



Raffiniert · Etwas aufwendiger

Überbackener Karfiol

Blumenkohl überbacken

Zutaten für 4 Portionen:

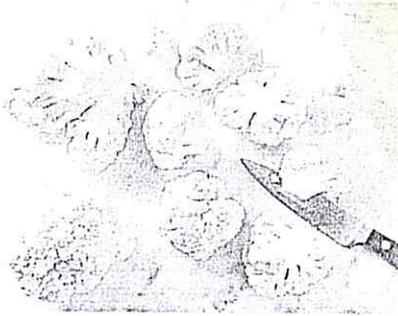
- 1 kleiner Kopf Karfiol (Blumenkohl)
von etwa 600 g
Salz
1 EL Butter + Butter für die Form
2 EL Mehl
eventuell $\frac{1}{8}$ l heiße Gemüsebrühe,
selbst gekocht oder aus Würfeln
1 Eigelb
125 g Sahne
2 EL Parmesan oder Emmentaler,
frisch gerieben
1 Prise Muskatnuß, frisch gerieben
weißer Pfeffer, frisch gemahlen
2 EL Semmelbrösel
+ Semmelbrösel für die Form
2 EL kalte Butter

Zubereitungszeit: 25 Min.

(+ 15 Min. Ruhen + 35 Min. Garen)

Pro Portion: 1300 kJ/310 kcal

1 Vom Karfiol (Blumenkohl) das Strunkende und die grünen Blätter wegschneiden und den Karfiolkopf etwa 15 Min. in kaltes Salzwasser legen.



2 Karfiol anschließend in kleine Röschen teilen. Grobe Strünke in kleine Stücke schneiden. Die Karfiolröschen und -stücke putzen und gründlich waschen.

3 Karfiol in einen Topf geben, etwas Salz darüber streuen und soviel frisches Wasser darüber gießen, daß das Gemüse gerade bedeckt ist. Das Wasser zum kochen bringen und Karfiol zugedeckt bei mittlerer Hitze in etwa 12 Min. biblest garen.

4 Vier feuerfeste Portionsformen oder eine große Auflaufform mit Butter ausstreichen und mit Semmelbröseln ausstreuen. Den Backofen auf 200° vorheizen (Gas Stufe 3).

5 Gekochten Karfiol abgießen und auf einem Sieb abtropfen lassen. Dabei etwa $\frac{1}{8}$ l von der Kochflüssigkeit auffangen und für die Sauce heiß halten.

6 Butter in einem Topf erhitzen. Mehl unter Rühren hinzufügen und anschwitzen lassen. Heißes Karfiolkochwasser oder Gemüsebrühe hinzugießen und aufkochen lassen. Sauce vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

7 Eigelb mit Sahne in einer Tasse verquirlen und in die Sauce rühren. Geriebenen Käse hinzufügen. Die Gratiniersauce mit Muskat, etwas Pfeffer und eventuell Salz pikant abschmecken.

8 Karfiol in die vier Förmchen oder in die Auflaufform geben. Die Sauce darüber gießen und Semmelbrösel darüber streuen. Kalte Butter in Flöckchen schneiden und darüber verteilen. Karfiol im Backofen (oben) in etwa 20 Min. goldbraun überbacken.

Getränke: Hier schmeckt ein trockener Weißwein aus dem Burgenland.

Variante: Karfiol in Backteig

Karfiol (Blumenkohl) wie im obenstehenden Rezept beschrieben garen. Die gekochten Karfiolstücke im Saft einer Zitrone, 1 Prise Salz und 1 EL gehackter Petersilie marinieren. 120 g Mehl, 1 Eigelb, $\frac{1}{8}$ l Weißwein oder Bier, 1 Prise Salz, einige Tropfen Öl und $\frac{1}{8}$ l Milch zu einem glatten Teig verrühren. Mit dem Schnee von 1 Eiweiß vermengen und einige Minuten ruhen lassen. Die Karfiolstückchen in den Teig tauchen und in heißem Kokosfett oder Öl schwimmend backen. Gut abgetropft servieren.



