



Kulinarische Integration

IMPRESSUM

Herausgeber:
Alte Apotheke
Stuttgarter Straße 51
70469 Stuttgart
www.aa-s.de

Fotografie:
Frieke Weiss
www.friekeweiss.de

Gestaltung:
[ergo:] Grafik und Konzept GmbH
www.ergo-grafik.de

Druck: wenzel.drucknetzwerk.kg

Auflage: 6000
Dezember 2010

ALTE APOTHEKE

125 Jahre Vertrauen

INHALTSVERZEICHNIS

Inhaltsverzeichnis	2	Aladuschki, Ukraine	27	Gequellde mit weißem Kees, Pfalz	48	Märkische Hochzeitssuppe, Deutschland	68
Vorworte	4	Maultaschen, Schwaben	28	Grumbeersupp un Quetschekuche, Pfalz	49	Frikassee vom Huhn, Deutschland	69
deutsch	5	Gefüllte Paprika Biber dolmasi, Türkei	29	Quetschekuche, Pfalz	49	Fränkischer Krustenbraten, Franken	70
spanisch	6	Olivje, Russland	31	Blini, Russland	50	In Riesling geschmorte Forelle, Frankreich	71
englisch	7	Oreschki-gefüllte Nüsse, Russland	31	Blini mit Hackfleischfüllung, Russland	51	Ente mit Feigen und Rotkohl Dänemark	72
französisch	8	Bayrisches Weißwurstfrühstück, Bayern	32	Gefüllte Eier, Rumänien	52	Tarator, Ungarn	72
italienisch	9	Speckknödelsuppe, Südtirol	34	Gefüllte Oblaten, Rumänien	53	Kartoffel-Birnen-Gratin, Deutschland	73
albanisch	10	Greaschtl, Südtirol	34	Chicken Tikka Masala, Indien	54	Bornaer Zwiebelsuppe, Deutschland	74
serbokroatisch	11	Schlesische Hefeklöße	35	Mango & Joghurt Creme, Indien	55	Sächsische Quarkkeulchen, Sachsen	74
rumänisch	12	Wintersalat, Deutschland	36	Pfälzer Saumagen, Pfalz	56	Königsberger Klopse	75
russisch	13	Pogaca - Türkische Teigtaschen, Türkei	37	Spätzle, Süddeutschland	57	Toastecken mit Forellendip, Deutschland	76
chinesisch	14	Tabuleh, Palästina	38	Mutabbal, Libanon	58	Käsefrikadellen vom Blech, Deutschland	76
arabisch	15	Arabischer Linsenreis, Palästina	39	Kusa, Libanon	59	Medaillons vom Rehrücken auf Rahmpfifferlingen, Deutschland	77
türkisch	15	Kürbissuppe, Deutschland	40	Meghli, Libanon	60	Grießnockerlsuppe, Franken	78
Tomatencremesuppe, Deutschland	16	Eierlikör-Torte, Deutschland	41	Paella valenciana de restaurante, Spanien	61	Tafelspitz mit Meerrettichsoße, Franken	79
Tomatensuppe, Deutschland	17	Himbeer-Tiramisu, Deutschland	42	Kisir, Türkei	62	Danke!	80
Akroschka, Russland	18	Kohlrouladen, Deutschland	43	Apfelkuchen, Deutschland	63		
Borschtsch, Russland	19	Kartoffelpuffer, Deutschland	44	Ofenschlupfer, Süddeutschland	64		
Kartoffelsuppe, Schwaben	20	Shepard's Pie, Irland	45	Brokkolisuppe, Deutschland	65		
Dampfnudeln mit Weinsöße, Schwaben	21	Traditional Irish Sherry Trifle, Irland	45	Pão de Queijo, Brasilien	66		
Fli, Albanien	22	Reis-Kuchen, Slowenien	46	Feijoada Magro, Brasilien	67		
Ravani, Albanien	24	Zigeunerschnitzel, Slowenien	47	Creme de Maracuja, Brasilien	67		
Zitronenspeise, Deutschland	25						
Ucha, Ukraine	26						
Wareniki, Ukraine	27						



Liebe Leserinnen und Leser,

die Idee der „Kulinarischen Integration“ bei uns in der Alten Apotheke entsprang der aktuellen politischen Diskussion.

Wir alle haben diese Idee mit Begeisterung umgesetzt und wünschen uns, dass Sie als Kunden und Freunde der Alten Apotheke den Mut haben, die für Sie zum Teil sicherlich ungewohnten Rezepte auszuprobieren. Ganz bestimmt werden Sie feststellen, dass auch zunächst fremdartig Anmutendes sehr lecker sein kann!

Wenn wir uns in unserer Apotheke umschaun, so sind nur wenige in Feuerbach geboren und aufgewachsen. Aus der Sicht eines eingewachsenen Feuerbächers haben die meisten von uns einen „Migrationshintergrund“, sei es, dass wir aus anderen Stadtteilen, aus dem Ländle, aus der Bundesrepublik, aus Europa oder dem Rest der Welt kommen.

So treffen bei uns die unterschiedlichsten Kulturen, Weltanschauungen und Religionen als soziales Erbe jedes Einzelnen aufeinander. Kommunikatives Miteinander und gegenseitige Toleranz lassen uns bei allen Unterschieden gut zusammenarbeiten und unsere Arbeitszeit angenehm miteinander verbringen.

Nach dem Motto „leben und leben lassen“ und dabei den Genuss am Leben nicht vergessen!

Ihre Alte Apotheke



SPANISCH



Queridas lectoras y queridos lectores,

La idea de una „integración culinaria“ en nuestra antigua farmacia nació a base de la actual discusión política.

Todos nosotros hemos seguido esta idea con mucho entusiasmo y deseamos que Vds., nuestros clientes y amigos de la “Alte Apotheke”, tengan el valor de probar estas recetas, en parte seguramente nada habituales para Vds. Con toda seguridad, se darán cuenta que también lo que a primera vista parece exótico puede ser muy sabroso!

Si miramos alrededor de nuestra farmacia, sólo pocos nacieron y se criaron en Feuerbach. Desde el punto de vista de un vecino autóctono de Feuerbach, la mayoría de nosotros tiene un “entorno migratorio”, bien sea que venimos de otros barrios, del Estado federal, de la República Federal, de Europa o del resto del mundo.

De este modo, en nuestra farmacia se encuentran las más variadas culturas, ideologías y religiones como herencia social de cada uno. La convivencia comunicativa y la recíproca tolerancia nos hace cooperar bien, a pesar de todas las diferencias, y pasar nuestro tiempo de trabajo de manera agradable.

Sigamos el lema “vivir y dejar vivir” sin olvidar el placer en la vida!



ENGLISCH



Dear readers,

The idea of a „culinary integration“ in our Alte Apotheke was triggered by the current political debate. All of us were quite enthusiastic in the implementation of this idea and we would hope that you as customers and friends of the Alte Apotheke feel encouraged to try some of the recipes that may be less familiar to you. You will certainly find that dishes that at first glance seem somewhat strange can be very tasty indeed!

Looking around in the Alte Apotheke we find that only few people were born and educated in Feuerbach and thus – under the “Feuerbach-perspective” - many of us have a migration background: they come from other neighbourhoods, from the greater Stuttgart region, from other parts of Germany, from other European countries and from the rest of the world.

This means that we have a mix of different cultures, different views of the world and religions as the social heritage of different individuals. Mutual communication and tolerance has shown us the way to good cooperation and partnership in our daily work and life.

Our motto is “Live and let live” - and do not forget to enjoy the tasty pleasures of life!

Sincerely yours, Alte Apotheke



FRANZÖSISCH

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'idée d'une « intégration culinaire » dans notre Ancienne Pharmacie a pris naissance dans la discussion politique actuelle.

Nous tous avons mis en pratique avec enthousiasme cette idée et nous souhaitons que nos clients et les amis de notre Ancienne Pharmacie aient le courage d'essayer ces recettes paraissant sans doute exotiques au moins en partie. Certainement vous constaterez que ce qui semble étrange au début se révélera délicieux.

En jetant un coup d'œil sur l'équipe de notre pharmacie, on peut constater que la minorité d'entre nous est née à Feuerbach et y a grandi. Du point de vue d'un indigène de Feuerbach, la plupart de notre équipe est « issue de l'immigration », soit d'un autre quartier de Stuttgart, soit d'une autre partie de Baden-Wurtemberg ou d'Allemagne, soit d'Europe ou d'un autre coin du monde.

C'est ainsi que diverses cultures, conceptions de vie et religions dues à l'héritage social de chacun d'entre nous se rencontrent dans notre pharmacie. Malgré toutes ces différences, il existe chez nous une communication commune et une tolérance réciproque qui permettent de bien travailler et de passer nos heures de travail agréablement ensemble.

Notre devise est : « Vivre et laisser vivre » tout en jouissant de la vie!



ITALIENISCH

Care lettrici, cari lettori,

L'idea d'integrazione culinaria nella nostra "Alte Apotheke" è sorta dall'attuale discussione politica.

Noi tutti abbiamo messo in atto questa idea con entusiasmo e ci auguriamo che Voi come amici e sostenitori della "Alte Apotheke" abbiate il coraggio e il piacere di provare queste ricette anche se, in parte, vi possano sembrare insolite. Come sicuramente potrete constatare anche quello che inizialmente sembra strano può essere molto buono.

Se ci guardiamo intorno nella nostra farmacia notiamo che solo in pochi sono nati e cresciuti a Feuerbach. Guardato dal punto di vista di uno di Feuerbach, la maggior parte di noi ha uno sfondo migratorio, sia che si provenga da altri quartieri della città, da paesini, dalla Germania, dall'Europa o dal resto del mondo.

Così da noi si incontrano le diverse culture, religioni e ideologie come patrimonio sociale di ogni singolo individuo. La comunicazione e la reciproca tolleranza ci permettono di lavorare bene e in sinergia, nonostante le diversità, e di trascorrere piacevolmente insieme gran parte della nostra vita.

Secondo il motto "vivi e lascia vivere" senza trascurare il proprio piacere di vivere!

La sua Alte Apotheke



8



9

ALBANISCH



Lexues të dashur,

ideja e "integracionit në kuzhinë" këtu në Alte Apothek na ka lindur si rrjedhë e debatit aktual politik.

Këtë ide të gjithë ne së bashku e kemi realizuar me entuziazëm prandaj urojmë që edhe ju si blerës dhe si miq të Alte Apothek të keni guxim t'i provoni këto receta të cilat për ju do të jenë pjesërisht janë të pazakonta. Me siguri do të konstatoni se edhe ato ushqime që në shikim të parë mund të duken të çuditshme, kanë shije shumë të lezetshme.

Kur shikojmë njëri tjetrin këtu në barnatoren tonë, vërejmë që të paktët jemi lindur dhe rritur në Feuerbach. Nga këndvështrimi i një banori që është lindur dhe rritur në Feuerbach, shumica prej nesh kanë "prejardhje imigranti", qoftë sepse vijmë nga ndonjë lagje tjetër, nga ndonjë vend tjetër i krahinën sonë, nga ndonjë qytet tjetër i Gjermanisë, nga ndonjë vend tjetër i Evropës ose nga ndonjë shtet tjetër i botës.

Kështu pra, kulturat, pikëpamjet dhe fetë nga më të ndryshmet tek ne ndeshen me njëra tjetrën si trashëgimi sociale e secilit prej nesh. Me gjithë dallimet e shumta, bashkëjetesa e shoqëruar me komunikim dhe toleranca e ndërsjellë na mundësojnë që bashkëpunimi ynë të jetë i mirë dhe që koha e punës të cilën e kalojmë së bashku të jetë e këndshme.

Porosia jonë është "jeto dhe lejo tjetrin të jetosh" por mos harro as ta shijosh jetën!

Juaja Alte Apotheke

SERBOKROATISCH



Dragi čitaoci,

ideja „kulinarske integracije“ kod nas u Alte Apotheke je proizišla iz aktuelne političke debate.

Mi svo ovu ideju ostvarili s oduševljenjem te bismo željeli da i vi kao kupci i prijatelji apoteke Alte Apotheke budite hrabri da isprobate recepte na koje ćete djelimično sigurno biti nenaviknuti. Sigurno je da ćete utvrditi da i nešto što na prvi pogled izgleda strano, može da bude i te kako ukusno!

Ako pogledamo oko nas ovdje u našoj apoteci, vidjećemo da je samo mali broj nas roden i odrastao u Feuerbachu. Sa gledišta jednog starosedioca Feuerbacha, većina nas ima „migracijsko porijeklo“, bilo jer dolazi iz nekog drugog dijela grada, iz nekog drugog mjesta u regiji, iz drugog grada u Njemačkoj, iz druge zemlje Evrope ili iz neke druge države svijeta.

Time se kod nas najrazličitije kulture, pogledi na svijet i religije susreću kao socijalno nasljedstvo svakog od nas. Uprkos svim razlikama, komunikativno zajedništvo i uzajamna tolerancija nam omogućavaju da dobro saradujemo te da naše radno vrijeme provedemo ugodno jedan sa drugim.

Po devizi „živi i ostavi druge da žive“, ali ne zaboravi pri tome da uživaš u životu!

Vaša Alte Apotheke



RUMĂNISCH



Stimati cititori,

ideile de „integrare culinară“ au apărut în farmacia noastră din discuțiile politice actuale.

Noi toți am pus în aplicare, cu entuziasm și speranță și ne dorim ca prietenii și susținătorii farmaciei noastre să aibă curajul de a încerca rețetele neobisnuite pentru unii sau alții. Cu siguranță veți observa că și ceva neobisnuit poate fi gustos.

Dacă ne uităm în jurul nostru, în farmacia noastră numai puțini sînt născuți și au crescut în Feuerbach. Din perspectiva unui localnic multi dintre noi au emigrat, unii sînt din alte părți ale orasului, din alte țări sau continente.

La noi se întîlesc diferite culturi, religii ca un patrimoniu social. Acest patrimoniu se mostenește de obicei de la o vîrstă fragedă și se păstrează o viață întreagă. Prin urmare la noi nu se pune problema ce este bine sau rău pentru că toți avem convingerea că toate culturile, tradițiile sau religiile sînt bune.

Comunicarea între noi și toleranța pentru toți ne face să ne înțelegem și să ne petrecem o parte a vieții noastre în liniște și pace.

După principiul „Trăiește și lasă și alții să trăiască“ ne bucurăm de viața noastră!

Angajații farmaciei noastre



RUSSISCH



Дорогие читатели,

замысел издать книгу «кулинарная интеграция» возник у сотрудников Старой Аптеки в результате оживленной политической дискуссии.

Мы все с восторгом приняли за осуществление этой идеи и желаем, чтобы Вы, наши клиенты и друзья, Старой Аптеки, не побоялись приготовить еще незнакомые Вам блюда. Вполне вероятно, что многие рецепты покажутся Вам не только непривычными но и необычными. И тем не менее, мы убеждены, что, если Вы найдёте в себе мужество попробовать наше новое «меню», то наверняка убедитесь, что это «необычное» может быть очень и очень вкусным.

Заглянув в нашу аптеку, можно отметить, что лишь немногие из сотрудников родились и выросли в районе «Feuerbach». За спиной многих имеется миграционный опыт, будь это миграция из другого района города, земли Германии, европейской страны или другой части мира.

