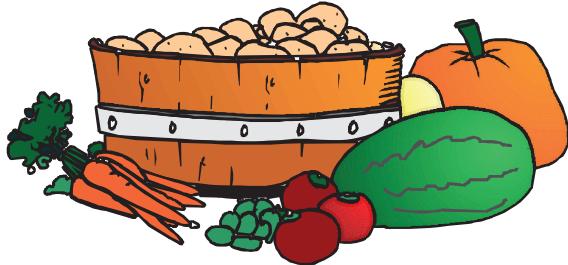


Gemüse und Vegetarisches



	Seite
Bärlauchspätzle	231
Blaukraut	233
Brokkoli mit Pinienkernen und Rosinen	234
Couscous	235
Fenchelgemüse	236
Gratinierte Tomaten und Zucchini	238
Kartoffelpuffer	240
Käse-Fondue	241
Kochkäse	243
Marillenknödel	244
Pommes von Schwarzwurzeln	245
Provenzalisch Gemüse	246
Rahm-Pfifferlinge	248
Rosenkohl indisch	250

Spinatnocken	251
Spinatrouade (Siehe „Vorspeisen“)	34
Steinpilz-Ragout mit Sellerie-Kartoffel-Flan	252
Tiroler Graukas-Taler	254
Tomaten mit Mozzarella	256
Topfennocken (siehe „Nachspeisen“)	344
Ziegenkäse im Teignest	258
Zucchiniflan mit Brin d'Amour	259
Zucchinipuffer	260

Bärlauchspätzle

Zutaten:

Für 4 Personen
200 g Bärlauch
50 g glatte Petersilie
100 g Sauerrahm (10% Fett)
225 g Weizenmehl Typ 550
50 g Hartweizengrieß
4 Eigelbe
2 Eier
Salz
1 EL Olivenöl
150 g junge weiße Zwiebeln
120 g Champignons
30 g Butter
frisch gemahlener Pfeffer
1 Spritzer Zitronensaft
frisch gemahlene Muskatnuss
100 ml Gemüsebrühe
50 g frischer Gratte paille oder
Saint Andre (ohne Rinde, in
Scheiben geschnitten)
3 EL Schnittlauch, in Röllchen

Zubereitung:

Von Bärlauch (ein paar Blätter für Garnitur aufheben) und Petersilie Stiele abzupfen; gezupfte Kräuter waschen und trocken schleudern.

Mit dem Sauerrahm im Mixer sehr fein pürieren und die Paste durch ein Sieb passieren.

Mehl und Grieß in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken, Eigelb, Eier, Salz, Öl und die Bärlauchpaste zufügen und alles mit einem Kochlöffel zu Teig verrühren.

Kräftig schlagen, bis der Teig eine glatte Konsistenz hat und zäh vom Löffel tropft; bei Bedarf noch Wasser zufügen.

In einem großen Topf viel Salzwasser zum Kochen bringen.

Zwiebeln schälen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden.

Dünn aufgeschnittenen Schinken in feine Streifen schneiden.

Champignons putzen und vierteln. Butter in einer Pfanne zerlassen und Zwiebeln hinzufügen, salzen, pfeffern, langsam hellbraun braten - sie sollten schön weich sein.

Geviertelte Pilze 2 bis 3 Minuten mitbraten. Zitronensaft für weitere 2 Minuten hinzufügen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Gemüsebrühe angießen.



Den Teig in den Spätzlehobel füllen und durch die Löcher in das sprudelnd kochende Wasser tropfen lassen. Spätzle simmern lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen.

Bärlauchspätzle mit einem Schaumlöffel herausheben, gut abtropfen lassen und mit den Champignons durchschwenken.

2 EL Schnittlauchröllchen darüber streuen, geschnittenen Käse darüber geben, zerlaufen lassen, mit den übrigen Schnittlauchröllchen bestreuen, pfeffern und servieren.

Blaukraut

Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

1 kg Rotkohl

1 Apfel (250 g)

Saft 1/2 Zitrone

8 El Essig

150 g Zwiebel

50 g Gänsefett

1 El Johannisbeergelee

1 l Glühwein

Zubereitung:

Geputztes Blaukraut in feine Streifen hobeln oder schneiden. Geschälten und entkernten Apfel stifteln, mit Blaukraut, Zitronensaft, 6 El Essig, eine Prise Salz, mischen und zugedeckt im Kühlschrank 24 Stunden ziehen lassen. Am nächsten Tag geschälte Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Gänsefett zergehen lassen und Zwiebelstreifen darin andünsten. Mit 2 El Essig ablöschen. Mariniertes Blaukraut, Johannisbeergelee, und Glühwein dazugeben und zum Köcheln bringen. Im geschlossenen Topf im vorgeheizten Backofen bei 175° ca. eine Stunde garen. Wer es etwas weicher mag, auch gerne zwei Stunden.



