

HANS JÖRG BACHMEIER

BR

Mit allen
Rezepten
aus der
TV-Sendung

Essen für Leib & Seele

Einfach. Gut. Bachmeier

GU

Inhalts- verzeichnis

Vorwort	7
Register	184
Impressum	190



*Ein Gruß aus der Küche –
Vorspeisen 08*

Auf dem Acker von Christoph Ehrhardt 10



*Schmankerl vom Land
Hauptspeisen mit Schwein,
Rind und Geflügel 42*

Ob Schwein oder Rind –
bei Sophie gibt's nur Qualität

44



*Köstlichkeiten aus Fluss und
See – Hauptspeisen mit Fisch
und Meeresfrüchten 76*

Besuch beim Fischer Wallner
am Chiemsee

78



*Mit Mehl und Liebe – Mehl-
speisen und Gebackenes 126*

Teuflich gut!
Christl bäckt wie keine andere

128



*Gutes aus Feld und Garten –
Hauptspeisen mit Gemüse,
Getreide und Hülsen-
früchten 102*

Ein Prosit der Gemütlichkeit!
Im Bier- & Oktoberfestmuseum

104



*Der süße Abschluss
Desserts 152*

Die Leitzachmühle
mahlt Qualität vom Feinsten

154

Marinierte Dorade

mit Oliven-Sesam-Dressing
und Rettich

Für 4 Personen

FÜR DIE DORADE

- 1 frische Dorade (ca. 1 kg)
- 1 Limette
- 1 TL Reisessig
- Salz
- 100 ml Öl zum Frittieren

FÜR DEN SALAT

- ½ Salatgurke
- ½ Stange Staudensellerie
- ½ rote Zwiebel
- Salz
- ½ Chilischote
- 1 TL Reisessig
- 1 TL Sesamöl
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL schwarze Sesamsamen
- 1 EL schwarze Oliven (entsteint)
- Zucker
- ½ Rettich
- 1 Frühlingszwiebel
- 4 Stiele Koriander

Die Dorade vom Fischhändler schuppen und filetieren lassen.

Die Limette auspressen. Die Doradenfilets von der Haut schneiden, anschließend in nicht zu dünne Scheiben. Mit Limettensaft und 1 TL Reisessig säuern, salzen und für ca. 10 Min. ziehen lassen.

Die Haut der Dorade in längliche Streifen schneiden. Öl zum Frittieren in einer Pfanne auf ca. 175° erhitzen und die Fischhaut darin frittieren. Wenn die Haut schön kross ist, herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen und auskühlen lassen. Leicht salzen.

Gurke schälen, vierteln und entkernen. Staudensellerie waschen, bei Bedarf entfädeln und mit der Gurke in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Rote Zwiebel schälen und in Streifen schneiden.

Salzwasser mit der Chilischote zum Kochen bringen. Gurke, Sellerie und Zwiebel darin bissfest blanchieren, herausnehmen und unter lauwarmem Wasser waschen.

Gurke, Sellerie und Zwiebel mit Salz, Reisessig und dem Sesam- und Olivenöl marinieren.

Sesam in einer Pfanne ohne Fett anrösten, kurz auskühlen lassen. Oliven grob hacken, mit dem Sesam unter das Gemüse mischen und mit Salz und Zucker abschmecken.

Rettich putzen, schälen und mit Hilfe eines Spiralschneiders in Spaghetti-Form schneiden und leicht salzen. Frühlingszwiebel putzen, waschen und in Röllchen schneiden. Koriander waschen, trockenschütteln und die Blätter abzupfen.

Doradenscheiben auf Teller legen. Den Gemüsesalat auf dem Fisch verteilen, die Rettichspaghetti daneben anrichten. Mit Frühlingszwiebelröllchen, Korianderblättern und der krossen Fischhaut garnieren.