У нас встречаются представители разных культур и религий, у каждого из которых свое мировоззрение, свой взгляд на жизнь. Однако, эти различия не разделяют, а, напротив, объединяют и обогащают нас.

Толерантность и тесное взаимодействие позволяют нам, несмотря на все отличия, эффективно сотрудничать и находить много приятного и полезного в общении друг с другом.

Следуя известному выражению: «Живи сам и давай жить другим», не забывайте ещё и наслаждаться жизнью!

Ваша «Alte Apotheke»



CHINESISCH



亲爱的读者：

在我们Alte药房诞生的“美食融入”这一主意来源于目前大家所关注的政治话题。

我们以极大的热忱将此主意付诸实现，希望您作为我们Alte药房的顾客和朋友能勇于尝新。您可能会觉得其中一些菜谱既陌生又新奇，但您在尝试了之后肯定会发现这些异国菜肴也是非常可口的美味佳肴！

就拿我们药房来说，在Feuerbach出生和长大的仅寥寥几人。从Feuerbach本地人的角度来看，我们中的绝大多数都具有“移民背景”，有些来自本市其他城区，有些来自本州或德国其他城市，还有些来自欧洲其他国家或全球其他大洲。

在我们这里，不同的文化、世界观和宗教信仰作为每个个体的社会遗产相遇相聚，而相互之间的沟通与宽容使我们能够愉快合作、和睦共处。

我们的格言是“生存，也让别人生存”，同时不忘享受生存的乐趣！

您的Alte药房

ARABISCH

عزيزي القارئ

على أثر الجدل السياسي الحالي، تبادرت إلى أذهاننا فكرة إفتتاح الفرد منا على مطبخ الفرد الآخر في حال الإختلاف في الأصل

علينا جميعاً أن ننفذ هذه الفكرة بحماس، ونأمل أن يكون لدينا كزبائن وأصدقاء لهذه الصيدلية، الجراءة الكافية لتنفيذ الوصفات المرفقة والتي قد تبدو لكم أحياناً غريبة. هذه التجربة ستسحق لكم فرصة إكتشاف طيبة ولذة ما بدا لكم غريباً

معظم من يعمل في هذه الصيدلية لم يولد ويتربّع في مدينة فويرباخ. وحال هؤلاء، في نظر من ولد وترعرع في فويرباخ، كحال من أتى إليها من مدينةٍ أخرى، أو ولايةٍ أخرى، أو بلدٍ آخر، أو حتى من قارةٍ أخرى. ومعنى آخر، هم كلهم مهاجرون إذا صح التعبير

وبهذه الطريقة تجتمع لدينا الثقافات المتنوعة، وكذلك المعتقدات والأبواب على شكل إرث إجتماعي، التواصل الفعال والتسامح المتبادل بين جميع الأطراف يمكننا من العمل سوياً بانسجام ومن قضاء عملنا بشكل جيد

عاملين مبدأً "مش ودع غيرك يعيش"، دعونا نعيش ولاننسى أن نتمتع مليئاً بهذه الحياة

صيدليكم

TÜRKİSCH

Sevgili okurlar,

"mutfak bütünleşme fikri" mevcut olan siyasi tartismadan dolayı bizim Eski Eczanede (Alte Apotheke) ortaya çıktı.

Hepimiz heyecanla ve ümitle bu fikri hayata geçirdik ve ümit ediyoruzki; siz Alte Apotheke'nin müşterileri olarak, cesaret ederek, süphesiz sizin için olagandisi olan yemek tariflerini denemenizi temenni ediyoruz. Kesin farkına varacaksınız ki; sizin için yabancı olan yemekler bile çok tatlı olabilir!

Alte Apotheke çalışanları olarak kendimize bakarsak, az kisi feuerbachda doğdu ve büyüdü. Bir Feuerbach yerlisinin bakısına göre, Feuerbachda çok göçmen kökenli insanlar yaşamaktadır. Bunlar değişik illerlerden, kırsal bölgelerden, Federal Cumhuriyetten, avrupadan ve dünyanın diğer ülkelerinden gelmektedir.

Bu nedenle farklı kültürler, farklı inançlar ve sosyal miras olarak birbiriyle iç içe olmuştur. İletişimsel birleşim ve karşılıklı anlayış bizleri farklılıklarımızla beraber iyi çalışmamıza ve güzel rahat iş saatleri geçirmemize neden oluyor.

Bu slogandan çıkarmak istedigimiz mana " yasa ve yasat" yasamdan zevk almayı unutma!

Sizin Alte Apotheke'niz





Tomatencremesuppe

Zutaten für 4 Personen:

Tomatencremesuppe:

50 g Schalotten

600 g Tomaten

1 Knoblauchzehe

Rosmarin, Basilikum, Salz, Pfeffer, Zucker

Selleriecremesuppe:

50 g Schalotten

600 g Sellerie

1 l Gemüsebrühe

0,2 l Sahne

2 EL Crème fraîche

20 g Butter

Selleriecremesuppe:

Schalotten anschwitzen, Sellerie waschen, putzen, in kleine Stücke schneiden und dazugeben. Sahne zugeben, kurz einkochen und mit der Gemüsebrühe auffüllen, ca. 20 Minuten leicht kochen, bis der Sellerie weich ist, pürieren und ebenfalls durch das Passiersieb streichen. 20g Butter und 20g Crème fraîche mit dem Mixstab aufmontieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die beiden Suppen müssen die gleiche Konsistenz haben und werden mit 2 Schöpfkellen gleichzeitig je zur Hälfte in den Teller gegeben. Kleine Würfel von abgezogenen Tomaten dazugeben und mit einem langen Schnittlauchhalm dekorieren.

Tomatencremesuppe:

Tomaten waschen, vierteln, mit einer Prise Salz und 10 mittelgroßen Blättern Basilikum im Topf vermengen und über Nacht ziehen lassen.

Schalotten mit Knoblauchzehe und Rosmarinzwiegen in Olivenöl anschwitzen und mit den Tomaten ca. 20 Minuten leicht köcheln lassen, pürieren und durch ein nicht zu feines Passiersieb streichen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.



Tomatensuppe

Zutaten:

1/8 l Sahne

1 Dose Tomatencremesuppe (410 g)

1 Dose geschälte Tomaten (420 g)

weißer Pfeffer

Paprika edelsüß, Salz,

Curry, 1 Prise Zucker



Tomatencremesuppe mit der auf der Gebrauchsanweisung angegebenen Wassermenge in einem Topf gut durchschlagen. Tomaten aus der Dose mit ihrem Saft durch ein Haarsieb in einen Topf streichen oder im Mixer pürieren. Zur Tomatencremesuppe geben. Aufkochen. Mit Pfeffer, Paprika, Salz, Curry und Zucker kräftig abschmecken.

Suppe in vier Tassen füllen. Mit einer Sahnehaube garnieren. Als Farbtupfer eine Messerspitze Curry darüberstäuben.

Traute & Adolf Glückler

Akroschka-Russische Sommersuppe

Zutaten für 6 Portionen:

400 g Fleischwurst,
möglichst Geflügelfleischwurst
6 Pellkartoffeln, gekocht
6 Ei(er), hart gekocht
1 Salatgurke(n)
2 Bund Frühlingszwiebel(n)
2 Bund Radieschen
Salz
1 Liter Mineralwasser
1 Liter Natur-Joghurt, milder
evtl. Cremefine
evtl. Dill, frischer

Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden und mit dem Salz vermischen. Ein wenig den Saft mit der Hand auspressen. Die Fleischwurst und die Eier möglichst fein würfeln. Die Pellkartoffeln ebenfalls in Würfel schneiden. Die Salatgurke in Ringe schneiden und diese anschließend vierteln.



Alle Zutaten in einen Topf geben und mit dem Joghurt vermischen, evtl. mit Cremefine verfeinern. Ein wenig ziehen lassen und nach und nach mit Mineralwasser verdünnen.

Tipp: Ein wenig frischen Dill über die fertige Akroschka geben. Akroschka schmeckt am besten gekühlt. Einfach ca. eine halbe Stunde vor dem Verzehr in den Kühlschrank stellen.



Matroschka in Traditionstracht

Borschtsch-Russische traditionelle Suppe

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Suppenfleisch, gemischtes
1 große Möhre, 1 große Zwiebel
200 g Weißkohl, 3 Kartoffeln
2 mittelgroße Tomaten, 1 Lorbeerblatt
2 EL Butter, 4 TL saure Sahne
1 Prise Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen
1 EL Dill, frisch, gehackt
1 EL Petersilie, frisch, gehackt
1 große Rote Bete
1/8 Liter Brühe, 2 Liter Wasser

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in 2 l Wasser mit Salz bei schwacher Hitze aufkochen. Den Schaum abschöpfen, bei mittlerer Hitze etwa 2 Stunden ziehen lassen. Das Fleisch herausnehmen. Die Kochbrühe nicht wegwerfen.

Die rote Bete, die Möhre und die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Den Weißkohl putzen und in dünne Streifen schneiden. Die Butter erhitzen und das Gemüse darin anbraten. Etwa 1/8 Brühe dazugeben und alles etwa 10 Minuten bei schwacher Hitze dünsten. Die geschälten und in Scheiben geschnittenen Kartoffeln und das Lorbeerblatt hinzufügen. Die restliche Kochbrühe durch ein Sieb dazugießen und alles etwa 30 Minuten kochen.

Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, häuten und klein schneiden, Dill und Petersilie zum Borschtsch geben und diesen mit Salz und Pfeffer würzen. Nun das Fleisch klein schneiden und ebenfalls zur Suppe geben.

Den Borschtsch in die Teller füllen und je einen Löffel saure Sahne in die Mitte geben. Am besten Weißbrot dazu reichen.

Tipp: Borschtsch schmeckt besser, wenn er einen Tag steht.

Zubereitungszeit:
ca. 30 Min.



Marina Jeiter

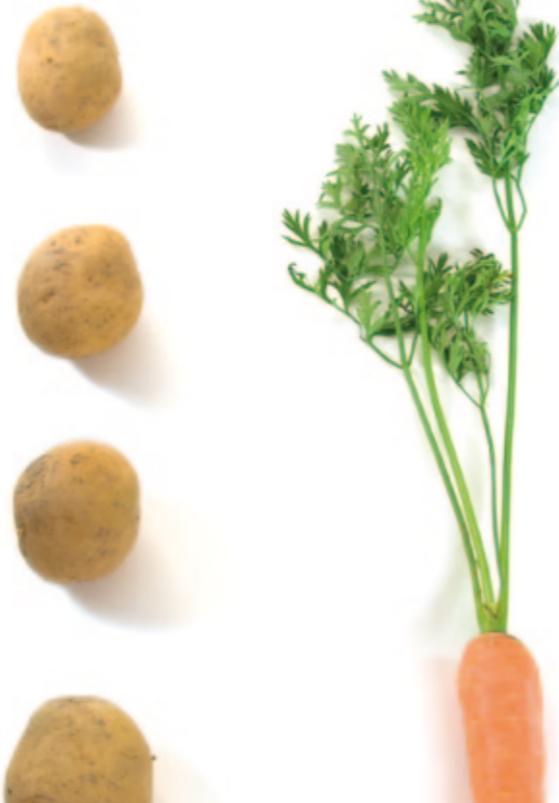
Kartoffelsuppe

Zutaten

1 Zwiebel
1 Stange Lauch
1 Karotte
1 Knoblauchzehe
ca. 150g Selleriewürfel
1/2 Bund Sellerie, frei geschnitten
ca. 500g Kartoffeln in Würfel geschnitten

Bei diesem traditionellen Gericht wird die Kartoffelsuppe als Vorspeise und die Dampfnudeln als Hauptgericht gereicht.

Alle Zutaten zusammen in 2 Esslöffel Butter andünsten und 1L Gemüsebrühe zugeben. Das Ganze ca. 30 Minuten garen und anschließend pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Muskat, Majoran und Petersilie würzen.



Ilse Krieger

Dampfnudeln mit Weinsoße



Dampfnudeln schmecken auch ohne Zucker, dann etwas mehr Salz nehmen.

Dazu schmeckt Kompott, Vanillesoße oder Weinsoße.



Zutaten:
500 g Mehl
80 g Zucker
80g Butter
1 Ei
1/4 l warme Milch
1/2 TL Salz
1 Hefewürfel
Schale von 1 Zitrone
1 EL Butter
30 g Zucker
1/2 TL Salz

Zunächst einen Hefeteig aus Mehl, Zucker, Butter, Ei, Milch, Salz, Hefe und Zitronenschale herstellen und zur doppelten Größe gehen lassen.

Butter im Topf erhitzen, Kugeln hineinsetzen in einem Abstand von 2-3 cm. Zucker und Salz im heißen Wasser (1/8 l) auflösen, am Rand des Topfes eingießen, Deckel drauf, Temperatur zurück schalten und ca. 20 Minuten dampfen. Dabei den Deckel geschlossen lassen. Wenn das Wasser verdampft ist und die Dampfnudeln eine Kruste bekommen, den Deckel entfernen, so dass kein Wasser in die Pfanne kommt.

Weinsoße

Zutaten:

2 Eigelb
1 Ei
150 g Zucker
1 EL Mondamin
1/2 l Weißwein

Zucker und Eier schaumig rühren, Mondamin mit Wein anrühren und dazu geben. Unter kräftigem Schlagen mit dem Schneebesen 1 x kurz aufkochen. Kalt oder warm servieren.





Fli, ein leckeres albanisches Gericht

Wichtig: Die Geräte, Schüsseln in Nähe des Ofens bereitstellen, einen genügend großen Platz mit einem feuerfesten Untersetzer in Ofennähe schaffen, denn die Fli geht rein und raus aus dem Ofen. Man muss viel mit Oberhitze und Unterhitze arbeiten oder im Rillenwechsel. Sehr aufpassen muss man, wenn man die Ofentür öffnet, dass einem der heiße Dampf nicht ins Gesicht schlägt.



Zutaten für 4 Portionen:

1 kg Mehl, Wasser, Salz, Öl, Joghurt und Rahm

1. Mehl in eine Schüssel geben, die Menge entsprechend der Größe eines runden Kuchenblechs. Man bereitet aus Mehl, Wasser, Salz (nicht zuviel), etwas Öl (nicht zuviel) einen Teig zu, etwas dicker als Pfannkuchenteig aber dünnflüssiger als Spätzleteig (er muss gut vom Löffel fließen). Den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen.

2. In der Zwischenzeit Joghurt, etwas Rahm, ca. 1 TL Öl, 2 Prisen Salz vermischen (die Menge sollte etwa der Hälfte des Teiges entsprechen).

3. Ein rundes Kuchenblech großzügig einölen.

4. Den Backofen möglichst heiß vorheizen, dann das Blech einen Moment hineinstellen, damit sich das Öl erhitzt.

5. Nun einen Teil des Teigs auf das Blech geben, so dass der Boden bedeckt ist. Dann kommt das Blech kurz - auf der mittleren Schiene - in den Ofen und die Temperatur wird verringert. Wenn der Teig ein wenig bräunlich aussieht, muss er wieder heraus genommen werden.

6. Dann wird der Boden mit einem Teil der Joghurtmischung bestrichen und kommt dann wieder eine kurze Zeit, in den Ofen. Wenn die Joghurtmischung leicht goldbraun ist, muss das Blech wieder heraus genommen werden.