Grießnockerlsuppe

Preiswert · Gelingt leicht

Klare Suppe mit Grießklößchen

Zutaten für 4 Portionen:
weiche Butter (etwa 60 g)

1 Ei

Nockerlgrieß (grober Hartweizengrieß, etwa 120 g)

Salz

1 Prise Muskatnuß, frisch gerieben
etwas Öl

1 Bund Schnittlauch

1 l Rindsuppe, selbst gekocht
oder aus Würfeln

Zubereitungszeit: 45 Min.

Pro Portion: 1200 kJ/290 kcal

1 Butter schaumig rühren. Ei abwiegen, entsprechend die gleiche Menge Butter und die doppelte Menge Grieß nehmen. Ei hinzufügen und nach und nach Grieß unterrühren. Mit Salz und Muskat würzen und die Mischung etwa 5 Min. ruhen lassen.

2 Einen Teller mit Öl bestreichen. Mit einem nassen Teelöffel aus dem Teig ovale Nockerln (Klößchen) formen, auf den Teller legen und im Kühlschrank etwa 15 Min. ruhen lassen. In einem weiten Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen.

3 Die Grießnockerln in das leicht kochende Salzwasser geben und bei schwacher Hitze in etwa 10 Min. gar ziehen lassen.

4 Schnittlauch waschen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden. Rindsuppe erhitzen.

5 Die Nockerln mit einem Schaumlöffel herausnehmen und in die heiße Rindsuppe geben. Die Grießnockerlsuppe mit Schnittlauch bestreuen.

Variante: Überbackene Grießnockerln

Aus 90 g Butter, 3 Eiern, 250 g Grieß, Salz und Muskat Grießnockerln bereiten. Über die gegarten Nockerln in einer gebutterten Auflaufform 100 g geriebenen Käse und 50 g Butterflöckchen verteilen. Die Grießnockerln im vorgeheizten Backofen (Mitte) bei 220° (Gas Stufe 4) in etwa 20 Min. goldbraun überbacken. Als Haupt-



Preiswert · Gut vorzubereiten

Frittatensuppe

Pfannkuchensuppe

Zutaten für 4 Portionen:

50 g Mehl

etwa 1/8 l Milch

1 Ei

1 Prise Salz

1/2 Bund glatte Petersilie

2 EL Butter

1 l Rindsuppe, selbst gekocht
oder aus Würfeln

1 Bund Schnittlauch

Zubereitungszeit: 30 Min.

Pro Portion: 740 kJ/180 kcal

1 Mehl mit 2 EL Milch, Ei und Salz in einer Schüssel verrühren. Petersilie waschen, trockenschütteln, fein hacken und hinzufügen. So viel Milch dazugeben, daß ein dünnflüssiger Teig entsteht.

2 Eine Pfanne erhitzen und gleichmäßig mit 1/2 EL Butter ausfetten. Etwa ein Viertel des Teiges mit einem Schöpflöffel hineingießen. Die Pfanne dabei schwenken, damit der Teig auseinanderfließen kann und den Pfannenboden dünn bedeckt. Die Palatschinke (den Pfannkuchen) bei schwacher Hitze von beiden Seiten goldgelb backen. Auf diese Weise etwa 4 Pfannkuchen

bereiten. Wenn der Teig zwischendurch zu dickflüssig wird, wieder etwas Milch unterrühren.

3 Die fertigen Pfannkuchen einzeln zusammenrollen. Die Rollen der Länge nach halbieren, dann in etwa 3 mm dicke Streifen schneiden.

4 Rindsuppe erhitzen. Schnittlauch waschen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden.

5 Je eine Portion Frittaten in Suppenteller geben, heiße Rindsuppe dazugießen und Schnittlauch darüber streuen.



Altwiener Spezialität · Gelingt leicht

Hechtnockerln in Dillrahm

Klößchen aus Hechtfilet in Dillsauce

Zutaten für 4–6 Portionen:

70 g Weißbrot ohne Rinde

250 g Sahne

1 mittelgroße Zwiebel

2 EL Butter

350 g Hechtfilet

1 Ei

1 Prise Muskatnuß, frisch gerieben

Salz

weißer Pfeffer, frisch gemahlen

$\frac{1}{4}$ l Fischbrühe, selbst gekocht

(ersatzweise Salzwasser)

1 Bund Dill

1 EL Mehl

eventuell $\frac{1}{8}$ l Gemüsebrühe, selbst

gekocht oder aus Würfeln

4 EL Rahm (saure Sahne)

1 EL Zitronensaft

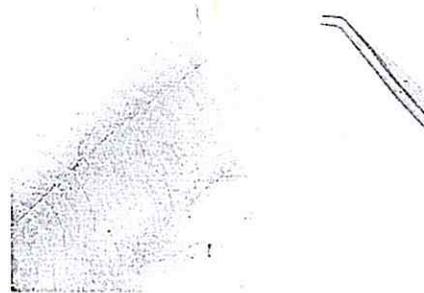
Zubereitungszeit: 1 $\frac{1}{4}$ Std.