Geschmorte Rehhaxerl

mit Reherl und Pastinaken

Für 4 Personen

FÜR DIE REHHAXERL

3 EL Öl
4 Rehhaxen (à 250-300 g)
Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)
150 g Röstgemüse (Knollensellerie, Möhre, Lauch, Zwiebel)
50 g geräucherter Bauchspeck
1 EL Tomatenmark, 2 EL Mehl
250 ml Rotwein
5 Pfefferkörner
5 Wacholderbeeren
3 Gewürznelken
1 Sternanis
3 Pimentkörner
½ Apfel, 1 l Wildfond
40 g Preiselbeeren
1 Lorbeerblatt
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
1 TL Senf, 1 EL Essig

FÜR DIE PASTINAKEN

4 Pastinaken
1 EL Olivenöl
1 TL Meersalz

FÜR DIE REHERL

400 g frische Pfifferlinge
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
2 EL Butter

Für die Rehhaxerl Öl in einem Schmortopf erhitzen. Rehhaxen mit Salz und Pfeffer würzen, rundum kräftig anbraten und herausnehmen. Röstgemüse putzen und schälen bzw. waschen, grob zerkleinern und mit dem Speck im Schmortopf anrösten. Tomatenmark dazugeben und kurz mitbraten. Mit Mehl bestäuben und nach und nach mit dem Wein ablöschen.

Gewürze im Mörser fein zerstoßen. Apfel schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Gewürze und Apfel zum Gemüse geben und den Wildfond angießen. Preiselbeeren unterrühren.

Rehhaxen in den Topf legen, Lorbeerblatt, Rosmarin und Thymian dazugeben und das Fleisch ca. 1 Std. 30 Min. zugedeckt weich schmoren. Mehrmals wenden.

Für die Pastinaken Backofen auf 160° vorheizen. Pastinaken putzen, waschen und trockenreiben. Längs vierteln, mit Olivenöl und Salz mischen und auf einem mit Backpapier belegtem Backblech verteilen. Für ca. 1 Std. im Backofen garen.

Für die Reherl Pfifferlinge putzen, kurz kalt waschen. Je nach Größe halbieren und mit Küchenpapier trockentupfen. Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden, Knoblauchzehe andrücken. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Pfifferlinge dazugeben, kurz anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Rehhaxen aus dem Schmorfond nehmen, Fond durch ein Sieb streichen. Senf und Essig unterrühren und die Sauce abschmecken.

Rehhaxen mit Sauce und Pastinaken auf Tellern anrichten. Pfifferlinge über die Haxen verteilen und nach Belieben mit frittierte Petersilie garnieren.



KÖST- LICH- KEITEN AUS FLUSS UND SEE

Hauptspeisen mit Fisch und Meeresfrüchten



Besuch bei Fischer Wallner am Chiemsee

In humoristischer Hinsicht schwimmt Heinz Wallner auf einer Wellenlänge mit dem großartigen Komiker Karl Valentin. Wellenlänge passt in diesem Fall besonders gut, denn der Wallner Heinz ist Fischer auf dem „bayerischen Meer“, dem Chiemsee. Fast täglich sticht er bei Morgengrauen in See. „Ich liebe diese Stimmung, wenn das Licht über den Horizont kriecht, das leichte Plätschern der Wellen am Bug.“ Was romantisch klingt, ist vor allem ein Knochenjob. Denn am Ende des Tages kommt es auf das an, was im Netz gelandet ist. Renke, Hecht, Zander – diese Fische lassen sich je nach Saison aus dem Chiemsee holen, und davon lebt die Familie. Schon seit über zwölf Generationen. Der Heinz hat eingeheiratet in diese Tradition. Seine Frau Irmi ist die eigentliche Thomafischerin. Der Stammbaum ihrer Familie von Chiemsee-Fischern lässt sich bis ins Jahr 1587 zurückverfolgen. Und das Schöne ist: Es geht weiter. „Einer unserer Söhne, der Wasti, macht gerade seine Meisterprüfung und will die Fischerei übernehmen“, freut sich Wallner. Ein Glücksfall in der heutigen Zeit. Denn, so sagt der Heinz, „als Fischer kann man nur als Familienbetrieb überleben.“

Wenn alle mithelfen. Sogar der Großvater ist mit seinen 85 Jahren immer noch mit von der Partie, soweit es halt geht.“