7. Diese beiden Vorgänge werden, bis der Teig und die Joghurtmischung aufgebraucht sind wiederholt. Allerdings geht man, umso mehr in der Form ist, mit dem Blech weiter in Richtung Oberhitze, damit die unteren Schichten nicht verbrennen.



8. Die letzte Schicht muss die Joghurtmischung sein, welche zusätzlich noch mit Eigelb bestrichen werden kann, um eine schönere goldene Bräune zu erzielen. Und dann kommt die ganze Form nochmals auf die oberste Schiene und wird bei 180°C kurz (ca. 8 Minuten) gebacken.



Aza Muslija





HAUPTSPEISE AUS ALBANIEN



AZA MUSLIJA

Ravani

Zutaten für ca. 16 Stücke:

100 g Butter oder Margarine
 60 g Zucker, 3 Eier (Größe M)
 1 Päckchen Orange-back
 Saft von 1 Orange (ca. 6 - 7 EL)
 2 TL Backpulver, 80 g Mehl, Salz, 50 g Grieß
 30 g Mandelstifte, Fett fürs Backblech
 Alufolie, Pergamentpapier

Für den Sirup:

175 g Zucker und 1 EL Weinbrand

Weiches Fett mit der Hälfte des Zuckers schaumig rühren. Eier trennen. Nacheinander das Eigelb unterrühren. Orange-back, Orangensaft, das mit Backpulver vermischte Mehl, Salz, Grieß und

Mandelstifte unter die Fett-Eigelb-Zucker-Masse rühren. Eiweiß steif schlagen und dabei nach und nach den restlichen Zucker einrieseln lassen. Eischnee unter den Teig heben. Das Backblech zur Hälfte einfetten. Den Teig darauf austreichen. Einen Alufolienstreifen falten und vor den Teig legen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175°/ Gas: Stufe 2) 45 Minuten backen (nach ca. 30 Minuten mit Pergamentpapier abdecken). Auskühlen lassen. Den Zucker mit sechs bis sieben Esslöffeln Wasser aufkochen, etwas einkochen lassen und den Weinbrand unterrühren. Den Sirup über den Kuchen gießen. Den Kuchen in Rauten schneiden.

Zubereitungszeit ca. 1 1/4 Stunden.

NACHSPEISE  SABRINA STOLZ

Zitronenspeise

Zitronenspeise

Zutaten:

5 Eier

5 EL Zucker

4-5 Zitronen

1 Päckchen Gelatine

Zubereitung:

- 5 Eier trennen, das Eiweiß steif schlagen
- Eigelb mit 5 EL Zucker schaumig aufschlagen
- Zitronen auspressen und Saft je nach Geschmack zur Eigelbmischung hinzugeben
- Ein Päckchen Gelatine nach Vorschrift zubereiten, kurz abkühlen lassen und unter die Masse rühren
- Eischnee dem unterheben
- Masse in Gläser abfüllen und in den Kühlschrank stellen
- vor dem Servieren Sahne schlagen und die Zitronenspeise damit verzieren, wenn sie Mund hoch auf die Sahne in Blick

5 Eier trennen.
 Eiweiß aufschlagen.
 Eigelb mit 5 Esslöffel Zucker schaumig aufschlagen, Zitronen auspressen und Saft nach Geschmack hinzugeben. Ein Päckchen Gelatine nach Vorschrift zubereiten, kurz abkühlen lassen und unter die Eigelbmasse rühren, Eischnee unterheben und Masse in Gläser abfüllen, in den Kühlschrank stellen.
 Vor dem Servieren Sahne schlagen und Zitronenspeise damit verzieren.



Sabrina Stolz





Ucha-Ukrainische Fischsuppe



Luba Alperina

Fische abschuppen, ausnehmen und säubern. Fischköpfe und Fischschwänze abschneiden (Nicht wegwerfen!). Den verbleibenden Fisch in ca. 4-5cm große Stücke schneiden, Kartoffeln schälen und würfeln. Karotte und Petersilienwurzel ohne Grün in Scheiben schneiden. Lauch in Scheiben schneiden, Petersiliengrün kleinhacken. Zwiebeln klein hacken.

hinzufügen und weitere 6 Minuten köcheln lassen. Jetzt die in Stücke geschnittenen Fische in die Brühe geben und ca 16 - 18 Minuten köcheln lassen. Jetzt noch den Dill und das fein gehackte Petersiliengrün hinzugeben und das Ganze mit Salz noch etwas abschmecken. Sodann den Topf vom Herd nehmen und weitere 7 Minuten zugedeckt ziehen lassen.

- Zutaten:
- Insgesamt 1 - 1,5 kg Flußfische wie z.B. Barsche, Kaulbarsche, Rotfedern, Rotaugen, Hecht, Zander etc.
 - 300 g Kartoffeln
 - 2 Zwiebeln (nicht zu klein)
 - 1 Stange Lauch
 - 1 Karotte
 - Salz
 - 6 zerdrückte Pfefferkörner
 - 2 Petersilienwurzeln mit Grün
 - Dill
 - 2 Lorbeerblätter
 - ca. 1,8 l kochendes Wasser



Wasser zum Kochen bringen und salzen. Petersilienwurzel, mit den Fischköpfen /-schwänzen in das kochende Wasser geben und bei mäßiger Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Den Schaum nach Bedarf abschöpfen. Dann die Fischreste herausnehmen, entsorgen und die Brühe durch ein Sieb durchsiehen. Die Lorbeerblätter, zerdrückte Pfefferkörner, Zwiebeln, Karotte, Lauch, Kartoffeln zur Brühe



Wareniki - Teigtaschen mit Quark

Mehl in die Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde machen, Eier (2 St.) und 1/2 TL Salz in die Mulde geben. Warmes Wasser hinzufügen und vermischen, bis der Teig eine feste Konsistenz hat und nicht klebt. Den Teig auf dem Tisch gut durchkneten. In eine andere Schale Quark geben. Das Eigelb (2 St.), 1/2 TL Salz und 1 TL Zucker hinzugeben. Den Teig ausrollen und in kleine gleichmäßige Stücke schneiden. Alle kleinen Stücke nochmals

mit dem Nudelholz ausrollen. In jedes ausge-rollte Teil Quark füllen und zusammenkleben. In kochendem und gesalzenem Wasser kochen. Wenn diese an die Oberfläche aufsteigen, mit der Schaumkelle entnehmen und auf den Tisch servieren. Dazu eignen sich erhitze, zerlaufene Butter und Schmand. Zubereitungszeit: 50 Minuten

- Zutaten:
- 500 g Mehl
 - 4 Eier
 - Salz / Zucker
 - 50 g Butter
 - 1 Zwiebel
 - 400 g Quark
 - 3 l Wasser



Aladuschki

Die Eier mit einer Gabel verquirlen. Vanillinzucker und Backpulver hinzufügen und weiter schlagen. Die Buttermilch hinzufügen und den Zucker unterrühren. So viel Mehl unterrühren, dass ein dickflüssiger Teig entsteht. Den Teig löffelweise in eine Pfanne mit heißem Öl

geben, wenn die Unterseite leicht gebräunt ist, die „Aladuschki“ wenden und fertig backen. Nach Belieben mit Puderzucker bestreut und mit beliebigem Kompott, Marmelade, Nutella, Honig oder Ahornsirup genießen! Zubereitungszeit: 25 Minuten

- Zutaten:
- Mehl nach Bedarf
 - 2 Eier
 - Pck. Backpulver
 - Pck. Vanillinzucker
 - 5 EL Zucker
 - Becher Buttermilch
 - Öl



Maultaschen



Angelika Cornelius



Zutaten:

500 g Nudelteig
 (wird selbst hergestellt)
 Fleischteig aus 600 g
 Hackfleisch roh gemischt
 2 Eier
 2 Brötchen
 2 Zwiebeln (ca. 70 g)
 viel Petersilie
 Salz und Pfeffer
 Paprika
 Knoblauch
 250 g Tiefkühlspinat

Daraus ergeben sich je nach Größe ca. 50 bis 70 Maultaschen. Die Füllung kann selbstverständlich auch mit Brät gemacht oder mit Speck verfeinert werden. Andere Füllungen – auch Gemüsefüllungen – sind ebenso möglich.

Zubereitung des Nudelteigs:

3 ausreichend große Eier in eine Schüssel schlagen und mit Wasser auf insgesamt 200 g auffüllen. In die Rührmaschine geben, 400 g Mehl dazu sieben (es geht auch mit Weizenvollkornmehl), 1 Kaffee-

löffel Salz, 2 Kaffeelöffel Öl dazugeben, zumachen und laufen lassen. Konsistenz und Klebrigkeit des Teigs evtl. durch Zugabe von Wasser oder Mehl regulieren. Der Teig muss leicht klebrig sein, sich jedoch von der Schüssel lösen lassen. Fertig ist der Teig, wenn er beim Durchschneiden an der Schnittfläche kleine Poren und Wellenlinien zeigt. Nudelteig aus der Maschine nehmen und verdeckt lagern.



Zubereitung des Fleischteigs:

Spinat auftauen, kalt werden lassen. Zwiebeln klein schneiden. Brötchen eingeweicht und gut ausgedrückt in die Rührmaschine geben. Hackfleisch dazu, 2 Eier darüber, Petersilie dazu und Zwiebeln. Gewürze in den Spinat einrühren und alles in die Rührmaschine. Sauber mischen.

Zubereitung der Maultaschen:

Zwei große Töpfe (> 5l Inhalt) mit Wasser füllen, Salz dazu, Herd einschalten, da das Anheizen bis zum Kochen Zeit braucht. Abtropfsiebe und Schöpfer für Maultaschen bereitstellen, ebenso Teller für Zwischenlagerung vor dem Kochen. Nudelbrett einmehlen, Nudelmaschine in Betrieb nehmen. Ein Viertel des Nudelteigs oder weniger in der Nudelmaschine von Stufe 7 bis Stufe 2 durchwalken. Die Maserung des Nudelbretts muss sichtbar sein, der ausgewellte Teig sollte jedoch nicht zerreißen. Gewalzten Nudelteil ausbreiten, zur leichteren Handhabung evtl. Fläche halbieren und diese Menge auf zwei Mal machen. Den entsprechenden Anteil Fleischteig aus der Maschine holen, gleichmäßig eine Hälfte des ausgebreiteten Nudelteigs damit einstreichen. Den Rand frei fal-

ten und die unbestrichene Hälfte über die andere. Die Form sollte passen.

Andere Möglichkeit: Nudelteig gleichmäßig einstreichen, ein Drittel von einer Längsseite nach innen schlagen, dann das andere Drittel darüber schlagen.

Mit dem Rührlöffel Portionen abdrücken und mit dem Rädchen trennen. Mit dem Rädchen auch außen herum fahren, sieht schöner aus.

Die Maultaschen sollten sich einigermaßen leicht vom Nudelholz lösen, sonst mehr Mehl auf dem Nudelholz verwenden. Die Maultaschen nun ins kochende Wasser geben und ca. 15 Minuten kochen lassen.





HAUPTGERICHT AUS DER TÜRKEI



TUBA YILDIRIM

Gefüllte Paprika Biber dolmasi



Hitze 30 Minuten kochen. Biber dolmasi mit Fladenbrot servieren. Man kann die gefüllte Paprika auch zusätzlich im Backofen grillen.



Tuba Yildirim

Paprika waschen, den Stengelansatz nach innen drücken und herausziehen oder abschneiden. Zwiebel und eine Tomate würfeln und mit Hackfleisch und gewaschenem Reis mischen. Wer es gerne aromatischer mag, kann auch gehackte Petersilie oder Dill dazugeben. Die Fleischmischung mit Salz und Pfeffer würzen und in die Paprika füllen.

Die zweite Tomate in dicke Scheiben schneiden. Die Tomatenscheiben werden als Deckel auf die Paprikaöffnung gelegt. Die gefüllten Paprika in einen Topf stellen, 1 Glas leicht gesalzenes Wasser zufügen und bei mittlerer

- Zutaten:
- 4 bis 6 Paprika
 - 250 g Hackfleisch
 - 1 Zwiebel
 - 50 g Reis
 - 2 Tomaten



REZEPT AUS RUSSLAND



LIDIA EKEL

Olivje

Zutaten:

- 250 g Fleischwurst
- 150 g Erbsen (aus der Dose)
- 6 Gewürzgurken
- 3 große Kartoffeln
- 4 Eier
- 1 große Zwiebel
- 250 ml saure Sahne oder Salatmayonnaise
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Die Kartoffeln und Eier kochen. Fleischwurst, Gewürzgurken, Zwiebel und abgekühlte Kartoffeln und Eier würfeln. Alle Zutaten in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und die saure Sahne untermischen. Nach Geschmack mit Petersilie schmücken.



NACHSPEISE AUS RUSSLAND



LIDIA EKEL

Oreschki-gefüllte Nüsse



Aus allen Zutaten einen Knetteig herstellen. Milchmädchen in der Dose 2 Stunden kochen. Den Teig in kleine Portionen teilen und in einem „Waffeleisen Zaubernuss“ backen, bis sie goldgelb sind. Ränder abschneiden. Randreste (zerbröselt) und Walnüsse in die Creme mischen. Die Hälften mit Creme füllen und zusammenkleben.

Zutaten:

- 400g Mehl
- 2 Eier
- 100 g Zucker
- 250 g Butter
- 1/2 Päck. Backpulver
- 1 Päck. Vanillezucker
- 100 g Speisestärke

Für die Füllung:

- 1 Dose Kondensmilch (z.B. Milchmädchen)
- Walnüsse nach Geschmack

Bayerisches Weißwurstfrühstück mit Radi und Obatzda



Wasser erhitzen und die Weißwürste 5 bis 10 Minuten im heißen Wasser ziehen lassen. Radi und Radieschen putzen und in Scheiben, den Radi zum Auseinanderziehen, aufschneiden.

Für den Obatzda den Camembert klein schneiden und mit dem Frischkäse und der weichen Butter verrühren. Die Zwiebeln ganz fein hacken und unter die Käsemasse geben. Alles mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Paprikapulver würzen.

Dazu trinkt man ein kühles Weißbier (Weizenbier). Dieses auch alkoholfrei, leicht oder in der Fastenzeit als Starkbier.

Die Weißwurst ist neben dem Schweinsbraten wohl die berühmteste bayerische Spezialität und wird traditionell am Vormittag gegessen. Die erste Weißwurst erblickte am 22. Februar 1857 im Gasthaus „Zum ewigen Licht“ am Münchner Marienplatz das Licht.

Wer ein Weißwurstfrühstück in der entsprechenden Umgebung genießen will, kann das im Schneider Weiße Bräuhaus im Tal und im Hofbräuhaus in München, aber auch in den vielen schönen Gasthäusern in Bayern erleben.