Bei 6 Portionen pro Portion:

1200 kJ/290 kcal

1 Weißbrot in kleine Würfel schneiden, in Sahne einweichen und kalt stellen.

2 Zwiebel schälen und fein hacken. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Hälfte der Zwiebelwürfel darin glasig braten. Dann auskühlen lassen. Die restlichen Zwiebelwürfel für die Sauce bereithalten.

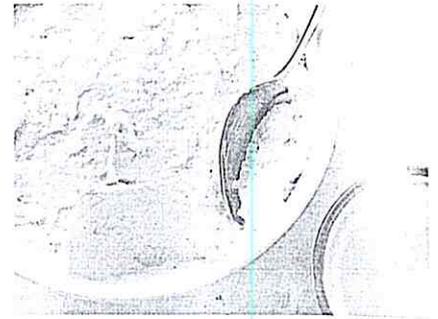


3 Hechtfilet von eventuell vorhandenen Gräten befreien, kalt abspülen, trockentupfen und in Streifen schneiden.

4 Die Hechtfiletstreifen mit den gebratenen Zwiebelwürfeln zweimal durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen, ersatzweise im Mixer zerkleinern oder mit dem Pürierstab pürieren. Dann in einer Schüssel mit Weißbrotwürfeln und Sahne vermischen.

5 Ei hinzufügen und die Nockerlmasse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, durch ein Sieb streichen und kurze Zeit kalt stellen.

6 Fischbrühe oder Salzwasser in einem weiten Topf zum Kochen bringen.



7 Aus der Fischmasse mit einem in heißes Wasser getauchtem Eßlöffel Nockerln (längliche Klößchen) formen und in die leicht kochende Fischbrühe oder das Salzwasser einlegen.

8 Die Hechtnockerln bei schwacher Hitze in etwa 10 Min. offen garen.

9 Inzwischen Dill waschen, trocken-schütteln, Stengel beiseite legen und Dillspitzen fein hacken.

10 Die Hechtnockerln aus der Fischbrühe oder dem Salzwasser nehmen, gut abtropfen lassen und warm stellen. Falls Fischbrühe zum Kochen der Nockerln verwendet wurde, etwa die Hälfte davon für die Sauce bereithalten.

11 In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen und die verbliebenen Zwiebelwürfel darin glasig braten. Mehl darüber streuen, mit Fisch- bzw. Gemüsebrühe aufgießen, Dillstengel hinzufügen und die Sauce aufkochen lassen, dann vom Herd nehmen.

12 Die Sauce durch ein Sieb gießen und Rahm (saure Sahne) einrühren. Dillspitzen hinzufügen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Den Dillrahm auf Teller geben, die Hechtnockerln darauf legen.



Für Gäste - Braucht etwas Zeit

Schweinsjungfer im Schlafrock

Schweinefilet in Blätterteig

Zutaten für 4 Portionen:

400 g tiefgefrorener Blätterteig

1 mittelgroße Zwiebel

300 g Champignons

1/2 Bund glatte Petersilie

2 EL Butter

Salz

schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

800 g Schweinefilet

2 EL Butterschmalz oder Öl

1 TL getrockneter Rosmarin

1 Ei

etwas Mehl zum Ausrollen

4 dünne Scheiben gekochter

Schinken (etwa 80 g)

Zubereitungszeit: 1 1/2 Std.

(+ 50 Min. Ruhen + 40 Min. Backen)

Pro Portion: 3700 kJ/880 kcal

1 Blätterteig auftauen lassen. Zwiebel schälen und fein hacken. Champignons putzen und fein hacken. Petersilie waschen, trockenschütteln und ebenfalls fein hacken.