Brokkoli mit Pinienkernen und Rosinen

Zutaten:

Für 4 Personen

1 kg Brokkoli

2 EL Fleur de Sel

2 EL Rohrzucker

1 Knoblauchzehe, in Scheiben geschnitten

1,5 l Wasser

3 EL Olivenöl

3 EL Pinienkerne

3 EL helle Rosinen, halbiert

2 Prisen Chili getrocknet

Zubereitung:

Den Brokkoli vierteln und jeden Strunk schälen.

Fleur de Sel, Rohrzucker und Knoblauchzehe in einem Topf mit Wasser aufkochen, den Brokkoli hineingeben und bei geschlossenem Deckel weich kochen. Den Brokkoli aus dem Wasser nehmen, aber keinesfalls wie üblich mit Eiswasser abschrecken, sondern auf einer Porzellanplatte anrichten.

2 Kellen vom Kochwasser separat einkochen lassen, mit Olivenöl verrühren und über den Brokkoli gießen. Pinienkerne und Rosinen darüber verteilen und die Brokkolistiele unten mit etwas Chili bestreuen.



Couscous

Zutaten:

Für 4 Personen

150 g fein geriebene Blumenkohlröschen
150 g Couscous
2 EL Rosinen
25 g geröstete Pinienkerne
25 g geröstete Mandelblättchen
450 ml Gemüsebrühe
Saft von 2 Limetten
Abrieb von 2 Limetten
1 Msp. Ras el Hanout
50 g feine Apfelwürfel
je 1 fein geschnittenes Sträußchen
Blattpetersilie,
Minze,
Koriander

Zubereitung:

Blumenkohlröschen, Couscous, Rosinen, Pinienkerne und Mandelblättchen vermengen.

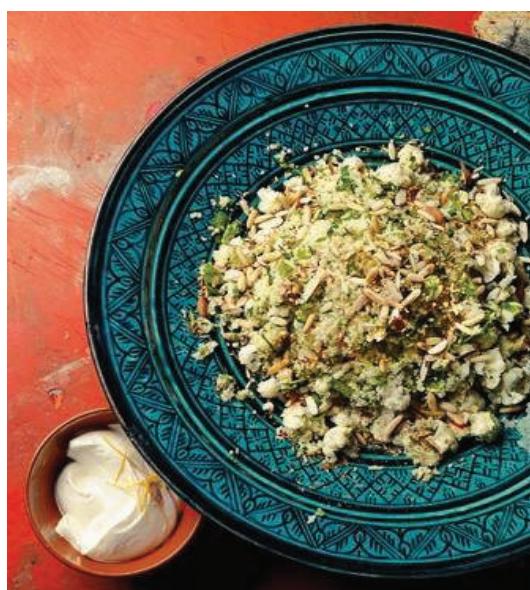
Gemüsebrühe mit Limettensaft aufkochen, über den Couscous gießen und abgedeckt quellen lassen.

Anschließend Couscous mit Limettenabrieb, Ras el Hanout und Salz abschmecken.

Die geschnittenen Kräuter sowie die Apfelwürfel untermengen. Couscous z. B. ringförmig anrichten.

Man reicht dazu Gewürzjoghurt.

hurt.



Fenchelgemüse

Zutaten:

Pro Person:

1 Fenchelknolle

$\frac{1}{4}$ Gemüsezwiebel

Hühnerbrühe

frisches Fenchelgrün

Butter

Zubereitung:

Die Fenchelknollen in ihre einzelnen Schalen zerlegen.

Diese mit der Faser in 5 mm breite Streifen schneiden, ggf. bei sehr großen Knollen die Länge halbieren.

Die Streifen in Hühnerbrühe biss-fest kochen (ca. 10 bis 12 Minuten).

In kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.

Die Zwiebel fein würfeln und in einer Pfanne in etwas Butter hell-gelb andünsten. Die abgetropften Fenchelstreifen dazugeben und bei mittlerer Hitze erwärmen.



Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit feingehacktem Grün, welches vor dem Zerlegen der Knolle abgeschnitten wurde, bestreuen.

Tipp:

Dieses Fenchelgemüse eignet sich sehr gut als Beilage zu feinen Fisch- oder Geflügelgerichten.