- | | |
|-----------------------------|---------------------|
| Für 2 Personen | |
| 2 Paar Weißwürste | 2 kleine Zwiebeln |
| süßer Senf | Kümmel |
| Radi (scharfer Rettich) | Salz |
| Radieschen | Pfeffer |
| 250 g Camembert | Paprikapulver |
| 150 g Doppelrahm-Frischkäse | Bayerisch Brezn und |
| 40 g Butter | Laugensemmeln |
| | nach Wunsch |



Eugen Steinbeck



Marieluise Noack

Zutaten für 4 Personen

2 alte Semmel

1,5 Glas Milch

100 gr. Südtiroler Speck

2 Eier

1/2 Zwiebel

2 EL Mehl

2 EL Öl

Butter, Petersilie, Salz,
pfeffer

VORSPEISE AUS SÜDTIROL



MARIELUISE NOACK

Speckknödelsuppe

Das Brot in Würfel schneiden und mit einem Glas lauwarmer Milch anfeuchten. Den Speck kleinwürfelig aufschneiden und die Fettwürfelchen beiseite schieben. Die gehackte Zwiebel mit den Fettwürfelchen in Öl und goldbraun rösten, erkalten lassen und auf das Brot geben. Den restlichen Speck, eine handvoll gehackte Petersilie, Mehl, Salz und Pfeffer beifügen und unter das Brot gießen und gut mit den Händen durchkneten. Mit nassen Händen Knödel formen, in kochendes Salzwasser geben und ca. 20 Minuten langsam kochen lassen. Die Knödel in einer heißen Fleischbrühe servieren.



Hauptgericht: Greaschtl

Zutaten:

1 kg Rindfleisch

4 Zwiebeln

1/2 Bund glatte Petersilie

600 g Kartoffeln

1/2 Bund Majoran

Fleischsuppe

Die Kartoffeln abspülen und mit Schale in Salzwasser etwa 20 Minuten kochen. Die restlichen Zwiebeln abziehen und zu Würfel schneiden. Die Schale von den Kartoffeln abziehen.

Kartoffeln ganz abkühlen lassen und in dünne Scheiben schneiden. Das gekochte Fleisch zuerst in dünne Scheiben, dann in Rechtecke schneiden.

Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Kartoffelscheiben, die Zwiebelwürfel gelb anrösten. Am Ende das Fleisch dazugeben und kurz mitbraten. Den Majoran abspülen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen, hacken, zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abspülen, trocken schütteln, hacken, darüber streuen. In der Pfanne servieren.

REZEPT AUS SCHLESISIEN



MONIKA SLUZALEK

Schlesische Hefeklöße



Die zerbröselte Hefe in drei Esslöffel lauwarmer Milch auflösen. Aus Mehl, Zucker, Vanillezucker, zerlassener Butter, dem Ei und einer Prise Salz zusammen mit der restlichen Milch und der aufgelösten Hefe einen Hefeteig zubereiten. Den Teig an einem warmen Platz 30 Minuten zugedeckt gehen lassen, dann wieder zusammenkneten. Jetzt aus dem Teig die Klöße formen (etwa zehn bis zwölf Stück). Die Klöße auf ein mit Mehl gepudertes Brett legen, zudecken und noch einmal aufgehen lassen. Einen breiten Topf zu zwei Dritteln mit kochendem Wasser füllen. Ein Tuch über die Topföff-

nung spannen und an den Henkeln festbinden. Die Hefeklöße auf das Tuch legen und mit einer Schüssel zudecken. Die Klöße zehn bis 15 Minuten im Dampf garen (Achtung: Das Wasser darf nicht zu stark kochen!) Sofort nach dem Garen aus dem Tuch nehmen, mit einer Gabel leicht aufreißen, damit der Dampf aus den Klößen heraus kann und der Teig locker bleibt. Die Hefeklöße in einer vorgewärmten Schüssel stapeln, mit brauner Butter begießen und mit Pflaumenmus oder mit gekochtem Backobst servieren. Zubereitung ca. 90 Minuten.

Monika Sluzalek

Rezept

für 4 Personen:

30 g Hefe

0,2 l Milch

500 g Mehl

50 g Zucker

1 Pk Vanillezucker

50 g Butter

1 Ei

1 Prise Salz





REZEPT AUS DEUTSCHLAND



BIRGIT GORZOLKA

Wintersalat mit Apfel und Ziegenkäse

Den Salat waschen und trocken schleudern. Die Walnüsse grob hacken. Die Kerne aus dem Granatapfel herauspulen und aus den Äpfeln vier ca. einen halben Zentimeter dicke Scheiben heraus schneiden und das Kerngehäuse entfernen.



Birgit Gorzolka



Zutaten für: 2 Portionen
Zubereitungszeit: 20 min

Zutaten:
50 g Feldsalat
20 g Walnüsse
2 Äpfel
2 EL Granatapfelkerne
100 g Ziegenkäse
2 EL weißer
Aceto Balsamico
4 EL Walnussöl
1 TL Senf
1 EL Akazienhonig
1 TL rotes
Johannisbeergelee
Salz, frischer
gemahlener Pfeffer
2 EL Kastanienhonig
Butter

Aus dem Balsamessig, dem Walnussöl, dem Senf, dem Akazienhonig und dem Johannisbeergelee sowie Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Den Backofengrill auf höchster Stufe vorheizen.

In einer Pfanne in etwas Butter die Apfelscheiben von beiden Seiten anbraten und danach nebeneinander in eine feuerfeste Form legen. Mit dem Ziegenkäse belegen und unter dem Grill gratinieren.

Den Feldsalat auf Tellern anrichten und mit der Vinaigrette beträufeln. Dann jeweils zwei Apfel-Ziegenkäse-Scheiben daneben legen und den Kastanienhonig darübergeben. Alles mit den gehackten Walnüssen und den Granatapfelkernen bestreuen.



Nurten Gök

VORSPEISE AUS DER TÜRKEI



NURTEN GÖK

Pogaca - Türkische Teigtaschen

Vorbereiten: Für den Teig die Butter oder Margarine in einem kleinen Topf zerlassen und abkühlen lassen. Das Backblech mit Backpapier belegen und den Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze: etwa 180°C Heißluft: etwa 160°C
Füllung: Schafskäse fein zerbröseln. Petersilie waschen, trocken tupfen, fein hacken und mit dem Schafskäse vermischen.

Knetteig: Mehl mit Backpulver in einer Rührschüssel mischen. Übrige Zutaten und die zerlassene Butter oder Margarine hinzufügen und alles mit der Hand am besten zu einem weichen Teig kneten (mit dem Handrührgerät ist es natürlich

auch möglich). Auf leicht bemehlter Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und zu einer etwa 40 cm langen Rolle formen. Rolle gleichmäßig in etwa 20 Stücke schneiden, jeweils zu einer Kugel formen und zu einem flachen Kreis drücken. Jeweils etwa 1 TL der Füllung in die Mitte geben, Teig vom Rand über der Füllung gut zusammendrücken. Mit dem Eigelb die Gebäckstücke bestreichen und Sesam drüber streuen und das Blech in den Backofen schieben. Die Backzeit beträgt ca. 25 Minuten und danach etwas abkühlen lassen. Guten Appetit!

Füllung:
150 g Schafskäse oder
Fetakäse
1 Bund Petersilie
Teig:
75 g Butter oder Margarine
300 g Weizenmehl
3 TL (gestrichen) Backpulver
1 Eiweiß
150 g türkischer Joghurt
100 ml Speiseöl oder
Sonnenblumenöl
Außerdem: 1 Eigelb
Sesam





Tabuleh-Arabischer Petersiliensalat

Zutaten:

80-100 g Bulgur
(Weizenschrot)
1 mittelgroße Zwiebel
1 mittelgroße Gurke
1-2 Tomaten
2 Bund frische Petersilie
1/2 Bund frische Minze
Saft einer halben Zitrone
Olivenöl und Salz

حصالبان
تثبيت
كسبرة
اوريجانو



Bulgur waschen und ca. 1 Stunde in kaltem Wasser stehen lassen. Tomaten, Gurke und die Zwiebel ganz fein würfeln. Petersilie und Minze zupfen und ebenfalls klein hacken.

Bulgur in einem Sieb gut abtropfen lassen und in eine Schüssel geben, restliche Zutaten dazugeben und mischen. Mit Zitronensaft, Olivenöl und Salz abschmecken und servieren.

Jasmin Riccetti

كروان انر لبيو
اليمنون
كسبرة



Arabischer Linsenreis mit Joghurt

Zwiebeln fein hacken und in einer Pfanne in Olivenöl dünsten, abkühlen lassen. Reis und braune Linsen getrennt kochen mit Salz abschmecken. Jetzt werden die noch warmen gekochten Linsen

zu dem Reis gegeben und untergemischt. Die gedünsteten Zwiebeln werden auf die Reismischung verteilt. Noch warm mit Joghurt servieren.

Zutaten:

250 g braune Linsen
250 g Reis
2 kleine Zwiebeln
nach Belieben
Naturjoghurt
Salz und Olivenöl

حصالبان
تثبيت
كسبرة



اوريجانو
تعزيز
ثوم
كروان انر لبيو

REZEPT AUS DEUTSCHLAND



RUTH APPENROTH

Kürbissuppe



Kürbis und Zwiebel in Butter dünsten, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss, eventuell Cayennepfeffer würzen und mit dem Weißwein ablöschen. Kurz etwas einköcheln lassen und dann die Gemüsebrühe zufügen. Den Kürbis garen und alles pürieren. Die Sahne zufügen und mit Salz, Pfeffer und

Muskatnuss abschmecken. Cayennepfeffer sorgt für etwas Schärfe. Durch den Weißwein wird die Kürbissuppe sehr fruchtig.

Variante:
Wie oben nur mit Karotten anstatt Kürbis. Diese brauchen jedoch etwas länger, bis sie weich sind.



Ruth Appenroth

Zutaten:

- 1 mittlerer Kürbis, gewürfelt
- 1 Zwiebel, klein geschnitten
- Butter zum Dünsten
- 1/4 l Weißwein (Riesling)
- 1-1,5 l Gemüsebrühe
- 100 g Sahne
- Salz, Pfeffer und Muskatnuss



NACHSPEISE AUS DEUTSCHLAND



RUTH APPENROTH,

Eierlikör-Torte

Zutaten für 1 Springform:

(26 cm Durchmesser)

Für den Teig:

- 50 g Margarine
- 5 Eier
- 150 g Zucker
- 75 g Mehl
- 50 g Speisestärke
- 1 TL Backpulver

Für die Füllung:

- 6 EL Cappuccino Pulver
- 750 ml Schlagcreme
- 2 Päckchen Vanillinzucker
- 100 ml Eierlikör

Außerdem:

- Schokoraspeln zum Verzieren

Margarine schmelzen und abkühlen lassen. Eier trennen, Eiweiß und 4 EL Wasser steif schlagen, dabei den Zucker einrieseln lassen. Eigelb einzeln hinzugeben. Mehl, Stärke und Backpulver mischen, sieben und unterheben. Zum Schluss Margarine langsam unterrühren. Alles in eine mit Backpapier ausgelegte Springform füllen. Den Tortenboden im vorgeheizten Ofen bei 200° (Umluft: 175°) etwa 30 Minuten backen. Dann gut auskühlen lassen. Anschließend den Boden waagrecht halbieren. Cappuccinopulver in 5 EL heißem Wasser auflösen und auskühlen lassen. 375 ml Schlagcreme mit einem Päckchen Vanillinzucker steif schlagen.

Cappuccino unterziehen. Restliche Schlagcreme übrigen Päckchen Vanillinzucker steif schlagen. Eierlikör unterziehen. Die Hälfte beider Cremes in jeweils einen Spritzbeutel füllen und abwechselnd auf den unteren Boden Kreise spritzen. Den oberen Boden aufsetzen. Mit der restlichen Cappuccinocreme die Ränder und Tortenoberfläche bestreichen und mit der zweiten Creme und der Schokolade verzieren.



Katja Beck



NACHSPEISE AUS DEUTSCHLAND



KATJA BECK

Himbeer-Tiramisu

Zutaten:

200 g Schokolade, halbbitter
 250 ml Schlagsahne
 150 g Löffelbiskuit
 300 g Himbeeren, tiefgekühlt
 1 Pck. Vanillezucker
 250 g Joghurt (1,5% Fett)
 500 g Quark (Magerquark)
 30 g Zucker
 2 EL Himbeergeist,
 ersatzweise Himbeer- oder Kirschsaf

Die Sahne mit der in kleine Stücke gebrochene Schokolade in einen Topf geben und unter Rühren

so lange erhitzen, bis sich die Schokolade vollständig aufgelöst hat. Anschließend die Mischung abkühlen lassen. Unterdessen mit den Löffelbiskuit den Boden einer mittleren Auflaufform auslegen und diese mit ein wenig Himbeergeist beträufeln. Dann die Himbeeren über die Biskuits schichten und die Form abdecken. Abgekühlte Schokosahne steif schlagen. In einer Schüssel verrührt man nun Quark, Joghurt und Vanillezucker. Danach hebt man die Schokosahne unter und verteilt alles auf den Schichten in der Auflaufform. Das Tiramisu sollte am besten über Nacht im Kühlschrank stehen, dass es gut durchziehen kann.

REZEPT AUS DEUTSCHLAND



RUTH APPENROTH

Kohlrouladen, wie aus Omas Zeiten

Zutaten für 6 Portionen:

2 Brötchen, altbacken
 1 Kopf Weißkohl
 1 kg Hackfleisch, gemischt
 1 mittelgroße Zwiebel
 1 Ei
 1/2 Liter Sauce (Rahmsauce)
 etwas Butter oder Margarine
 n. B. Wasser

Zubereitungszeit:
 etwa 30 Minuten

Zunächst die grob zerkleinerten Brötchen in warmem Wasser einweichen. In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Den Kohlkopf mit dem Strunk nach oben in das heiße Wasser legen und kurz angehen lassen. Wieder entnehmen und die äußeren Blätter abtrennen. Dieses öfter wiederholen, um genügend Blätter zu erhalten. Das Hackfleisch in eine Schüssel geben, die gut ausgepressten Brötchen, das Ei und die feinhackte Zwiebel hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer mäßig kräftig abschmecken und gut durchkneten.



Nun zwei bis drei (je nach Größe) Blätter überlappend aufeinanderlegen und in die Mitte einen Klecks der Hackfleischmasse geben. Zusammenfalten und die Rouladen mit Garn, wie Päckchen zusammenbinden. In einem Topf Butter erhitzen und die Rouladen nacheinander ordentlich dunkel anbraten. In der Soße auf kleiner Flamme ca. 1 Stunde gar ziehen lassen.



Ruth Appenroth

Kartoffelpuffer



1000 g große Kartoffeln
3 Esslöffel Mehl
4 Esslöffel Dosenmilch
2 Eier, Salz
frisch gemahlener weißer Pfeffer
1/4 l Öl zum Braten

Kartoffeln schälen. Unter kaltem Wasser waschen. Mit Haushaltspapier sehr gut trocken tupfen. In eine Schüssel reiben (grobe Seite). Mehl und Dosenmilch in einer kleinen Schüssel verquirlen, Eier zugeben. Alles gut verrühren. Wasser von den geriebenen Kartoffeln abgießen. Den Mehlteig in die Kartoffelmasse rühren. Mit Salz und Pfeffer

pikant würzen. Öl nach und nach in einer Pfanne sehr heiß werden lassen. Kartoffelteig löffelweise reingeben und auf jeder Seite 3 Minuten goldbraun und knusprig braten. Fett abtropfen lassen und portionsweise mit dem Lachs auf Teller anrichten.