Fischen, räuchern und der Verkauf im eigenen Hofladen. Das alles findet hier in Chieming statt, ganz in der Nähe des Dampferstegs. Ein wirklich treuer Kunde kommt regelmäßig aus München angereist: Der Hans Jörg Bachmeier ist schon so et-



was wie ein Freund der Familie. „Regionale Fische kaufe ich schon seit vielen Jahren beim Heinz am Chiemsee“, sagt der Koch. „Ich verwende gerne roh marinierten Fisch, da muss die Qualität absolut stimmen.“ Stichwort Ceviche, Bachmeier liebt diese südamerikanische Gar-Methode, die mit Limettensaft, Salz, Knoblauch, Chili und Koriander jeden Fisch veredelt.

Außerdem serviert er in seinem Restaurant gerne einen echten Chiemsee-Matjes. Zugegeben, Matjes ist eigentlich ein jungfräulicher Hering aus der Nordsee. Die bayerische Variante vom Chiemsee stammt jedoch von der Renke – Renke Matjes-Art. „Legendär im Geschmack!“, sagt der Heinz. „Die Renke ist unser Brotfisch, da gibt es ausreichende

Das
Wichtigste
beim
Fisch ist
seine
Frische.

Spinatknödel mit Linsenragout



Für das Linsenragout Linsen in einem Sieb waschen und abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen, Möhre und Sellerie schälen, den Lauch waschen und alles in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel in 2 EL Butter andünsten. Linsen dazugeben und kurz mitdünsten. Möhre und Sellerie ebenfalls mitdünsten. Mit Zucker karamellisieren, das Tomatenmark unterrühren und mit der Gemüsebrühe aufgießen.

Linsengemüse aufkochen und bei kleiner Hitze für ca. 40 Min. garen, bis die Flüssigkeit fast verkocht ist.

Für die Spinatknödel den Spinat waschen, verlesen und in kochendem Wasser blanchieren. Abgießen, gut abtropfen lassen, ausdrücken und grob hacken. Zwiebel und Knoblauch schälen, in feine Würfel schneiden und in der Butter andünsten. Den Spinat dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Die Masse mit den Eiern im Mixer fein pürieren.

Milch aufkochen und über das Knödelbrot in eine Schüssel geben. Die Spinatmasse mit dem Topfen gut unter das Knödelbrot mischen und die Masse für ca. 20 Min. ruhen lassen.

Aus der Masse Knödel formen und in Salzwasser für ca. 20 Min. leicht köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Lauch, Lorbeerblatt und die ange-drückte Knoblauchzehe zum Linsengemüse geben und mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Dijonsenf und Gurkensud abschmecken. Schnittlauch waschen, trockenschütteln und in Röllchen schneiden.

Restliche Butter in einer Pfanne aufschäumen und braun werden lassen.

Das Linsenragout auf tiefe Teller verteilen und die Spinatknödel hineinsetzen. Mit der braunen Butter beträufeln und mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Für 4 Personen

FÜR DAS LINSEN-RAGOUT

100 g Berglinsen
1 kleine Zwiebel
20 g Möhre
20 g Knollensellerie
20 g Lauch
50 g Butter
1 EL Zucker
1 EL Tomatenmark
500 ml Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt
1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)
Cayennepfeffer
1 TL Dijonsenf
2–3 EL Gurkensud
½ Bund Schnittlauch

FÜR DIE SPINATKNÖDEL

250 g Blattspinat
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL Butter
Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)
frisch geriebene Muskatnuss
2 Eier (M)
50 ml Milch
150 g Knödelbrot
2 EL Topfen

Millirahmstrudel

Für 6 Personen

FÜR DEN STRUDELTEIG

140 g Mehl
2 EL Öl
1 Ei (M)
Salz

FÜR DIE FÜLLUNG

4 Eier (M)
100 g Zucker
100 g Butter
1 EL Vanillezucker
Salz
1 Bio-Zitrone
½ Bio-Orange
330 g Topfen
250 g saure Sahne
40 g Mehl
50 g Rosinen (in Rum oder
Apfelsaft eingeweicht)

FÜR DIE ROYALE

250 ml Milch
2 Eier (M)
3 EL Zucker

AUSSERDEM

Öl zum Bestreichen
Mehl zum Verarbeiten
zerlassene Butter zum
Verarbeiten
Puderzucker zum Bestäuben

Für den Teig Mehl, Öl, 50 ml lauwarmes Wasser, Ei und 1 Prise Salz verrühren und von Hand zu einem geschmeidigen Teig kneten. Rundum mit Öl bestreichen und zugedeckt 1 Std. ruhen lassen.