Die bei der Zubereitung anfallende Hühnerbrühe mit Fenchelschmack ergibt einen interessanten Zwischengang, wenn man sie nochmals unter Zugabe einer halben Chilischote aufkocht, mit Salz und Pfeffer abschmeckt, durch ein feines Sieb abgießt und in dünnwandigen Espressotassen heiß serviert.

Gratinierte Tomaten und Zucchini

Zutaten:

Für 4 Personen
8 längliche San-Marzano-Tomaten
1 trockene Scheibe Weißbrot
1/2 Bund glatte Petersilie
3-4 Stängel Oregano
2 Knoblauchzehen
Olivenöl
Salz
Pfeffer
4 Zucchini
1/2 Bund glatte Petersilie
3 EL Paniermehl
2 EL geriebener Parmesan
2 Blätter Minze
1 Zweig Rosmarin
4 Scheiben festes Weißbrot

Zubereitung:

Tomaten waschen und längs halbieren, Kerne entfernen. Tomaten umgedreht auf Küchenpapier abtropfen lassen. Im Blitzhacker die trockene Brotscheibe nicht allzu fein zerkleinern. Kräuter, 1 Zehe Knoblauch und 1 EL Olivenöl beigeben, salzen, pfeffern. Mixen, bis eine grobkörnige Masse entsteht. Ofen auf 140 Grad vorheizen. Backblech mit Folie auskleiden, Tomatenhälften mit der Füllung bestreichen, mit Olivenöl beträufeln. 40 Minuten backen, bis die Tomaten schön gratiniert sind.

Zucchini putzen, längs halbieren, mit einem Löffel den Kernbereich herausschaben. Fruchtfleisch einer Zucchini in den Blitzhacker geben. 1 Knoblauchzehe, Petersilie, Paniermehl, Parmesan und Minze beigeben. Mixen, bis eine grobkörnige Masse entsteht. Zucchini-hälften damit füllen, mit Olivenöl beträufeln, Rosmarinstücke auflegen.

Bei 180 Grad 15-20 Minuten backen. Brotscheiben toasten. Zucchini in die Mitte des Tellers legen, drum herum Tomaten und getoastete

Brotscheiben mit einigen Tropfen Olivenöl anrichten, mit frischem Oregano dekorieren.



Kartoffelpuffer

Zutaten:

Für 4 Personen
12 große Kartoffeln
3 Zwiebeln
8 EL Mehl
2 Eier
Salz
Pfeffer
Öl

Zubereitung:

Kartoffeln auf der großen Reibe reiben, mit viel Salz und wenig Pfeffer würzen. Eier und gewürfelte Zwiebeln dazugeben. Mit so viel Mehl bestäuben, dass die Kartoffelmasse bedeckt ist (kann mehr oder weniger als 8 EL sein). Alles ordentlich miteinander verrühren. Portionsweise Reibekuchen ausbacken. Müssen in Öl schwimmen.

Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.



Käse-Fondue

Zutaten:

Für 6 Personen

*250 g Schweizer Gruyère-Käse, grob gerieben
250 g Schweizer Emmentaler-Käse, grob gerieben
1½ EL Stärkemehl
½ l trockener Weißwein, vorzugsweise Neuchâtel
1 mittelgroße Knoblauchzehe, geschält und mit der flachen Klinge eines schweren Messers zerdrückt
2 EL Kirschwasser
¼ TL frisch geriebene Muskatnuss
⅛ TL Salz
Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
1 Meterbrot, in 3 cm große Würfel geschnitten*

Zubereitung:

Beide Käsesorten und 1½ EL Stärkemehl in einer großen Schüssel gründlich miteinander vermengen. Den Wein in eine 2 l fassende Fonduekachel (oder in eine 2 l fassende, feuerfeste Emaillekasserolle) gießen, die Knoblauchzehe hineinlegen und über starker Hitze zum Kochen bringen. Den Wein 1 bis 2 Minuten sprudelnd kochen lassen, dann den Knoblauch herausnehmen und wegwerfen. Die Hitze so weit reduzieren, dass der Wein nur noch gerade siedet. Unter ständigem Rühren mit einer großen Gabel den Käse nach und nach hinein geben - jeweils etwa 4 EL gleichzeitig, die geschmolzen sein müssen, bevor die nächste

Portion kommt. Wenn die Fondue glatt und sahnig ist, röhrt man Kirschwasser, Muskat, Salz und einige Prisen schwarzen Pfeffer hinein und schmeckt ab.

Zum Servieren setzt man die Fonduekachel oder Kasserolle über einen Spiritusbrenner auf die Mitte des gedeckten Tisches und reguliert die Flamme so, dass die Fondue eben unter dem Siedepunkt bleibt. Daneben wird ein Korb mit Brotwürfeln gestellt. Traditionsgemäß spießt jeder Gast einen Brotwürfel auf seine Gabel



(vorzugsweise eine Fonduegabel mit langem Griff), dreht das Brot in der Fondu, bis es dick überzogen ist, und steckt es dann sofort in den Mund.