2 Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelstückchen darin glasig braten. Champignons und Petersilie hinzufügen und bei starker Hitze unter ständigem Rühren etwa 5 Min. braten, bis die entstehende Flüssigkeit fast wieder verdampft ist. Pilzmischung abkühlen lassen und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

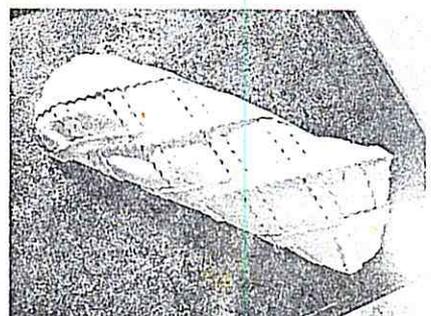
3 Schweinefilet waschen, trockentupfen, dabei feine Häute und Fetteile entfernen. Butterschmalz oder Öl in einem Bräter erhitzen und das Filet darin von allen Seiten in etwa 20 Min. kräftig anbraten. Das Fleisch abkühlen lassen und mit Rosmarin, Salz und Pfeffer einreiben.

4 Den Backofen auf 220° vorheizen (Gas Stufe 4). Ei trennen, Eiweiß mit 1 TL Wasser verquirlen. Blätterteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche messerrückendick zu einem Rechteck von etwa 25 x 30 cm ausrollen, mit Folie abdecken und etwa 20 Min. ruhen lassen.

5 Von dem ausgerollten Teig an den Rändern Streifen zum Garnieren abschneiden und beiseite legen. Den Rand der Teigplatte etwa 1 cm breit mit Eiweiß bestreichen. Den restlichen Teig mit Schinkenscheiben belegen. Die Hälfte der Pilzmasse auf dem Schinken gleichmäßig verteilen.



6 Das angebratene Schweinefilet in die Mitte legen und mit der übrigen Pilzmasse bedecken. Den Teig um das Filet hüllen und die Ränder gut zusammendrücken. Ein Backblech in kaltem Wasser abspülen.



7 Das Fleisch im Blätterteig mit der Nahtstelle nach unten auf das Backblech legen. Aus den verbliebenen Teigstreifen mit einem Teiggrädchen Verzierungen ausschneiden und auf den Blätterteig legen, dabei den Teig mehrmals einstechen. Eigelb verquirlen, Teig damit bestreichen und etwa 20 Min. ruhen lassen.

8 Das Fleisch im Backofen (Mitte) etwa 40 Min. backen, bis die Teighülle goldbraun ist. Danach etwa 10 Min. im abgeschalteten geöffneten Backrohr ruhen lassen. Das Fleisch in fingerdicke Scheiben schneiden und auf einer vorgewärmten Platte anrichten.

Getränke: Hierzu paßt ein kühles Bier.



Topfenpalatschinken

Für Gäste · Etwas aufwendiger

Pfannkuchen mit Quarkfüllung

Zutaten für 4 Portionen:

Für den Teig:

100 g Mehl · etwa $\frac{1}{4}$ l Milch
2 Eier · 1 Prise Salz · 40 g Zucker
etwa 4 EL Butter zum Braten

Für die Füllung:

50 g Rosinen · 1 EL Rum
30 g weiche Butter · 80 g Zucker
abgeriebene Schale
von $\frac{1}{2}$ unbehandelten Zitrone
2 Eier
250 g Topfen (Quark, 20% Fett)
etwas Butter für die Form

Für den Überguß:

1 Ei · $\frac{1}{8}$ l Milch · 1 EL Zucker
 $\frac{1}{2}$ Päckchen Vanillinzucker
2 EL Puderzucker zum Bestreuen

Zubereitungszeit: 1 $\frac{1}{2}$ Std.

Pro Portion: 2600 kJ/620 kcal

1 Mehl mit 3 EL Milch, den Eiern, Salz und Zucker in einer Schüssel verrühren. So viel Milch dazugeben, daß ein dünnflüssiger Teig entsteht.

2 Eine Pfanne erhitzen und gleichmäßig mit $\frac{1}{2}$ EL Butter ausfetten. Etwa $\frac{1}{3}$ des Teiges mit einem Schöpflöffel hineingießen und die Pfanne schwenken, so daß der Teig auseinanderfließt und der Pfannenboden dünn bedeckt ist. Die Palatschinke bei schwacher Hitze beidseitig goldgelb backen.

