlauch
1 Prise Muskat
1 Prise Pfeffer
1 Schuss Zitronensaft

Zubereitung:

Die Zwiebel schälen und kleinschneiden. Die mehligten Kartoffeln schälen, würfelig schneiden und mit den Zwiebelwürfeln in einem Topf mit ein wenig Öl kurz andünsten.

Mit der klaren Gemüsesuppe aufgießen, aufkochen lassen und dann auf kleiner Flamme ca. 15 Minuten köcheln, bis die Kartoffelstücke weich sind.

In der Zwischenzeit den Bärlauch waschen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Danach die Kartoffeln mit einem Pürierstab pürieren, die Milch und den Bärlauch einrühren, nochmals kurz aufkochen lassen und mit Meersalz, Pfeffer, Zitronensaft und Muskat abschmecken.

Den Schlagobers kurz vor dem Servieren in die heiße Suppe einrühren und mit fein geschnittenen Bärlauchstreifen garniert, servieren.

Viel Spaß und gutes Gelingen!

Zillertaler Zerggl

Eine richtig runde Sache



Zutaten für 14 bis 16 Zerggl

1 kg Kartoffeln
150 g Bergkäse
300 g Graukäse
50 g Zieger (Zillertaler Topfenkäse)
150 g Bauerntopfen
100 g Brösel
100 g Knödelbrot
2 Eier
etwas Butterschmalz
Kräutersalz oder normales
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Kartoffeln am Vortag in der Schale kochen, schälen und über Nacht gut durchkühlen lassen. Am nächsten Tag werden die Kartoffeln grob gerieben. Käse klein schneiden und zusammen mit den restlichen Zutaten und den geriebenen Kartoffeln vermengen. Nun werden die gleichmäßigen Laibchen (ca. 7 cm Durchmesser und 1 cm dick) geformt und in etwas Butterschmalz beidseitig angebraten.

Serviervorschlag:

Mit grünem Salat und Preiselbeeren oder in einer Rindsbouillon

Gut zu wissen:

Nicht wirklich ein echter Knödel, aber DIE traditionsreichste Komponente eines Zillertaler Tris.

Viel Spaß und gutes Gelingen!