Tipp:

Neben den Brotwürfeln schmecken auch in Stücke geschnittene Birnen, die genauso aufgespießt und in den Käse getaucht werden.

Kochkäse

Zutaten:

Für ca. 950 g
100 g Margarine
150 g Butter
300 g Handkäse
125 g Schmelzkäse
200 g Saure Sahne
80 g Kondensmilch
1 gestr. TL Natron
Kümmel nach Geschmack

Zubereitung:

In einem hohen, min. 2 l fassenden Topf Margarine, Butter und Schmelzkäse schmelzen. Den Handkäse in kleine Würfel schneiden, dazugeben und ebenfalls schmelzen. Unter ständigem Rühren die Sahne und die Milch dazugeben. Alles aufkochen lassen und das Natron dazugeben. Vorsicht! Das ganze schäumt jetzt stark auf (deshalb der große Topf).

Gegebenenfalls den Kümmel, den ich dazu in einer zweckentfremdeten Pfeffermühle gemahlen habe, dazugeben. Umrühren, vom Feuer nehmen und während des Erkaltens gelegentlich weiter rühren, damit sich keine Haut bildet.

In Portionsbehälter nach Wunsch abfüllen.



Marillenknödel

Zutaten:

Für 4 Personen

250 g Quark (Topfen), 40 %ig

250 g Mehl

1 Ei

etwas Zitronenschale, abgeriebene

eine Prise Salz

8 Aprikosen (Marillen) oder 10

ebenso viel Würfel Zucker

Semmelbrösel

Zucker

evtl. Zimt

etwas Butter

Zubereitung:

Topfen, Mehl, Ei, Zitronenschale und Salz zu einem glatten Teig verkneten und im Kühlschrank eine Stunde rasten lassen.

Die Marillen längs aufschneiden, entkernen und mit einem Würfel Zucker füllen.

Den Teig in so viele gleich große Stücke teilen, wie man Marillen hat. Die Stücke flach drücken und die Marillen damit umhüllen. Die Knödel in leicht siedendem Salzwasser 20 Minuten ziehen lassen.

Je nach Größe reicht der Teig für 8-10 Marillen.

Für die Brösel Butter in der Pfanne schmelzen lassen, Semmelbrösel und Zucker dazu geben und vorsichtig bräunen lassen. Wer mag, kann auch etwas Zimt mit dazu tun.

Wenn die Knödel fertig sind, in den Bröseln wälzen.



Pommes von Schwarzwurzeln

Zutaten:

Für 4 Personen

400 g Schwarzwurzeln

1 l Milch

4 Eier

2 EL Sahne

4 EL Mehl

120 g japanisches Paniermehl (Panko)

1 l Pflanzenöl

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Schwarzwurzeln gründlich waschen, schälen und danach in Milch legen — sonst oxidiieren sie und laufen dunkel an.

Schwarzwurzeln in Pommes-frites-große Stifte schneiden, etwa 5 cm lang und 0,5 auf 0,5 cm dick.

Eier mit der Sahne vermischen.

Mehl, Eier-Sahne-Gemisch und Paniermehl je in kleine Schüsseln geben.

Die Schwarzwurzelstreifen in Salzwasser kurz blanchieren: erst für zirka zwei Minuten in kochend heißes Wasser geben und dann in Eiswasser abschrecken.

Schwarzwurzeln trocken tupfen, salzen, pfeffern und im Mehl wenden, danach in die Eimasse geben und zum Schluss im Paniermehl wenden.

Die Schwarzwurzeln in heißem Pflanzenöl goldgelb ausbacken.

Dazu passt Sauce Tatar oder ein anderer Dip nach Geschmack.



Provenzalischs Gemüse

Zutaten:

Für 2 Personen:

1 kleine Zucchini
 $\frac{1}{2}$ Gemüsezwiebel
1 Stangen Sellerie
 $\frac{1}{2}$ gelbe Paprikaschote
 $\frac{1}{2}$ Fenchelknolle
2-3 Tomaten
1 Zweig Thymian

Zubereitung:

Die Tomaten abbrühen, schälen, achteln und entkernen. Die Gemüsezwiebelhälfte dreimal quer und längs durchschneiden. Die Zucchini längs halbieren und in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Selleriestange ebenfalls in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die halbe Paprikaschote quer halbieren und in $1\frac{1}{2}$ cm breite Streifen schneiden. Mit der Fenchelknolle genauso verfahren.