Shepard's Pie



Salzkartoffeln kochen und stampfen. Zwiebel würfeln und mit dem Hackfleisch in wenig Öl anbraten.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben mit Chili würzen. Das Gemüse mit dem Hackfleisch mischen. Die Mischung in einer eingefetteten Auflaufform verteilen. Darüber die Kartoffelmasse streichen. Mit der Gabel kleine Furchen in die Kartoffelmasse drücken. Backzeit: bei 175°C Umluft backen bis die Oberfläche goldgelb erscheint (ca. 25 Minuten)

Zutaten für ca. 4 Personen:
500 g Gehacktes vom Lamm oder vom Rind
500 g mehlig-kochende Kartoffeln
1 Dose Mais
1 mittelgroße Zwiebel
2 Karotten
300 g grüne Bohnen
Gewürze (u.a. Salz, Pfeffer)



Elisabeth Hering

Traditional Irish Sherry Trifle

(enthält Alkohol)

Die Speise kann entweder Portionsweise, oder in einer flachen Glasform angerichtet werden. Die Löffelbiscuits in einer Glasform bodendeckend verteilen. Darauf die Früchte verteilen, zur Dekoration ein paar Früchte zurücklegen.

Jetzt die Früchte mit dem Sherry benetzen. Löffelweise den Pudding darauf verteilen. Nun die Schlagsahne auf den Pudding streichen. Abschließend mit den restlichen Früchten und den Mandeln dekorieren.

Zutaten:
300 g Löffelbiscuits
300 g Erdbeeren oder Himbeeren
6 Esslöffel süßer Sherry
500 ml Vanillepudding
500 ml Schlagsahne
100 g geröstete Mandelscheiben



Reis-Kuchen



Anita Sabo

Zutaten:

- 1 mittelgroße Tasse Reis
- 4-5 EL Zucker
- 1 P. Vanillezucker,
- etwas Puderzucker
- 2 x 50 g Butter
- 4 Eier
- (1 Handvoll Rosinen nach Wunsch)
- 1-2 EL Paniermehl für die Form
- ca. 0,5 l Milch

Milch zum Kochen bringen, Reis dazu geben und unter ständigem Rühren kochen lassen, bis der Reis gar ist. Evtl. noch Milch dazu gießen. Er darf nicht fest sein. Wenn der Reis gar ist, gleich Butter und Zucker hinzufügen. Alles gut verrühren und zugedeckt abkühlen lassen. Eier trennen. Eigelb, Butter, Vanillinzucker miteinander verrühren (kann auch mit dem Mixer sein) und den abgekühlten Reis zugeben. Eiweiß schlagen und unter die Reismasse unterheben. Eine Backform (ca. 20 x 33 cm) leer auf etwa 180°C im Backofen vorwärmen (etwa 5 Minuten). Herausnehmen und mit etwas Öl bepinseln. Den Boden mit Paniermehl bestreuen. Die Reismasse in die Form füllen. Jetzt evtl. die Rosinen darüber streuen. Den Herd



auf 200°C vorheizen und ca. 1 Stunde backen bis die Oberfläche schön braun ist. Nach dem Backen den Kuchen in der Form abkühlen lassen. Puderzucker auf den kalten Kuchen sieben und in kleine Stücke schneiden.



Zigeunerschnitzel slowenische Art

Die Gewürze für die Marinade in einem verschließbaren Glas (z.B. Marmeladenglas mit Deckel) zusammengeben und vermischen. Das Olivenöl hinzu gießen, das Glas verschließen und kräftig schütteln. Mehrere Minuten stehen lassen, erneut schütteln.

Die Schnitzel flach klopfen, mit der Marinade einstreichen und in einer Schüssel stapeln, mit dem Rest der Marinade übergießen. Zudecken und 24 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Am nächsten Tag in einem mittelgroßen Topf Butter zergehen lassen und gehackte Zwiebel kurz und scharf anbraten, dann Paprika zugeben, etwa 30 Sekunden scharf anbraten und dann die Fleischbrühe zugeben.

Jetzt in separater Pfanne Fleisch scharf anbraten und dann auf mittlerer Hitze garen, ca. 3-4 Minuten pro Seite, dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Den Rest der Marinade dem Paprikagemüse zugeben, den Mais hinzufügen und die restlichen Gewürze und die Tomaten-Salsa beifügen, gut rühren und auf kleiner Hitze ca. 20 Minuten dünsten. Nach 10 Minuten den Kräuterlikör und die Speisestärke begeben, mit Salz und Tabasco abschmecken.

Dazu reicht man Reis.
Zubereitungszeit:
ca. 20 Minuten
Ruhezeit: ca. 1 Tag



- Zutaten für 4 Portionen:
- 4 dünne Kalbsschnitzel, oder Schweineschnitzel
 - 2 Paprikaschote(n), rot, geputzt und in dünne Streifen geschnitten
 - 2 Paprikaschote(n), gelb, geputzt und gewürfelt
 - 1 Gemüsezwiebel(n), groß, klein gehackt

- Für die Marinade:
- 2 EL Paprikapulver, edelsüß
 - 2 TL, gehäuft Paprikapulver, scharf
 - 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
 - 2 EL, gest. Oregano
 - 2 Tasse/n Olivenöl
 - 1 Zweig/e Rosmarin, klein gehackt
 - 1 Spritzer Tabasco, scharf

- Für die Sauce:
- 1 TL Chilipulver, scharf
 - 1 TL, gestr. Piment
 - 1 EL Speisestärke
 - 2 Prisen Meersalz
 - 1 wenig Butter
 - 1 Tasse Fleischbrühe
 - 1 Dose Sauce (Tomaten-Salsa)
 - 1 Dose Mais
 - 1 Schuss Likör (Kräuter-)



Gequellde mit weißem Kees



Dr. Petra Steinbeck

*Gesund, schnell und preiswert
Gequellde mit weißem Kees, auf hochdeutsch:
Pellkartoffeln mit Quark*

500 g Kartoffeln ähnlicher, mittlerer Größe waschen, knapp mit Wasser bedeckt in der Schale weichkochen, je nach Größe ca. 20–30 Minuten, Kochwasser abgießen, Kartoffeln schälen.

1000 g Quark, mit 1 Bund Schnittlauch (fein schneiden) Milch oder Sahne nach Bedarf verrühren, bis eine cremige Masse entsteht,

mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den geschälten, heißen Pellkartoffeln servieren.

Variationen:

Den Quark können Sie auch mit anderen Zutaten, wie Tomaten, Paprika, Zwiebeln, etc. und jahreszeitlich verfügbaren Gewürzen verfeinern und kombinieren.



Grumbeersupp un Quetschekuche

Ein traditionelles Pfälzer Herbstgericht: Grumbeersupp mit Quetschekuche, hochdeutsch Kartoffelsuppe mit Zwetschgenkuchen
Tatsächlich wird der Zwetschgenkuchen zusammen mit der Kartoffelsuppe genossen, keinesfalls hintereinander. Zugegeben, für einen Nichtpfälzer

klingt diese Kombination sehr abenteuerlich, für einen Pfälzer nur köstlich.
Mein Vorschlag: Testen Sie einfach diese befremdlich anmutende Kombination!



Quetschekuche

Hefeteig nach Vorschrift bereiten
In eine Vertiefung des Mehls gibt man den Zucker und zerbröckelt die Hefe darüber. Mit der Hälfte der lauwarmen Milch übergießen und mit etwas Mehl vermengen. Zudecken und an einem warmen Ort ca. 15 Min. gehen lassen. Restliche Zutaten (Fett in der restlichen Milch zergehen lassen) zufügen und gut durchschlagen. Wenn der Teig zu flüssig ist, etwas Mehl darunterkneten. Teig ca. 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Ca. 1,5 kg Zwetschgen entsteinen, eng auf das Blech mit dem ausgerollten Hefeteig setzen, mit Zimt bestreuen, bei 180° ca. 45–60 Minuten backen.

Vor dem Servieren, je nach Geschmack, mit Zucker bestreuen und zusammen mit der „Grumbeersupp“ essen.
Interessanterweise entspricht das Rezept der Schwäbischen Kartoffelsuppe auf S. 20 dem der pfälzischen Kartoffelsuppe.

Hefeteig für
Zwetschgenkuchen

500 g Mehl
1 Würfel Hefe
knapp 1/4 l
lauwarme Milch
90 g Margarine /
Butter
70 g Zucker
1 Ei
1 Prise Salz





REZEPT AUS RUSSLAND  IRINA VOLOSCHINA

Blini

Zutaten:

300 g Mehl
3 Eier
ca. 1 TL Salz
1 EL Zucker
1/2 Liter Milch
3 EL Öl

In einer Schüssel Milch, Eier, Salz, Zucker und Öl gut verrühren. Langsam in diese Masse Mehl unterrühren, so dass ein dickflüssiger Teig entsteht.

In einer Pfanne etwas Sonnenblumenöl erhitzen und je einen Schöpflöffel Teig rein geben und goldgelb backen, wenden und die zweite Seite backen.

Solange die Blinchi noch warm sind, mit Butter bestreichen und etwas Zucker drüber streuen.

Sie schmecken am besten mit etwas Marmelade oder Honig zum Frühstück.



Irina Voloschina



REZEPT AUS RUSSLAND  IRINA NAGEL

Blini mit Hackfleischfüllung



verschiedenen Variationen reichlich verspeist. Masleniza dauert die ganze Woche. Traditionell lädt die Schwiegermutter ihren Schwiegersohn zu Blini am dritten Tag der Butterwoche ein und zwei Tage später lädt der Schwiegersohn die Schwiegermutter zu Blini zu sich nach Hause ein. Blini werden auch während der Feiertage überall serviert: mit Butter und saurer Sahne, mit Fleisch und Kaviar, mit Marmelade und Honig, klein und groß, dick und dünn, süß und fett...

Blini - wichtiger Teil der russischen Küche

Blini, Pfannkuchen, sind eines der beliebtesten Gerichte der russischen Küche. Sie werden nicht nur an Feiertagen, sondern auch zu gewöhnlichen Mahlzeiten serviert und gegessen, als Frühstück und Mittagessen, als Abendessen und auch zwischendurch.

Dieses Gericht gehört auch zu dem fröhlichsten russischen Volksfest Masleniza (russischer Karneval), der Butterwoche, die eine Woche vor der Fastenzeit (gewöhnlich im Februar) stattfindet. Blini stehen dank ihrer Form und Farbe symbolisch für die Sonne, die den kalten Winter vertreiben sollen. Und Blini werden während Masleniza in

Zutaten
500 g Hackfleisch
1 große Zwiebel
2 EL Öl
100 ml Fleischbrühe

Fleischfüllung für Blini

Traditionell essen die Russen Blini gefüllt. Probieren Sie auch die beliebteste Pfannkuchen-Füllung mit Fleisch.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel fein hacken und darin glasig braten. Hackfleisch hinzufügen und fertig braten.

Zum Schluss Fleischbrühe dazugießen, so dass die Fleischfüllung saftig, aber nicht zu flüssig wird. Mit einem Esslöffel in die Mitte des Pfannkuchens geben, den Pfannkuchen wie ein Umschlag falten und von beiden Seiten anbraten.



Irina Nagel





Gefüllte Eier



Zutaten:

Füllung 1:

6 Eier

80 g Butter

Salz

2 EL Senf

2 EL Mayonnaise

1 EL Leberhaschee

(Kalbsleberwurst)

Soße:

1 Tasse Mayonnaise

2 EL Joghurt

Zum Garnieren:

Paprikaschote

Kaviar, Petersilien-

blättchen

Eier hartkochen, schälen, der Länge nach halbieren. Eigelb herauslösen, mit schaumig gerührter Butter, Senf, Mayonnaise und Leberhaschee vermengen.

Mit Salz abschmecken. Die Mischung gleichmäßig in die Eihälften füllen. Man kann auch Spritzbeutel mit verschiedenen Tüllen benutzen. Mayonnaise mit Joghurt vermengen, in eine flache Schüssel gießen und die gefüllten Eier darauf setzen.

Mit Paprikaschote und Kaviar verzieren und zwischen die Eier Petersilienblättchen legen.

Füllung 2:

4 Eigelb mit 40 g weicher Butter, 80 g Frischkäse, 3 EL Sahne, 2 EL feingehacktem Schnittlauch oder gemischten Kräutern und 1 EL geriebener Zwiebel gut vermengen. Mit Salz abschmecken.

Zum Garnieren:

Petersilienblättchen und Paprikaschote.

Füllung 3:

4 Eigelb mit 40 g schaumig gerührter Butter, 4 EL Sahne, 3 TL Meerrettich, Salz, Zucker und etwas Zitronensaft vermengen.

Zum Garnieren: Kaviar

Füllung 4:

4 Eigelb mit 40 g schaumig gerührter Butter, 1 EL Mayonnaise, 1 TL Paprikapulver, 1 EL geriebener Zwiebel, 1 TL Tomatenmark und Salz vermengen.

Zum Garnieren:

Petersilienblättchen und Paprikaschote

Füllung 5:

4 Eigelb mit 20 g Butter, 50 g gekochtes, feingehacktes Kasseler, 1 TL Senf, 2 EL Sahne, 1 TL Meerrettich und 1 Prise Salz vermengen.



Gefüllte Oblaten



Zutaten:

Oblaten im Format von etwa 25 x 35 cm

Eine Oblate mit der noch warmen Creme nach Wahl bestreichen und die Zweite draufsetzen. Man kann auch mehrere Oblaten mit Creme nach Wahl bestreichen und aufeinanderzusetzen, dann gut beschweren.

Karamellcreme:

Aus 5 Eigelb, 5 Esslöffel Milch eine Creme kochen und warm stellen. 200 g Zucker schmelzen lassen, 200 g Butter einrühren, aufkochen lassen und in die noch warme Creme einrühren. Alles unter ständigem Rühren kochen bis die Creme dick ist. 200 g gehackte Nüsse untermischen.

Krokantcreme:

150 g Zucker in einer Pfanne unter ständigem Rühren schmelzen lassen (karamellisieren), 150 g gehackte Nüsse zufügen und kurz rösten. Die Masse auf einen gefetteten Teller gießen,

abkühlen lassen, dann mahlen. 4 Eigelb mit 100 g Zucker unter ständigem Rühren so lange kochen lassen bis die Masse dick wird. 150 g Butter schaumig rühren und die abgekühlte Creme löffelweise untermischen. Zuletzt die gemahlene Nüsse hinzufügen und alles noch einmal gut verrühren.

Honigcreme (Alawitschka):

4 Eiweiß zu steifem Schnee schlagen, dabei 200 g Zucker langsam einrieseln lassen, 150 g Honig zufügen und auf dem Herd so lange weiterschlagen bis die Creme dick vom Schneebesens fällt. 150 g gehackte Nüsse unter die Creme heben.

Schokoladencreme:

100 g Butter schaumig rühren, 100 g geschmolzene Schokolade einrühren und 150 g geröstete, gemahlene Haselnüsse zufügen. Alles gut verrühren und die Oblaten damit füllen.