3 Auf diese Weise 8 Palatschinken bereiten und warm stellen. Wenn der Teig zwischendurch eindickt, wieder etwas Milch unterrühren.

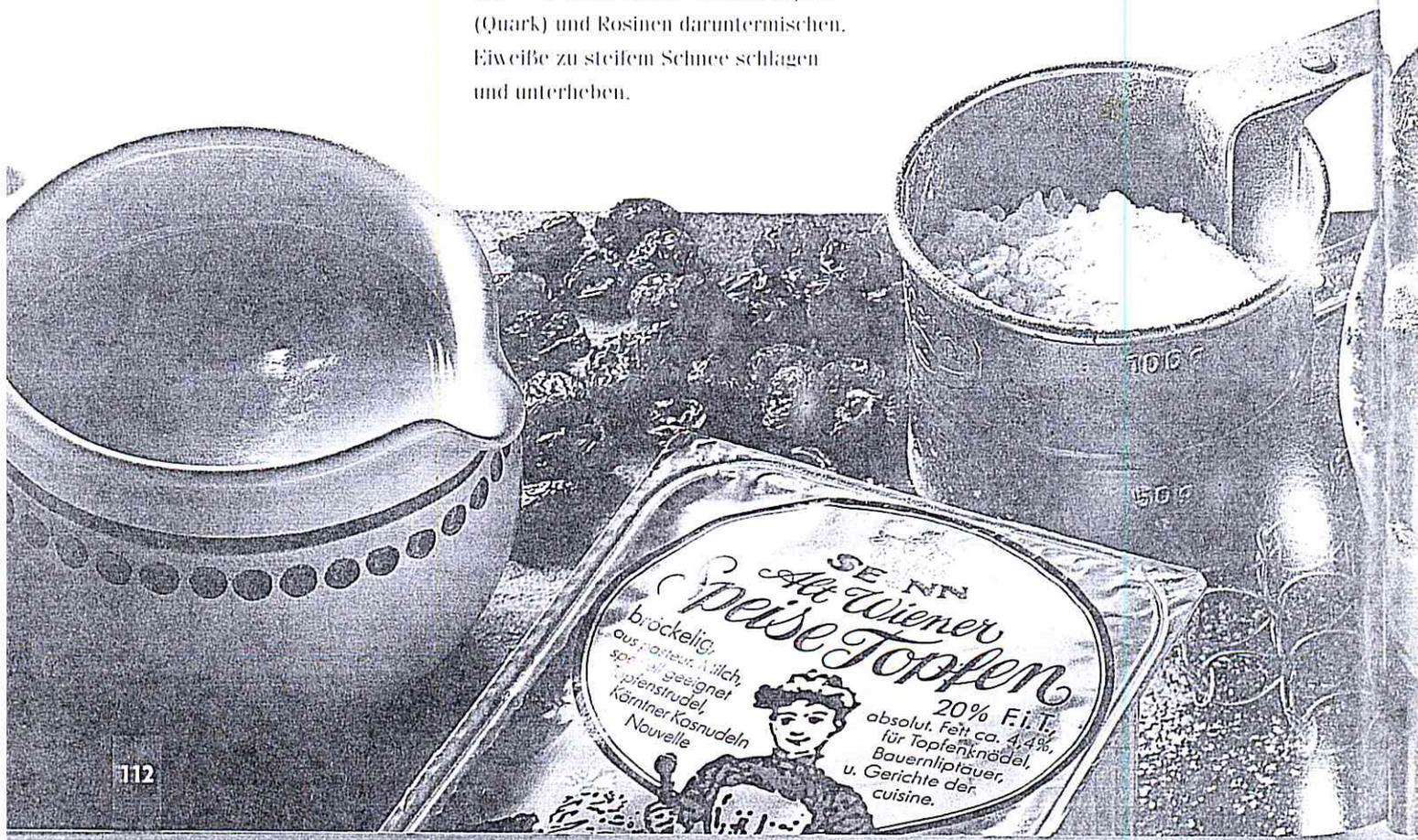
4 Rosinen heiß waschen, trockentupfen und mit Rum beträufeln. Butter mit Zucker und Zitronenschale schaumig rühren. Eier trennen und Eigelbe unter die Buttermasse rühren. Topfen (Quark) und Rosinen daruntermischen. Eiweiße zu steifem Schnee schlagen und unterheben.