In einer großen und tiefen Pfanne, ein Wog wäre ideal, das Öl erhitzen. Nach und nach die Gemüse hineingeben und unter ständigem Rühren bei großer Hitze anbraten. Man beginnt mit dem Gemüse mit der längsten Garzeit, also Fenchel, dann Paprika, Sellerie, Zwiebel und Zucchini.

Wenn sich bräunliche Ränder an den Gemüsestücken zeigen, nimmt man die Pfanne vom Herd. Jetzt werden die von den Stengeln gezupften Thymianblättchen und die Tomatenstückchen untergemischt, dabei pfeffern.

Alles wird in ein entsprechend großes feuerfestes, flaches Gefäß gegeben, das man je nach Geschmack zuvor mit Knoblauch eingerieben hat und gibt es für min. eine Stunde in den mit 100° beheizten Backofen. Danach nochmals durchmischen und salzen.

Als Beilage zu Lammrücken, Kaninchen aber auch Loup de Mer. Kalt auch als Antipasto geeignet.

Rahm-Pfifferlinge

Zutaten:

Für 2 Personen
250 g Pfifferlinge
125 ml süße Sahne
2 EL in feine Würfel geschnittener fetter Speck
1 kleine Zwiebel
1 EL Butter
1 TL Rindessa
Salz
Schwarzer Pfeffer
Zucker
Zitronensaft
2 EL feingeschnittene frische Petersilie

Zubereitung:

Die Pfifferlinge von grobem Schmutz befreien, Stiele ggf. leicht abschneiden. Dann für ca. zwei Minuten in kochendem Wasser blanchieren. In einen Durchschlag geben.

In einer Pfanne von ca. 27 cm Durchmesser, für die auch ein Deckel vorhanden ist, den Speck auslassen. Die Butter dazugeben und wenn der Speck, nachdem er glasig wurde, leicht Farbe annimmt, die fein gewürfelte Zwiebel dazugeben. Leicht anschwitzen und dann die Pfifferlinge dazugeben. Den Deckel auf die Pfanne setzen, damit die Pilze etwas

Wasser ziehen. Wenn sich so viel Wasser angesammelt hat, dass man die Rindessa darin gut auflösen kann, diese dazugeben und gut verrühren. Den Deckel bei Seite legen und die Sahne angießen. Bei mittlerer Hitze so weit einkochen, bis die Sahne eine schöne Konsistenz angenommen hat.



Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, und Zucker abschmecken. Nach dem Anrichten mit der Petersilie bestreuen.

Tipp:

Hierzu passen Semmelknödel oder feine Bandnu deln (Fettucine).

Rosenkohl indisch

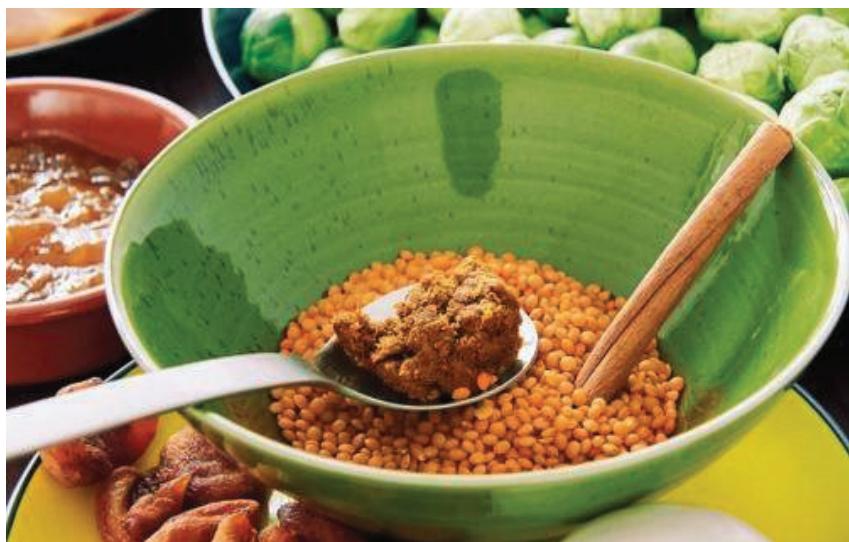
Zutaten:

Für 4 Personen
1 kg Rosenkohl
100 g Rote Linsen,
100 g getrocknete Aprikosen
1 weiße Zwiebel
2 EL Keimöl
1 EL gelbe Curtypaste
1 Zimtstange
400 ml Geflügelbrühe
2 EL Aprikosenkonfitüre
100 g Vollmilch-Joghurt
Salz
weißer Pfeffer