Renate Adami



Chicken Tikka Masala

Zutaten:

750 g Hähnchenbrust
 Zwiebel, grob gewürfelt
 60 g Tomatenpüree
 1 TL Kreuzkümmelfrüchte
 ca. 2,5 cm Ingwerwurzel, püriert
 3 EL Zitronensaft
 2 Knoblauchzehen
 2 TL Chillipulver
 Salz & Pfeffer zum Abschmecken
 ca. 1/2 Becher Naturjoghurt für die Marinade

Für die Masala-Soße:

2 EL Butter
 1 Zwiebel in Scheiben
 3 Knoblauchzehen püriert
 2 frische grüne Chillies, gehackt
 200 g Tomaten in Würfeln
 1/2 Tasse Naturjoghurt
 1/2 Tasse Kokosmilch
 1/2 EL geschnittene Korianderblätter
 2 EL Zitronensaft
 1/2 TL Garam Masala (= Mischung aus
 Schwarzem Pfeffer, Kreuzkümmel, Kardamon-
 kernen, Nelken & Zimt, gemeinsam gerieben,
 auch als fertige Mischung erhältlich)

Die Hähnchenbrust zu Würfeln schneiden.
 Etwas Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwür-
 fel darin anbraten, bis sie braun werden. Toma-
 tenpüree dazu geben. Anschließend Knoblauch,
 Ingwer, Kreuzkümmel, Chillipulver hinzufügen und
 solange kochen, bis sich das Öl auf dem Tomaten-
 püree absetzt. Die Mischung pürieren, abkühlen
 lassen und mit etwas Joghurt vermischen.
 Nun die Hähnchenwürfel darin marinieren und
 ca. 15 Minuten grillen. Zitronensaft zum Schluss
 darübergeben.

Die Masala-Soße zubereiten:

In einer großen Soßenpfanne Butter erhitzen,
 die Zwiebelstreifen darin ca. 5 Minuten anbraten,
 Knoblauch, Chillies und Garam Masala dazugeben
 und kurz anbraten. Tomaten, Joghurt und Kokos-
 milch hinzufügen und ca. 20 Minuten bei niedriger
 Hitze brodeln lassen. Abschließend den Zitronen-
 saft dazugeben.

Zum Schluss die Masala-Soße zu dem Hähnchen
 geben und vermischen. Die geschnittenen Korian-
 derblätter als Garnitur darauf verstreuen.

Serviert wird Chicken Tikka Masala mit Reis oder
 Naan-Brot.



Mango & Joghurt Creme



2 große reife! Mangos
 (Nicht wenn die Mango
 noch grün ist, dann ein
 paar Tage reifen lassen!)
 2 EL Zitronensaft
 2 EL Puderzucker
 150 ml Sahne
 150 ml Naturjoghurt
 Kerne aus 4 Kardamom-
 früchten, gerieben

Mangos um den Kern herum abtrennen, das
 Fleisch auslöffeln und mit dem Zitronensaft pürie-
 ren. Sahne steif schlagen, den Joghurt und die
 geriebenen Kardamomkerne unterheben.

Ca. 4 EL des Mangopürees abteilen für die Deko-
 ration. Die Reste mit der Sahne vermischen und
 einen Klecks des Pürees auf jede Portion geben.

Tasmin Spamer



Pfälzer Saumagen

Zutaten

Frischen geputzten Saumagen
(beim Metzger bestellen)
1-1,5 kg gekochte Kartoffeln
400 g magerer Schweinebauch
350 g Schweinehals
375 g gehacktes Rindfleisch
3 Eier
2 große Zwiebeln
Majoran, Salz, Pfeffer, Muskatnuß
1/2 l Fleischbrühe

Geschälte Kartoffeln in kleine Würfel schneiden und in kochendem Wasser 3 Minuten blanchieren. Zwiebeln hacken und anschwitzen. Schweinebauch und Schweinehals in Würfel schneiden alle übrigen, Zutaten dazugeben, sehr kräftig würzen und durcharbeiten.



Die Masse in den Saumagen füllen und zubinden. Saumagen in siedendem Salzwasser gut 3 Stunden ziehen lassen – nicht kochen! Danach auf einem Blech im Backofen bei großer Hitze (etwa 180°C) eine halbe Stunde backen. Zwischendurch mit Butter überstreichen, damit er schön knusprig wird.

Den fertigen Saumagen in Scheiben schneiden und servieren.

Guten Appetit!



Spätzle



Zutaten:

500 g Mehl
4-5 Eier
1 TL Salz
1/8 l Wasser
kochendes Salzwasser
heißes Salzwasser

Mehl in eine Schüssel geben, die Eier dazu, dann das Salz. Unter Rühren langsam das Wasser zugießen. Dann den Teig tüchtig schlagen, bis er Blasen wirft. Kurze Zeit stehen lassen, nochmals gut durchschlagen. Kleine Menge des Teiges auf ein dünnes Holzbrett, am besten ein Spatzenbrett geben und mit einem Spätzlesschaber oder einem Messer feine Teigstreifen ins kochende Wasser schaben. Wenn man

Schaber oder Messer sowie das Spatzenbrett hin und wieder ins Einlegwasser taucht, macht das die Arbeit leichter.

Wenn die Spätzle wieder an der Oberfläche erscheinen, sind sie gar und sollten rasch mit einem Schaumlöffel herausgenommen werden und in frisches, heißes Salzwasser gelegt werden.

Vorschlag: Käsespatzen

Dafür Spätzle nach Grundrezept zubereiten, nach dem Aufkochen herausfischen, nicht schwenken, sondern gleich auf eine vorgewärmte Platte geben. Mit Käse bestreuen, zweite Lage Spätzle darübergeben, zum Schluss die in Butterschmalz gerösteten Zwiebelringe oben draufgeben, evtl. mit etwas Pfeffer bestreuen und gleich zu Tisch bringen.



Anja Bojarowski

Zutaten:

100 g geriebenen
Allgäuer Käse
Butterschmalz
Zwiebelringe



Barbara-Agathe Hüther



Mutabbal-Auberginenpüree

**Zutaten:**

- 2 Auberginen
- 1 EL Naturjoghurt
- 2 EL Sesampastete (Tahina auf Arabisch)
- Saft einer Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- Prise Salz
- Etwas Olivenöl
- Minze und Paprikapulver zum Dekorieren

Die Auberginen auf einer beschichteten Pfanne ohne Fett oder im Ofen grillen bis die Auberginen ganz weich sind und das Wasser ausgetreten ist. Im heißen Zustand die Auberginen schälen und das Innere in eine Schüssel mit vorgelegtem Zitronensaft geben. Das Innere mit einem Mörser auseinander reiben.

Anschließend Knoblauch pressen und mit der Auberginenmasse mischen. Jetzt den Joghurt und die Sesampastete hinzufügen und mischen. Mit Salz abschmecken und in einem tiefen Teller mit Olivenöl servieren. Dazu passt nach Belieben Fladenbrot oder normales Brot.



Kusa-Gefüllte Zucchini

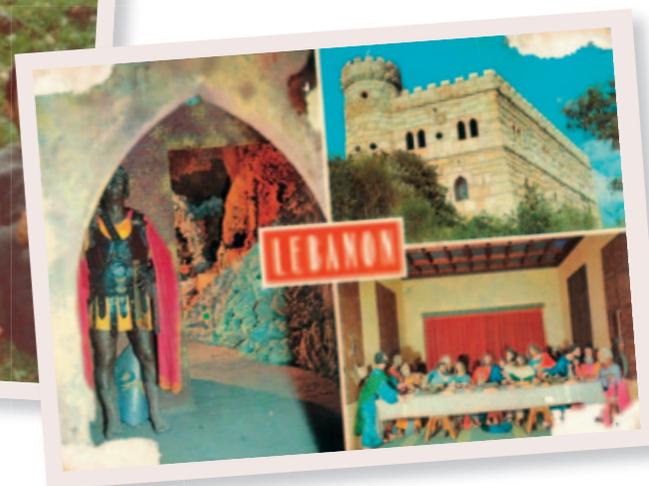
Zucchini waschen und trocken tupfen. Die Zucchini mittels Gemüseaushöhler aushöhlen und die Innenseite ebenfalls waschen und trocknen lassen. Den Reis in eine Schüssel geben und ebenfalls solange waschen bis das Wasser klar ist. Anschließend den Reis in einem Sieb abtropfen lassen. Danach 4 Tomaten waschen und würfeln. In einer Schüssel Reis, Hackfleisch, gewürfelte Tomaten, 20g geschmolzene Butter mischen. Mit Salz, Pfeffer und Zimt würzen. Die Zucchini mit dieser Reismischung 3/4 voll befüllen und auf



gar keinen Fall mehr, da sonst die Zucchini beim Aufkochen zerreißen. In einem geeigneten Topf, den Boden mit Karotten und Tomatenscheiben bedecken. Die Zucchini sorgfältig in den Topf hinlegen. Die Tomatensoße über die Zucchini gießen und mit Wasser so auffüllen, dass die Zucchini komplett bedeckt sind. Das Ganze mit Salz würzen und ca. 1 Stunde auf dem Herd zugedeckt kochen lassen. Kurz vor Ende der Garzeit, gepressten Knoblauch, Tomatenmark und Zitronensaft hinzufügen. Heiß mit Tomatensoße servieren.

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg helle und feste Zucchini von mittlerer Größe
- 250 g Hackfleisch vom Rind
- 4 Tomaten
- 2 Packungen Tomatensoße
- 100 g Basmatireis
- 1 EL Tomatenmark aus der Tube
- 4 Karotten
- 40 g Butter
- 2 TL Salz
- 1/2 TL schwarzen Pfeffer
- 1 Prise Zimtpulver
- Zitronensaft einer halben Zitrone
- 2 Knoblauchzehen



Enayah Zein



Meghli-Libanesischer Zimtpudding

**Zutaten:**

200 g Reisstärke

200 g Puderzucker

1 l Wasser

2 TL Kümmelpulver aus der Apotheke

2 TL Zimtpulver aus der Apotheke

Zum Dekorieren:

Kokosraspeln, Mandelstifte und Walnüsse

Reisstärke, Puderzucker und Gewürze in einem Topf trocken mischen, bis eine homogene Pulvermischung entsteht.

Nach und nach ohne Erhitzen das Wasser unter Rühren in die Pulvermischung geben. Unter ständigem Rühren den Pudding kurz (5 Minuten) aufkochen lassen. Dabei entwickelt sich eine cremige Masse. Den heißen Pudding in Desserttassen portionieren und erkalten lassen. Mit Kokosraspeln die Oberfläche komplett bestreuen und Mandelstifte sowie Walnüsse darauf verteilen.

Zum Schluss die Tassen im Kühlschrank aufbewahren und kalt servieren.



Paella valenciana de restaurante

- Putenbrust in Streifen schneiden und im Olivenöl anbraten
- Paellagemüse zugeben und ebenfalls anbraten
- Alles an den Pfannenrand schieben
- Den Reis roh in die Mitte schütten, die Brühe darüber gießen und den Reis 20 Minuten köcheln lassen, bis das Wasser eingezogen ist

- Während dem Kochen Tomatenmark, Safran und Paprikapulver zugeben
- Hinterher das Ganze salzen und würzen

Zutaten für 6 Personen:
 2 Zentiliter Olivenöl
 1 1/2 Kilo Putenbrust
 300 g Paellagemüse (längl. Bohnen, weiße Bohnen, Erbsen,...)
 3 große Löffel (natürl.) Tomatenmark
 600 g Paellareis / Risottoreis
 1 großer Löffel Paprikapulver
 Safran
 Salz
 Hühnerbrühe, mit Wasser verdünnt
 ggf. Knoblauch

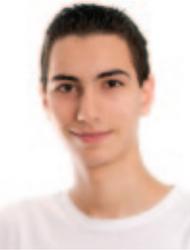


HAUPTGERICHT AUS DER TÜRKEI



ÖMER GÜZELKÜCÜK

Kisir



Ömer Güzelküçük

Zutaten für 4 Portionen:

1 1/2 Tasse Bulgur
(Weizengrütze fein)

1 Packung Tomaten,
passierte

2 EL Tomatenmark
2 Stangen

Frühlingszwiebeln

3 Tomaten

3 große Peperoni,
2 milde + 1 scharf
Petersilie

Salz und Pfeffer

Gewürze, scharfes

Paprika-Pulver

Zitronensaft

Sonnenblumenöl

Zubereitungszeit: ca. 25 Min



Passierte Tomaten, Tomatenmark und ein Spritzer Zitronensaft in einem großen Topf verrühren, nach Bedarf mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und aufkochen lassen. Von der Kochstelle nehmen

und so viel Weizengrütze hinein rühren, bis es „matschig/leicht trocken“ wird, Deckel drauf und ca. 15 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit den Lauch, die Tomaten und die Peperoni klein schneiden und in eine Schüssel geben. Eine Handvoll Petersilie klein hacken und auch dazugeben. Den Bulgur hinzugeben umrühren und ein halbes bis volles (wie man es mag) türkisches Teeglas Öl darüber gießen, nochmals umrühren und fertig! Guten Appetit!

NACHSPEISE AUS DEUTSCHLAND



DR. ULRIKE BOFINGER

Apfelkuchen



Dr. Ulrike Bofinger

Zutaten

5 grosse Äpfel
(sehr gut eignen sich Boskopäpfel)
1/8 l weisser Rum (z.B. Bacardi)
200 g Butter
200 g Zucker
4 Eier
200 g Mehl
1 TL Zimt
1 TL Kakao
1 Päckchen Backpulver
1 Messerspitze Vanillemark
100 g gemahlene Haselnüsse

Die Äpfel achteln und in Scheiben schneiden, dann in Rum einlegen.

Eigelb mit Butter und Zucker cremig rühren, übrige Zutaten zugeben und mit den eingelegten Äpfeln vermischen. Zum Schluss Eiweiss vorsichtig unterheben. Die Masse in eine gefettete Springform geben und bei 200° C ca. 60 Minuten backen.

In der Adventszeit kann der Kuchen nach dem Abkühlen noch mit einem Stern aus Puderzucker dekoriert werden (dafür Schablone aus Pergamentpapier herstellen).





Ofenschlupfer



Angelika Cornelius

Zunächst die Brötchen in dünne Streifen schneiden. Anschließend werden die Äpfel ebenfalls in Scheiben geschnitten, mit Zucker und Zimt bestreut und mit Zitronensaft beträufelt. Auflaufform gut einfetten, und dann Brot, Äpfel und Nüsse abwechselnd in 2 Schichten anordnen. Eier und Milch mit Vanillezucker und übrigem Zucker zusammenrühren und über den Auflauf gießen. Mit den Händen alles nach unten drücken, bis die Flüssigkeit fast nach oben steigt. Nach Belieben noch Butterflöckchen

darauf streuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C Umluft, bzw. 180°C ca. 30 bis 35 Minuten backen. Der Auflauf sollte schön knusprig braun sein. Dazu empfiehlt sich kalte oder warme Vanillesoße.



Zutaten:

6 Brötchen oder Toastbrot
750 g Äpfel (säuerlich)
150 g Zucker
1 TL Zimt
200 g gem. Haselnüsse oder Mandeln
oder 100 g gemahlene
und 100 g gehackte Nüsse
300 ml Milch
bei Bedarf auch mehr
3-4 Eier
Vanillezucker



Brokkolisuppe



Jonas Schneider

Brokkoli putzen, in kleine Röschen teilen, Außenschicht der Stiele entfernen. Die dicken Stiele in kleine Stücke teilen, gesamten Brokkoli waschen. Wasser erhitzen, gesamtes Gemüse garen. Gemüsesud aufbewahren. Helle Grundsoße herstellen aus einer Mehlschwitze mit 40 g Butter und 40 g Mehl und mit 1 l Brokkolisud auffüllen. 3/4 des Brokkolis zur Suppe geben und pürieren. Salz und Pfeffer dazu tun, Suppe abschmecken und nochmals aufkochen lassen. Sahne mischen, in die nicht mehr kochende Suppe

geben und die restliche Brokkoliröschen zugeben. Gehobelte Mandeln ohne Fett anrösten, über die angerichtete Suppe streuen.