5 Den Backofen auf 200° vorheizen (Gas Stufe 3). Eine Auflaufform mit Butter austreichen.

6 Die Fülle bleistift dick auf die Palatschinken streichen. Die Palatschinken zusammenrollen und quer halbieren. Die Palatschinkenstücke mit den Schnittseiten nach oben, mehr stehend als liegend, in die Auflaufform schichten.

7 Ei mit Milch, Zucker und Vanillinzucker verquirlen und über die Palatschinken gießen. Die Form in den Backofen (oben) stellen und in etwa 25 Min. goldgelb überbacken.

8 Die Topfenpalatschinken mit Puderzucker bestreuen und sofort servieren. Dazu paßt Vanillesauce.





Berühmtes Rezept · Braucht etwas Zeit

Kaiserschmarren

Kaiserschmarren mit Zwetschkenröster (Pflaumenkompott)

Zutaten für 4 Portionen:

Für den Zwetschkenröster:

1 kg Zwetschken (Pflaumen)

1 unbehandelte Zitrone

etwa 200 g Zucker

5 Gewürznelken

1 Stück Zimtstange

von etwa 2 cm Länge

Für den Kaiserschmarren:

70 g Rosinen · 1 EL Rum

4 Eier · $\frac{1}{4}$ l Milch

40 g Zucker

160 g Mehl

1 Prise Salz

50 g Butter

2 EL Puderzucker

Zubereitungszeit: 1 Std.

(+ 1 Std. Garen)

Pro Portion:

3600 kJ/860 kcal

1 Zwetschken (Pflaumen) waschen, halbieren und entsteinen. Zitrone gründlich mit heißem Wasser waschen, dünn schälen und auspressen.

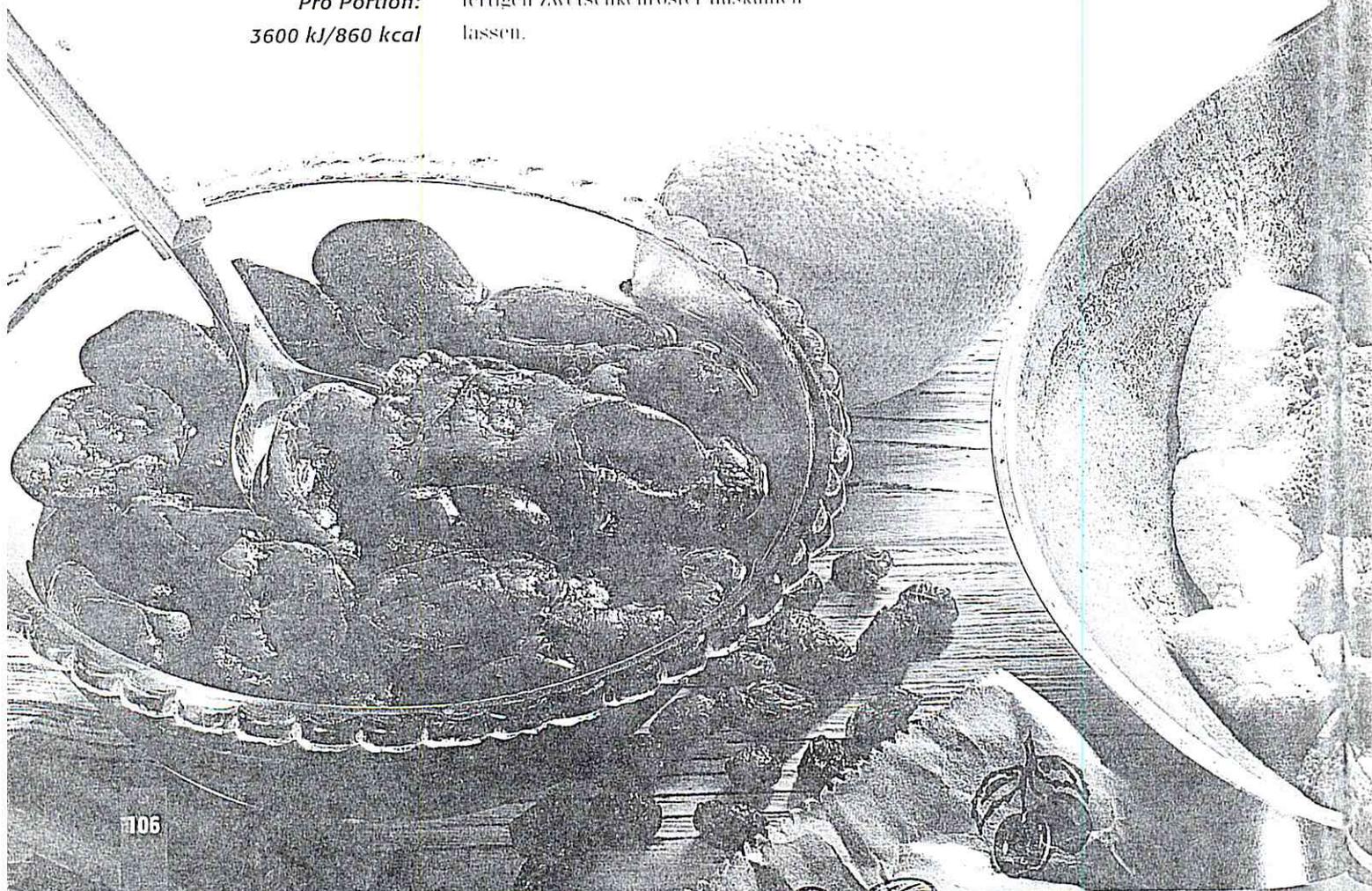
2 In einem großen Topf $\frac{1}{2}$ l Wasser mit Zucker, Gewürznelken, Zimtstange, Zitronenschale und Zitronensaft zum Kochen bringen. Wenn die Zwetschken sehr sauer sind, etwas mehr Zucker verwenden.