Zubereitung:

Rosenkohl putzen und Strünke einschneiden, in kräftigem Salzwasser 5 bis 8 Minuten kochen, bis er gar ist. In Eiswasser abschrecken. Linsen in einem Sieb kalt abbrausen. Aprikosen würfeln. Zwiebeln schälen, in feine Würfel schneiden und im Topf in Öl glasig anschwitzen, Curtypaste zugeben und kurz mitdünsten. Nun Linsen zugeben, dann die Zimtstange, mit Geflügelbrühe auffüllen und etwa 15 Minuten garen. Dann Rosenkohl mit den

Aprikosen in den Topf geben und auf Serviertemperatur bringen. Mit der Konfitüre, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Joghurt einrühren. Zum Servieren Zimtstange herausnehmen.
Passt am besten zu gebratenen Geflügel.



Spinatnocken

Zutaten:

Für 4 Personen

1 kg Spinat

$\frac{1}{2}$ Zwiebel

1 EL Butter

etwas Petersilie

2 gestrichene EL Mehl

300 g Semmelbrösel

3 EL Milch

3 Eier

80 g Butter

80 g geriebener Parmesan

Salz

Muskatnuß

Zubereitung:

Den wie üblich vorbereiteten Spinat kurz kochen (bis er zusammenfällt) und anschließend passieren. Die fein geschnittene Zwiebel in der Butter hellgelb dünsten, den Spinat dazugeben und gut mischen, noch etwas schmoren lassen.

Gehackte Petersilie dazugeben, erkalten lassen. Mehl, Brösel, Milch, die verquirlten Eier, Salz und Muskat zusammen mit dem Spinat in eine Schüssel geben. Gut vermischen. Nockerl ausschneiden, in siedendes Salzwasser geben, 20 Minuten gar ziehen lassen.

Vorsichtig abseihen. Auf einer angewärmten Platte, mit brauner Butter übergössen und mit Parmesan bestreut, anrichten. Gut schmeckt eine Tomatensauce dazu.



Steinpilz-Ragout mit Sellerie-Kartoffel-Flan

Zutaten:

Für 4 Personen

160 g Steinpilze

100 g Zwiebel

60 g Porree

40 g Pancetta (oder Bauchspeck)

12 EL Olivenöl

0,5 l Gemüsebrühe

1 Kartoffel

2 Knoblauchzehen

1 Bund glatte Petersilie

150 g Tomaten

3 Zweige Thymian

2 Zweige Pfefferminze

1 Peperoncino

1 EL Milch

1 Zucchini

Zubereitung:

Zwiebel und Porree in feine Streifen schneiden, mit Pancetta in 4 EL Olivenöl hellgold braten. Nach und nach Brühe und geraffelte Kartoffel zugeben. Salzen, pfeffern. In weiterer Pfanne 2 EL Olivenöl, 1 ganze Knoblauchzehe, gehackte Petersilie, klein gewürfelte Tomaten, 2 Zweige Thymian, 1 Zweig Minze, etwas Peperoncino und in Scheiben geschnittene Steinpilze 2 Minuten anbraten, Milch unterziehen. Zugleich in dritter Pfanne 2 EL Olivenöl, 1 ganze Knoblauchzehe, 1 Zweig Minze,

fein geschnittene Zucchini wenige Minuten anbraten, salzen, pfeffern. Pilze und Zucchini in die Pfanne mit Zwiebel und Porree geben, bei niedriger Hitze etwas weiterkochen lassen. Für den Flan Kartoffeln 20 Minuten gar kochen. Inzwischen Porree in Ringe schneiden, blanchieren. In Eiswasser abschrecken, abtropfen lassen. Kartoffeln pellen, grob würfeln. 4 EL Olivenöl erhitzen. Kartoffeln, Porree, Pancetta, 1 Zweig Thymian andünsten. Butter darin schmelzen, salzen, pfeffern. Brühe und Maismehl zugeben, 5 Minuten köcheln. Speck entfernen. Alles im Mixer grob pürieren. Parmesan, Sahne und Eigelb untermischen. Sellerie waschen, putzen, entfädeln. Längs in

Für den Flan:

250 g Kartoffeln
200 g Porree
1 Scheibe Pancetta
1 Zweig Thymian
20 g Butter
200 ml Gemüsebrühe
50 g Maismehl
120 g Parmesan gerieben
300 g Sahne
8 Eigelb
500 g zarter Stangensellerie
Salz, Pfeffer

dünne, möglichst breite Streifen schneiden. 4 Förmchen (8 cm, Höhe 6 cm) buttern, mit Mehl bestäuben, mit Selleriestreifen auslegen, Kartoffelmasse hineinfüllen. Im Wasserbad im 140 Grad heißen Backofen etwa 30 Minuten stocken lassen.