Garnieren: geröstete, gehobelte Mandeln (2 EL), Petersilie (fein, 1EL)

Tipp: Ist beim Garen der Brokkoliröschen zu viel Wasser verdunstet, wird zum Gemüsesud noch Wasser gegeben. Man benötigt insgesamt 1 l Flüssigkeit für die helle Soße.

Zutaten:

500 g Brokkoli
1 l Wasser
1/2 TL Salz und Brühpulver
1 helle Grundsoße
Salz, Pfeffer
2 EL Sahne
1 EL Crème fraîche
2 EL gehobelte Mandeln





Pão de Queijo

[Aussprache: Pau dschi keiischu]
(saloppe Übersetzung: Käsebrötchen)

Zutaten (für ca. 30 Stück)

Glas Sojaöl

1 Glas Milch

3 Eier

250 g fein geriebenen Käse

500 g Maniokmehl

1 Teelöffel Salz

Öl, Milch und Salz in einer Pfanne zum Sieden erhitzen. Bei ausgeschaltetem Herd das Maniokmehl gut einrühren. Eier zugeben und gut durchmischen, bis eine halb feste Masse entsteht. In diese Masse den Käse mit den Händen einarbeiten. Die Masse sollte leicht zu formen gehen. Kugeln formen (ca. 2 cm Durchmesser) und auf ein mit Backreinpapier ausgelegtes Backblech geben. Bei mittlerer Hitze (170°) ca. 30 Minuten im Backrohr belassen, bis die Brötchen beginnen, an der Oberseite leicht goldbraun zu werden. Dann ist die Masse innen noch etwas weich.



Feijoada Magro

[Aussprache: Feischoada magro]

(Magerer Bohneneintopf mit Fleisch: Brasilianisches Nationalgericht)

Die Bohnen im Wasser über Nacht einweichen. Das getrocknete Fleisch getrennt in Wasser einweichen und mehrmals das Wasser wechseln. Am Tag der Zubereitung das Fleisch mit Wasser erhitzen und das Wasser abgießen. Diesen Vorgang 2 x wiederholen. Beim letzten Mal das Wasser zum Kochen der Bohnen verwenden. Wenn die Bohnen weich sind, das Fleisch in Stücke schneiden und zu den Bohnen geben. Die angeröstete

Zwiebel und die Knoblauchzehen zusammen mit der Petersilie, Schnittlauch und Minze (unzerhackt) und dem Lorbeerblatt köcheln lassen, bis eine sämige Sauce entstanden ist. Vor dem Servieren das Grüngewürz entfernen, evtl. noch mit Salz abschmecken.

Zu diesem Bohneneintopf werden gerne gekochter Reis, frittierte Maniokstücke und Farofa (gewürztes Maniokmehl) sowie Blattsalat und Tomaten gereicht.

Zutaten

für ca. 6 Personen:

500 g Carne secca

(getrocknetes, gesalzenes Rindfleisch)

2 Scheiben Kasseler

2 Stück Linguiça calabresa (oder eine kräftige Wurst)

2 grosse Tassen schwarze Bohnen

2 Lorbeerblätter

1 Bund „Cheiro

Verde“ (Petersilie, Schnittlauch und Minze)

1 Zwiebel, fein gehackt

2-4 Knoblauchzehen, fein gehackt

SOBREMESA (NACHSPEISE) AUS BRASILIEN

Creme de Maracuja

[Aussprache: Cremi dschi Marakuschaa]

Kondensmilch und Maracujasaft rühren, bis die Mischung cremig ist. Sahne steif schlagen und unterheben. In Dessertschalen füllen und bis zum Servieren mindestens 2 Stunden kalt stellen. Die Maracujacreme kann noch wie folgt verziert werden: Der Saft von 2 Maracujas incl. Samen wird mit einer Tasse Zucker für 5 Minuten erhitzt. Die Mischung abkühlen lassen und ebenfalls kalt stellen. Die Fruchtsauce vor dem Servieren auf die Maracujacreme geben.

Zutaten

für ca. 6 Personen:

250 ml gesüßte

Kondensmilch

250 ml Maracujasaft

150 ml Sahne

2 Maracuja

Tasse Zucker



Dr. Monika Auer



Märkische Hochzeitssuppe

Zutaten:

1 großes Suppenhuhn, Suppengemüse (5 Möhren, 1 Stange Porree, 1 Staudensellerie, 1 Petersilienwurzel, (in Ermangelung einer Petersilienwurzel können auch einige Stiele Petersilie genommen werden), 1 kg Gehacktes (500 g Putengehacktes, 500g Rindergehacktes). 1 kg weißer Spargel (möglich sind auch Konserven), eine Dose Champignons, eine kleine Tüte Fadennudeln, 14 Eier, 4-5 Zitronen, 1 kleines Glas Kapern, Salz, Zucker, Mehl, ein Becher Schlagsahne

Vorbereitungen:

Huhn waschen, trockentupfen und gut einsalzen, in einen großen Suppentopf legen und mit kaltem Wasser auffüllen, aufkochen lassen, beim Kochen bildet sich Eiweißschaum, diesen vollständig abschöpfen.

Suppengrün putzen und dazugeben, Huhn weich kochen, enthäuten und das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Klöße zubereiten.

Für die Vorsuppe und das Frikassee müssen aus dem Gehacktem sehr kleine Klöße zubereitet werden, dazu Gehacktes mischen, mit Salz, Pfeffer, 2 Eier und 1 kleingeschnittene Zwiebel,

ein eingeweichtes Brötchen verkneten und kleine Klöße formen, diese in kochendes Wasser legen und einige Minuten ziehen lassen, herausnehmen und unter fließendem kalten Wasser kurz abspülen.

Eierstich zubereiten

5 Eier aufschlagen, 5 Esslöffel Milch hinzugeben, eine Prise Salz, mit dem elektrischen Schneebesen aufschlagen und in eine Gefrier-tüte füllen. Diese gut verknoten und alles nochmals in eine weitere Tüte geben, verschließen. Tüte ca. 30 Minuten in einem Topf mit kochendem Wasser legen, bis alles gestockt ist, herausnehmen, Haut abziehen und Eierstich in kleine Würfel schneiden.

Spargel vorbereiten

Spargel schälen, in mundgerechte Stücke schneiden, in Salzwasser mit einem Esslöffel Zucker garen.

Fadennudeln nach Vorschrift kochen.

Frikassee vom Huhn

Fertigstellung des Menüs

Märkische Hochzeitssuppe

5 kleine Klöße, 5 Stückchen Spargel, 5 kleine Würfel Eierstich, einige Scheiben Möhren auf den Teller geben, Brühe vom Huhn auffüllen, frische Petersilie aufstreuen

Frikassee

Aus Butter und 2-3 Esslöffel Mehl eine Schwitze herstellen, mit Brühe auffüllen bis eine sämige Sauce entsteht. Ca. 1-2 Zitronen auspressen und Sauce mit Zitronensaft und Zucker süßsauer ab-

schmecken. Hühnerfleisch, Fleischklöße, Spargel und Pilze hinzugeben und unter Rühren kurz aufkochen lassen. Vom Herd nehmen. 2 Eigelb mit 2 Esslöffel kaltem Wasser verquirlen und unter das heiße Frikassee rühren. Von den Kapern Flüssigkeit abgießen und unterheben.

Frikassee kann mit Reis oder Weisbrot serviert werden.



Sabrina Stolz





Fränkischer Krustenbraten



Lara Schneck

Zubereitung des Bratens:

- Ofen auf 180°C vorheizen
- Einritzen der Schweinehaut (Kreuzmuster)
- Haut gut mit Salz einreiben
- restl. Fleisch mit Salz, Pfeffer & Kümmel würzen
- Wurzelgemüse in grobe Stücke schneiden und in den Bräter geben
- Fleisch hinzu geben
- wenn Schwein und Gemüse gut angebräunt sind, das Ganze mit dem Bier aufgießen
- Ofentemperatur auf 160° C senken
- 2 Stunden schmoren lassen (bei Bedarf Wasser nachgießen)

Zutaten (für 4 Personen):
 ein gutes Kilo
 Schweineschulter
 oder -Keule
 Wurzelgemüse:
 1 kleine Stange Lauch
 2 mittelgroße Karotten
 3 große Zwiebeln
 1 Stück Sellerie
 2 Knoblauchzehen
 etwas Salz, Pfeffer &
 Kümmel
 0,5 l dunkles Bier



Zubereitung der Soße:

- das Ganze aus dem Ofen nehmen
- Fleisch ohne Gemüse wieder in den Ofen bei 160°C
- den Soßenansatz (Gemüse und Bier) passieren & mit Speisestärke binden
- bei Bedarf mit Salz & Pfeffer nachwürzen

Dazu werden meist Kartoffelknödel gegessen. Der Durchschnittsfranke kauft hierzu ein Päckchen fertigen Knödelteig von Henglein, halb und halb.



In Riesling geschmorte Forelle

Das Elsass ist berühmt für die raffinierte Zubereitung von Süßwasserfischen aus den zahlreichen Flüssen der Region. Hier wird Forelle in Riesling, einem typisch elsässischen Wein, geschmort.

Zubereitungszeit: 35 Minuten
 Back- und Garzeit: 1 Stunde 10 Minuten



1. Backofen auf 180°C vorheizen

2. 50 g Butter bei geringer Hitze in einer Pfanne zerlassen. Zwiebeln mit einer Prise Salz zufügen und abgedeckt 15 Minuten kochen lassen. Champignons und Wasser einrühren und ohne Deckel weiter kochen lassen, bis ein Großteil der Flüssigkeit verdunstet ist. Petersilie unterrühren, salzen, pfeffern und abkühlen lassen.

3. Restliche Butter in einem mittelgroßen Topf bei geringer Hitze zerlassen und Schalotten 3 Minuten darin glasig andünsten. Wein zugießen, auf höchster Stufe zum Kochen bringen und 5 Minuten weiter kochen lassen. Brühe zugießen, vom Herd nehmen und beiseite stellen.

4. Eine große feuerfeste Auflaufform, in der die Forellenfilets in einer Schicht liegen können, einfetten. 1 Filet mit der Hautseite nach unten auf ein Arbeitsbrett legen und mit Salz und Pfeffer bestreuen. 1 - 2 EL der Zwiebel-Champignon-

Mischung auf das breite Ende des Fischfilets geben. Das schmale Ende darüber falten und das gefüllte Filet in die eingefettete Auflaufform legen. Den Vorgang mit den restlichen Filets wiederholen, dabei jeweils ein wenig Raum zwischen den einzelnen Fischrollen lassen. Abgekühlten Wein und Fischbrühe darüber gießen, Auflaufform auf die Herdplatte stellen und Flüssigkeit zum Kochen bringen. Sofort abdecken und 5-8 Minuten backen, abdecken und warm stellen.

5. Kochflüssigkeit durch ein feines Sieb in einen Topf gießen. Bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Menge auf ca. 60 ml reduziert ist. Crème double einrühren und 5 Minuten köcheln lassen. Salzen und pfeffern. Forellenfilets auf einer Servierplatte oder Tellern anrichten, Sauce darüber geben und mit Petersilie garniert servieren.



Ursula Mirwald

Zutaten
 Für 4 Personen
 75 g Butter
 3 Zwiebeln in dünne Ringe geschnitten
 1 Prise Salz
 150 g Champignons, in Scheiben geschnitten
 230 ml Wasser
 1 EL frische Petersilie gehackt
 Salz und Pfeffer nach Geschmack
 2 große Schalotten, gehackt
 230 ml Riesling
 230 ml Fischbrühe
 8 Süßwasserforellenfilets (ca. 1,2 kg), ohne Haut und Gräten
 230 ml Crème double
 frische Petersilie gehackt zum Garnieren



Zutaten für 4 Portionen:

- 2 Wildenten
- 150 g Honig
- 2 Knoblauchzehen
- 30 g Sezuanpfeffer
- 30 g Koriander
- 10 g Kümmel
- 4 Kardamomkörner
- 1 EL Sojasauce
- 2 EL Sherry
- Salz

- Für den mit Feigen eingelegten Rotkohl:
- 1 Rotkohl
- 8 getrocknete Feigen
- 2 große Zwiebeln
- 1 frische Ingwerwurzel
- 250 ml Rotwein
- 1 Glas Portwein
- 100 ml Olivenöl
- 3 EL Essig
- 1 Msp. Zucker
- Salz

Zutaten für 6-8 Portionen

- 1 Gurke (ca. 700-800 g)
- 1 Bund Dill
- 100 g Walnüsse, grob gehackt
- 2-3 Knoblauchzehen, gepresst
- 50-60 ml Öl (Mazola-Keimöl)
- 2 Becher saure Sahne
- 1 Becher Quark (400 g)
- Salz und Pfeffer, frisch gemahlen

REZEPT AUS DÄNEMARK



CHRISTINE REINCKE

Ente mit Feigen und Rotkohl



1. Die Enten rupfen, ausnehmen und zusammenbinden. Am Vortag den Kohl marinieren: Den Strunk herausschneiden, den Kohl vierteln und in feine Streifen schneiden, mit Salz, Zucker und Essig würzen und eine Nacht stehen lassen.
2. Am nächsten Tag die kleingeschnittenen Zwiebeln in etwas Olivenöl andünsten. Dann den marinierten Rotkohl und die in Würfel geschnitt-

nen Feigen zugeben. Rotwein und Portwein sowie 3 Scheiben Ingwer zufügen. Bei 150°C 1 - 1,5 Stunden leicht schmoren lassen.

Vor dem Servieren würzen.

3. In einer Kaffeemühle Sezuanpfeffer, Koriander, Kümmel und Kardamom sehr fein mahlen.

Die gemahlene Gewürze mit Honig, Sojasauce, Sherry und Knoblauchzehen mischen.

Die Enten innen und außen salzen.

4. Mit einem Pinsel beide Enten mit dem Gewürzhonig bestreichen. Die Enten bei 220°C 20 Minuten im Backofen braten, dann etwa 15 Minuten ruhen lassen. Die Enten vor dem Servieren nochmals mit Gewürzhonig bestreichen und zum Aufwärmen wieder in den Backofen geben. Mit dem geschmorten Rotkraut servieren.

VORSPEISE AUS UNGARN



VASILICA DOROSENCO

Tarator



Quark und saure Sahne vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Dill klein schneiden und zusammen mit dem Knoblauch dazu geben. Die Gurke in feine Stifte schneiden und zusammen mit den Nüssen und mit dem Öl dazu vermengen. Wenn die Gurke zu viel Saft hat, gut abtropfen

lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp für heiße Sommertage:

Wenn man anstatt von Quark 500 ml Buttermilch und anstatt von der saure Sahne 2 Becher Joghurt verwendet, ergibt sich eine erfrischende „kalte Suppe“ (alle anderen Zutaten bleiben unverändert).