3 Das Wasser etwa 3 Min. kochen lassen. Danach Gewürznelken, Zimtstange und Zitronenschale entfernen. Zwetschken dazugeben und bei schwacher Hitze kochen lassen, bis die Schalen eingerollt und die Früchte fast zerfallen sind. Das dauert etwa 1 Std. Dabei häufig umrühren, weil die Zwetschken leicht anbrennen. Den fertigen Zwetschkenröster auskühlen lassen.

4 Inzwischen den Kaiserschmarren zubereiten. Rosinen heiß waschen, trockentupfen und mit Rum beträufeln.

5 Eier in Eigelb und Eiweiß trennen. Milch, Zucker und Eigelbe verquirlen und mit Mehl zu einem glatten, dünnflüssigen Teig verrühren. Eiweiße mit Salz zu steifem Schnee schlagen und unter den Teig ziehen.

6 Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Den Teig hineingeben und etwas backen lassen. Dann Rosinen darüber streuen. Sobald die Unterseite fest ist, den Schmarren wenden und bei schwacher Hitze fertigbacken. Dabei mit zwei Gabeln in kleine Stückchen reißen. Den Herd abschalten und den Kaiserschmarren kurz ausdämpfen lassen.



7 Den Kaiserschmarren auf einer vorgewärmten Platte anrichten, mit Puderzucker bestreuen und separat dazu den Zwetschkenröster servieren.

Variante: Topfenschmarren

250 g Topfen (Quark, 20% Fett) mit 2 Eigelben und 2 EL saurer Sahne verrühren, 70 g gewaschene Rosinen, etwas Salz, 2 EL Zucker, ½ Päckchen Vanillinzucker und die abgeriebene Schale von ½ unbehandelten Zitrone hinzufügen, 50 g Mehl einrühren, 2 Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und vorsichtig unterheben, 40 g Butter

in einer Pfanne erhitzen. Die Schmarrenmasse eingießen, beidseitig bräunen und mit 2 Gabeln in kleine Stückchen teilen, 2 EL Zucker mit 1 TL Zimtpulver vermischen und den fertigen Topfenschmarren damit bestreuen.

Tip! Wenn Sie einmal weniger Zeit haben, können Sie auch Apfelkompott zum Kaiserschmarren servieren. Oder Sie stellen den Zwetschkenröster auf Vorrat her. Im Kühlschrank ist er einige Tage haltbar.