Tiroler Graukas-Taler

Zutaten:

für 4 Personen:

200 g gekochte mehlige
Kartoffeln

200 g einen Tag alte Sem-
meln oder Knödelbrot

100 ml lauwarme Milch

1 mittelgroße weiße Zwiebel

30 g Butter

100 g Tiroler Graukäse
(Sauermilchkäse)

Salz

Pfeffer

Muskat

1 EL fein gehackte glatte
Petersilie

1 EL fein geschnittener
Schnittlauch

3-4 große EL saure Sahne

100 g Butter zum Braten

Zubereitung:

Die gewaschenen Kartoffeln in der Schale weich kochen. Die Semmeln halbieren und mit etwas (nicht zu viel!) lauwärmer Milch in einer großen Schüssel anfeuchten. Geschälte Zwiebel in feine Würfel schneiden und langsam in Butter hell weich schwitzen. Käse ohne Rinde in kleine Würfel schneiden.

Die geschälten, ausgedämpften Kartoffeln mit Hilfe einer Kartoffelpresse über die leicht angefeuchteten Semmeln drücken. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen, Käsewürfel, Petersilie, Schnittlauch, angewischzte Zwiebelwürfel und saure Sahne beigeben, behutsam durchkneten bis die Masse geschmeidig ist. Falls nötig, noch etwas saure Sahne zufügen. Den Teig etwa 20

Minuten ruhen lassen. Taler formen.

In einer Eisenpfanne die Butter hellbraun aufschäumen lassen, Taler von beiden Seiten in knusprig goldbraun braten. Falls nötig, frische Butter beigeben.

Tipp:

Wenn man die Taler nicht zusammen mit einem Krautsalat oder einem kräftigen grünen Salat (z.B. Endivien) essen möchte, so eignen

sie sich hervorragend als Suppeneinlage in einer kräftigen Rindsbrühe. Belegt mit dünnen, angebräunten Zwiebelringen und bestreut mit fein geschnittenem Schnittlauch und etwas fein gehacktem Maggi-kraut (Liebstöckel) ist es etwas sehr Leckeres.

Nimmt man 80% Almkäse und nur 20% Graukas, so werden daraus die sog. Kaspressknödel, die genauso zu verwenden sind. Der Geschmack ist etwas milder



Tomaten mit Mozzarella

Zutaten:

Pro Person:

2 reife Tomaten a ca. 75 g
 $\frac{1}{2}$ Kugel Mozzarella (75 g)
2-3 gehäufte EL grob gehacktes Basilikum
Zucker
Sehr gutes Olivenöl
Parmesankäse
Salz
Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Die Tomaten an den Stielansätzen mit zwei kreuzförmigen Schnitten einritzen, in ein Gefäß geben und mit kochendem Wasser übergießen. Nach 30 Sekunden herausnehmen, auskühlen lassen und schälen. In 5 bis 6 mm dicke Scheiben schneiden. Auf einem flachen, ausreichend großen Teller auslegen.

Mit wenig Zucker, etwas Salz und Pfeffer würzen und leicht mit frisch geriebenem Parmesankäse bestreuen. Den Mozzarella in dünne Scheiben schneiden und auf den Tomatenscheiben verteilen. Den



Käse hat man 2 Stunden vorher aus dem Kühlschrank genommen und abtrocknen lassen. Nochmals mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Großzügig mit dem Olivenöl begießen.

Etwas ruhen lassen, damit alles Zimmertemperatur bekommt.

Unmittelbar vor dem Auftragen das Basilikum hacken und auf Tomaten und Mozzarella verteilen.

Wer mag, kann, wie auf dem Foto, die Tomaten zur Abwechslung auch einmal in Würfelform auf den Teller bringen.

Ziegenkäse im Teignest

Zutaten:

Für 4 Personen
1 Zucchini (ca. 200 g)
20 ml Olivenöl
1 Thymianzweig
1 Knoblauchzehe
Salz
Pfeffer
250 g Ziegenkäserolle
(St. Maure)
4 Filoteigblätter
2 Eigelbe
50 ml Sahne

Zubereitung:

Zucchini mit der Aufschnittmaschine in 4 Längsscheiben (3mm dünn) schneiden. Öl in einer Grillpfanne erhitzen. Zucchinischeiben darin mit Thymian und der zerdrückten Knoblauchzehe auf jeder Seite eine Minute braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, auf Küchenkrepp abtropfen und erkalten lassen.