REZEPT AUS DEUTSCHLAND



DIANA KLETT

Kartoffel-Birnen-Gratin

Zutaten für 4 Portionen:

- 750 g Kartoffeln (festkochende Sorte)
- 3 kleine, nicht zu reife Birnen
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Zwiebel
- 2 EL Butter + Butter für das Pergamentpapier
- 3 Eier
- 150 g Sahne
- Salz
- Weißer Pfeffer aus der Mühle
- etwa 12 Salbeiblättchen

Zubereitungszeit:
etwa 1 Stunde 15 Min

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben hobeln. Die Birnen schälen und vierteln, die Kerngehäuse herausschneiden. Die Viertel in dünne Schnitze schneiden, die ähnlich groß wie die Kartoffelscheiben sind. Sofort mit Zitronensaft beträufeln. Die Zwiebel sehr fein würfeln. Die Butter in einer Pfanne aufschäumen, die Zwiebelwürfel darin glasig werden lassen. In eine Gratinform mit geradem Boden umfüllen und gründlich darin verteilen, die Form dadurch fetten. Die Kartoffelscheiben und die Birnenschnitze über-

lappend und kreisförmig in die Form schichten. Die Eier mit der Sahne verquirlen, mit Salz und Pfeffer sehr kräftig würzen. Die Salbeiblättchen in feine Streifen schneiden und untermischen. Die Eiermilch gleichmäßig über die Kartoffeln und die Birnen träufeln. Mit gefettetem Pergamentpapier abdecken und im Backofen auf mittlerer Schiene bei 160°C etwa 20 Minuten garen. Pergamentpapier entfernen, das Kartoffel-Birnen-Gratin weitere 30-40 Minuten backen, bis die Kartoffeln gar und goldbraun sind. Mit einem spitzen Messer prüfen, ob die Kartoffeln weich sind, die Backzeit eventuell etwas verlängern.

Varianten:

Anstelle der Birnen können Sie die Kartoffeln auch mit Äpfeln, Zucchini- oder Möhrenscheiben einschichten. Die Möhrenscheiben müssen allerdings zuvor etwa 1 Minute blanchiert werden.



Diana Klett





Bornaer Zwiebelsuppe

Zutaten für 4 Personen:

500 g Kartoffeln
1500 ml Fleischbrühe
1 TL Kümmel
1 TL Salz
30 g Speck
400 g Zwiebeln
50 g Margarine
10 g Mehl
250 ml Saure Sahne
2 Äpfel
2 EL Meerrettich

Die geschälten Kartoffeln in gleichmäßig kleine Stücke schneiden und in der Fleischbrühe mit Kümmel und Salz etwa 15 Minuten kochen. Den Speck in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den in Scheiben geschnittenen Zwiebeln in Margarine 10 Minuten dünsten. Darüber das Mehl streuen und alles zu den Kartoffeln geben, durch-

rühren und noch 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Die Äpfel entkernen, reiben und zusammen mit Meerrettich und Salz in die Sahne rühren und die Suppe zum Schluss damit abschmecken.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten



Franziska Seifert

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Pellkartoffeln
500 g Quark
150 g Mehl
1-2 Eier, je nach Größe
80 g Zucker
1 TL Salz
1 TL Packpulver
100 g Rosinen
etwas abgeriebene Zitronenschale
Öl oder Bratfett nach Bedarf auch etwas Zimt

Kartoffeln noch warm pellen und durchpressen oder fein reiben. Rosinen überbrühen und 5 Minuten quellen lassen (ggf. mit Rum ansetzen).



Mehl über die Quetschkartoffeln sieben. Quark, Eier, Backpulver, Salz, Zucker, abgeriebene Zitronenschale zugeben und zu einem Teig kneten. Rosinen trockentupfen, mit Mehl bestäuben und

unterkneten. Keulchen formen (dazu einen oder zwei schlanke Laibe - ähnlich Baguette - herstellen und in 1cm dicke Scheiben schneiden) und diese in heißem Fett von beiden Seiten goldgelb backen. Mit Zucker (auch Zucker und Zimt) bestreuen und mit Apfelmus, Kompott bzw. diversen anderen Zutaten reichen.

Quarkkeulchen schmecken auch kalt sehr gut.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten



Königsberger Klopse

Zutaten für 4 Portionen:

1 altbackenes Weizenbrötchen
1 Zwiebel
1 Bund Petersilie
4 Sardellenfilets
1 kleine unbehandelte Zitrone
600 g gemischtes Hackfleisch
1 Ei
2 EL Semmelbrösel
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
50 g Butter
40 g Mehl
3/4 l Fleischbrühe
2 EL Kapern
2 EL Crème fraiche
geriebene Muskatnuss

Die Fleischklöße in weißer Sauce, kräftig gewürzt mit Sardellen, Kapern und Zitrone, sind eine ostpreußische Spezialität, die mit Pellkartoffeln und grünem Salat schmeckt.

Das Weizenbrötchen in eine Schüssel legen, mit lauwarmen Wasser übergießen und ziehen lassen, bis es weich ist.

Inzwischen die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein

zerkleinern. Die Sardellenfilets kalt abspülen, trocken tupfen und ebenfalls fein hacken. Die Zitrone waschen, abtrocknen und halbieren. Von der einen Hälfte ein großes Stück Schale abschneiden und hacken. Diese Hälfte der Zitrone auspressen.

Die andere Hälfte der Zitrone schälen und das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden.

Das Brötchen mit den Händen gut ausdrücken.

Für die Klopse das Hackfleisch mit Brötchen, Zwiebel, je der Hälfte der Petersilie und Sardellen sowie Zitronenschale, 1 EL Zitronensaft, Semmelbröseln, Ei, Salz, und Pfeffer vermischen, bis der Teig gut bindet.

Die Hände mit kaltem Wasser anfeuchten und 12 Klopse formen. Eine Schüssel gut vorwärmen. Die Butter in einem Topf erhitzen und das Mehl darin hell anrösten. Die Fleischbrühe langsam zugießen und rühren, bis die Sauce glatt ist. Die Klopse in die kochende Sauce legen und zugedeckt bei schwacher Hitze 15 Minuten köcheln lassen. Die Klopse in die Schüssel legen. Kapern, Crème fraiche, Zitronenstücke, den Rest der Petersilie und Sardellen in die Sauce geben, mit Salz, Pfeffer, Muskat und nach Belieben mit Zitronensaft abschmecken und über die Klopse gießen.



Dr. Herbert Schneider





Toastecken mit Forellendip



Bettina Beck

Zutaten für 4 Personen:

einige Stengel Petersilie
125 g geräucherte Forellenfilets
75 g Schmand (24% Fett)
3 TL Kapern
6 Scheiben Toastbrot

Die Petersilienblättchen mit den Forellenfilets, Schmand und 2 TL Kapern pürieren.

Die Toastbrotsscheiben diagonal durchschneiden; mit dem Forellendip bestreichen. Mit den restlichen Kapern bestreuen.

Aus dem Vorrat: Statt Forellenfilet kann man auch Dosen-Thunfisch verwenden, statt Schmand saure Sahne. Statt mit Kapern mit Zitronensaft abschmecken.

HAUPTGERICHT AUS DEUTSCHLAND

Käsefrikadellen vom Blech

Zutaten für 4 Personen:

1 altbackenes Roggenbrötchen
1 großes Bund Schnittlauch
150 g junger Gauda in Scheiben
Fett für die Formen
400 g gemischtes Hackfleisch
1 Ei
Salz, Pfeffer, Paprikapulver edelsüß
2 Tomaten

Das Brötchen in warmen Wasser einweichen. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Hälfte des Käses in feine Würfel, den Rest

in fingerbreite Streifen schneiden.

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Eine große Auflaufform fetten. Das Brötchen gut ausdrücken, mit Schnittlauch, Käsewürfeln, Hackfleisch und Ei, etwas Salz, Pfeffer und Paprika verkneten. 8 flache Frikadellen formen, in die Form legen und im Ofen (Mitte, Umluft 180°C) 10 Minuten garen.

Jede Tomate in 4 Scheiben schneiden. Die Frikadellen nun wenden und eng zusammen legen.

Auf jede Frikadelle 1 Tomatenscheibe geben, die Käsestreifen gitterartig darüber verteilen.

Für weitere 10 Minuten in den Backofen schieben.



Medaillons von Rehrücken auf Rahmpfifferlingen

Zutaten:

für 2 Personen:
5 Laugenbrezeln
Milch
2 Eier
Salz, Pfeffer, Muskat, Weißwein, Zitronensaft
3 EL Crème fraîche
30 g Speck
2 Schalotten
1/2 Bund Petersilie
4 x 80 g Rehrückenmedaillons
Butter
300 g frische Pfifferlinge
200 g flüssige Sahne
Mehl
1 Birnen

Die Laugenbrezeln in Würfel schneiden, mit etwas heißer Milch übergießen, 2 Eier, Salz, Pfeffer und Muskat zu einer Masse verbinden. 30 g Speck in kleine Würfel heiß anbraten, 2 kleine Schalotten in Würfel dazu, unter die Masse mengen und 1/2 Bund gehackte Petersilie dazu. Zu kleinen Knödeln formen, ins kochende Wasser geben und ca. 10 Minuten ziehen lassen (nicht kochen). Eine Birne schälen und halbieren. Mit einem 1/8 l Weißwein

und einem 1/8 l Wasser mit Zimtstange und Zucker pochieren.

4 Rehrückenmedaillons à 80 g, salzen, pfeffern und in Butter von beiden Seiten scharf anbraten, dann im Backofen bei 70-80° C warm halten. 300 g frische Pfifferlinge putzen, kalt abbrausen, eine Schalotte schälen, klein schneiden und mit etwas Butter anbraten. Pfifferlinge dazu geben und mit 200 g flüssiger Sahne aufkochen, Pfifferlinge herausnehmen und die Flüssigkeit mit etwas Mehlbutter abbinden (30 g Butter + 30 g Mehl zusammenkneten). Pfifferlinge dazugeben und ca. 8-10 Minuten ziehen lassen. Abschmecken mit etwas Weißwein, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, gehackte Petersilie und 3 EL Crème fraîche.

Anrichten:

Rahm-Pfifferlinge auf den Teller, 2 Rehrückenmedaillons, 2 kleine Knödel und eine halbe mit Preiselbeer gefüllte Birne.





Grießnockerlsuppe



Simone Rüth

Zutaten für 4 Portionen:

40 g weiche Butter

75 g Hartweizengrieß

1 Ei

Salz

frisch geriebene Muskatnuss

1 l klare Rinderbrühe

1/2 Bund Schnittlauch

Für die Grießnockerl die weiche Butter in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen schaumig rühren, dabei 1 EL Grieß unterrühren. Das Ei, den restlichen Grieß, etwas Salz und 1 Prise Muskatnuss unterrühren und die Masse 20 Minuten quellen lassen. Die klare Rinderbrühe in einem Topf aufkochen. Zwei EL in kaltes Wasser tauchen und aus der

Grießmasse Nockerl formen, in die kochende Brühe geben und etwa 5 Minuten leicht kochen lassen. Die Hitze reduzieren und die Grießnockerl in der nicht mehr kochenden Brühe etwa 15 Minuten gar ziehen lassen. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Die Grießnockerlsuppe auf Suppenteller verteilen und mit dem Schnittlauch bestreut servieren.



Tafelspitz mit Meerrettichsoße und Bandnudeln

Zutaten für 8 - 12 Portionen:*Rinderbrühe + Fleisch:*

1 Tafelspitz,

ca. 2,5 bis 3 kg

300 g Wurzelwerk

(Sellerie, gelbe Rüben,
Karotten, Petersilienwurzel)

200 g Zwiebeln mit Schale

1/2 Porree

15 Pfefferkörner

ca. 4 1/2 l Wasser

1 kg Rindsknochen

Salz

Zwiebeln halbieren, in der Pfanne an der Schnittfläche sehr dunkel, fast schwarz braten. Wurzelwerk waschen, schälen. Knochen warm waschen, Wasser zum Kochen bringen. Tafelspitz, Knochen und Pfefferkörner ins Wasser geben. Schwach wallend kochen. Eine Stunde vor Garungsende Wurzelwerk, Porree, Liebstöckel und Zwiebeln begeben. Schaum ständig abschöpfen. Fertig gegartes Fleisch aus der Suppe heben; Suppe würzen und durch ein feines Sieb oder Tuch seihen. Tafelspitz aufschneiden, mit Bandnudeln, Meerrettichsoße und Preiselbeeren servieren.

Garzeit: etwa 3-4 Stunden

Meerrettichsoße

Die Stange putzen und reiben. Meerrettich in Fett andünsten, Mehl oder Semmelbrösel zugeben, mit Fleischbrühe aufgießen, kurz durchkochen lassen, abschmecken. Durch längeres Kochen verliert Meerrettich an Schärfe. Auch die Zugabe eines rohen, geschälten und geriebenen Apfels mildert den scharfen Meer-

**Soße:**

1 Stange Meerrettich

30 g Fett

30 g Mehl

oder 30 g Semmelbrösel

oder 2 alte eingeweichte

Semmeln

mit 1 EL Mehl

Salz, etwas Zucker

1/4 l Fleischbrühe

(oder Milch)

3-4 EL süßer Rahm

1 roher, geschälter Apfel

nach Belieben

rettich. Liebt man scharfen Meerrettichgeschmack, gibt man an das fertige Gemüse etwas rohen, geriebenen Meerrettich. Verwendet man konservierten Meerrettich anstelle von frischem, so benötigt man eine größere Menge, je nach Schärfe.

Danke!

Mit seinem Geistesblitz der "Kulinarischen Integration" hat mein Mann auf seine Weise einerseits die gegenwärtige Migrationsdebatte kommentiert, andererseits uns eine wunderbare Idee zur Kommunikation mit unseren Kunden und Freunden gegeben.

Mit großem Engagement haben alle, die in der Alten Apotheke arbeiten, diese Idee in die Tat, das heißt in Rezepte und Gekochtes, umgesetzt. Die beigefügten Fotografien und Erinnerungsstücken lassen die Ambivalenz der Migration spüren. Auch wenn das Leben hier sicher viele positive Aspekte bietet, so bleibt doch die emotionale Verbundenheit zur eigenen Herkunft, zur Landschaft und zur Kultur des Landes, aus dem man stammt.

Meine Assistentin Marina Jeiter übernahm mit mir Organisation und Koordination. Sie hatte alle Hände voll zu tun, die Kochrezepte und Gerichte termingerecht zu erhalten. So konnte unser enger Zeitplan für die Erstellung unseres Kochbuchs eingehalten werden.

Dieter Weiß von ergo: Grafik und Konzept gelang dank seines Einfühlungsvermögens und seiner Sensibilität diese großartige Umsetzung. Wir alle sind begeistert, wie er das Miteinander bei uns lebendig werden lässt.

Seine Tochter Frieke Weiß als Fotografin war ein Glücksgriff. Sie hat mit ihren Bildern die Voraussetzungen für die Gestaltung des Buches geschaffen. Selbst einfache Gerichte wurden von ihr zu Kunstwerken geadelt.

Susanne Dieterich war eine wertvolle Hilfe beim Korrekturlesen und beim Organisieren der Übersetzung der Einleitung in die verschiedenen Sprachen unserer Kunden. Allen Übersetzern ein Dankeschön: Renate Adami, Luba Alperina, Ömer Güzelkücük, Ali Khanafer, Barbara Mehner-Savonitto, Irina Nagel, Guiseppina Riccetti, Irina Voloschina und Tuba Yildirim.

Allen, die mitgemacht haben, herzlichen Dank und auch Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, für Ihr Interesse und im Voraus für Ihre Meinung zu unserem Experiment.

Dr. Petra Steinbeck



Alte Apotheke | Dr. Petra Steinbeck | Stuttgarter Straße 51 | 70469 Stuttgart
Telefon 0711/54 08 55 - 0 | Telefax 0711/54 08 55 - 61 | www.aa-s.de, info@aa-s.de