Ziegenkäse in vier Scheiben (3,5 cm dick) schneiden. Getrocknete Tomatenviertel auf die Zucchinischeiben legen. Ziegenkäse darin einrollen.

Filoteigblätter auslegen. Eigelbe und Sahne verrühren, die Teigblätter damit bestreichen. Auf jedes Teigblatt ein Stück Ziegenkäse setzen. Die Teigspitzen so einschlagen, dass der Käse in einem kleinen Teignest sitzt.

Ziegenkäse im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad 10-12 Minuten backen. Nach dem Backen mit etwas Bärlauchpesto bestreichen. (Siehe Pesto Genovese).

Bärlauchpesto mit einem Spritzbeutel auftragen

Zucchiniflan mit Brin d'Amour

Zutaten:

Für 4 Personen
2 kg Zucchini
grobes Meersalz
4 Eier
125 g Gervais oder Frischkäse
100 g geriebener Comte
oder Emmentaler
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 EL Butter
100 g Brin d'Amour (Käse)
Bechamelsauce:
60 g Butter
40 g Mehl
1/2 l Milch
Salz, Cayennepfeffer, Muskat

Zubereitung:

Zucchini waschen, trocken reiben, falls nötig schälen und auf jeden Fall beide Ende abschneiden. Dann auf einer Reibe in feine Streifen hobeln. Mit Meersalz bestreuen, vermengen und zehn Minuten Wasser ziehen lassen. Die Masse in kleinen Mengen in ein Tuch füllen und Flüssigkeit herauspressen.

Für die Bechamelsauce Butter aufschäumen lassen, Mehl beigeben und ohne Farbe zu geben 5 Minuten rösten, nach und nach mit Milch auffüllen. Mit Salz, Cayenne und Muskat würzen und zirka 20 Minuten ganz langsam

köcheln lassen. Passieren. Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Eier in einer Schüssel aufschlagen, Gervais, Comte, Olivenöl und 2 bis 3 EL Bechamelsauce beigeben (Rest ist für Gemüsesuppen sehr gut), mit Salz und Pfeffer abschmecken, glatt rühren. Ausgedrückte Zucchini beigeben, locker vermengen, noch mal abschmecken.

Masse in eine gut gebutterte Form geben. Form kurz auf der Herdplatte erhitzen, dann auf ein Gitter stellen und 45 Minuten bis eine Stunde im Ofen goldbraun backen.

Herausnehmen, 10 Minuten ruhen lassen. Geriebenen Brin d' Amour darauf verteilen und kurz unter dem Grill zerlaufen lassen.

Dazu gibt man Tomatensauce.

Zucchinipuffer

Zutaten:

Für 6 Personen
4 Zucchini (etwa 750 g)
5-6 Frühlingszwiebeln, fein gehackt
250 g Feta-Käse, zerbröckelt
1 kleines Bund frische Petersilie, gehackt
1 kleines Bund frische Minze, gehackt, einen Teil davon zum Garnieren aufheben
1 EL getrocknete Minze
1 TL. edelsüßes Paprikapulver
140 g Mehl
Salz und Pfeffer
3 Eier, verquirlt
Olivenöl zum Braten
3-4 Limetten

Zubereitung:

Die Zucchini raspeln. Die Raspel zum Abtropfen auf einem Küchentuch ausbreiten und ca. 20 Minuten ruhen lassen.

Die gehackten Frühlingszwiebeln mit dem Feta in eine Schüssel geben. Mit Petersilie, der frischen und getrockneten Minze sowie dem Paprikapulver vermischen. Mehl untermischen, salzen und pfeffern.

Nach und nach die verquirlten Eier untermischen, alles gut verrühren, dann die Zucchiniraspel hinzufügen. Nicht erschrecken, wenn der Teig klumpig und trocken aussieht, er muss so sein.

In einer großen Pfanne einige

Esslöffel Olivenöl erhitzen. Teig portionsweise hinein geben und mit dem Löffelrücken flach drücken. Die Puffer, insgesamt werden es etwa 25 Stück, auf jeder Seite rund zwei Minuten braten.

Limetten klein schneiden und mit den Puffern auf Tellern anrichten. Küchlein mit restlicher Minze bestreuen und mit ein paar Spritzern Limettensaft würzen.

Tipp:

Wenn Sie einen Teil der Zucchini durch geraspelte Mohren ersetzen, haben die Puffer etwas mehr Biss. Sollten welche übrig bleiben,

kein Problem: Sie schmecken auch kalt und können im Kühlschrank aufbewahrt werden. Vorm Servieren sollten sie aber Raumtemperatur annehmen.