Für die Füllung die Eier trennen. Eiweiße mit 2 EL Zucker cremig schlagen. Butter, Eigelbe, restlichen Zucker, Vanillezucker und 1 Prise Salz schaumig rühren. Zitrone und Orange waschen und die jeweils die Schale fein dazureiben. Dann Topfen, saure Sahne und das Mehl unterrühren und zum Schluss die abgetropften Rosinen.

Den Eischnee in drei Portionen mit dem Schneebesen unter die Topfenmasse heben.

Den Backofen auf ca. 170° Umluft vorheizen.

Strudelteig halbieren und auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 5 mm dick ausrollen.

Ein Geschirrtuch auslegen und mit Mehl bestäuben. Eine Teighälfte darauf möglichst dünn ausrollen und über dem Handrücken auf dem Tuch rechteckig ausziehen.

Teig mit flüssiger Butter bestreichen und die Hälfte der Füllung auf dem unteren Drittel der Längsseite verteilen. Die kurzen Seiten einschlagen und den Strudel mithilfe des Geschirrtuchs aufrollen und in eine gebutterte Auflaufform setzen. Mit der zweiten Teighälfte ebenso verfahren.

Die Strudel mit der restlichen Butter bepinseln und im Backofen ca. 25 Min. backen.

Für die Royale Milch, Eier und Zucker verquirlen. Die Strudel aus dem Backofen nehmen, mit einem Holzspieß mehrmals einstechen, die Royal darübergießen und für weitere 20 Min. backen. Mit Puderzucker bestäubt servieren.

Tipp

Fein dazu sind karamellisierte Birnenspalten (siehe Rezept Birnenstrudel, S. 146) und Preiselbeeren.



Topfensoufflé mit Rhabarber

Für 4 Personen

FÜR DEN RHABARBER

500 g Rhabarber
½ Vanilleschote
50 g frische oder
TK-Himbeeren
5 EL Zitronensaft
180 g Zucker
½ Zimtstange
1 Gewürznelke

FÜR DAS SOUFFLÉ

3 Eier (M)
Salz
60 g Zucker
200 g Topfen
½ Vanilleschote
Abrieb von 1 Bio-Zitrone

AUSSERDEM

4 Soufflé-Förmchen (ca. 7,5 cm
Durchmesser-Glyphe)
Butter und Zucker für die
Formen

Für den Rhabarber die Rhabarberstangen waschen und bei Bedarf mit einem kleinem Messer schälen. Die Stangen schräg in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Vanillemark mit den Himbeeren, Zitronensaft, Zucker, Zimt und Nelke zum Rhabarber geben. Die Zutaten gut mischen und für 1 Std. ziehen lassen.

Für das Soufflé den Backofen auf 180° vorheizen. Vier Souffléförmchen mit etwa 7,5 cm Durchmesser gut mit Butter einfetten, mit Zucker austreuen und kühl stellen.

Die Eier trennen. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz und dem Zucker zu steifem Schnee schlagen. Den Quark mit den Eigelben, dem Vanillemark und der abgeriebenen Zitronenschale in einer Schüssel glatrühren.

Erst ein Drittel des Eischnees unter die Quarkmasse ziehen, dann den Rest in zwei Portionen vorsichtig unterheben. Die Masse in die Förmchen füllen.

Einen kleinen Bräter mit Küchenpapier auslegen und ca. 2 cm hoch Wasser einfüllen. Soufflé-Förmchen in das Wasserbad stellen und auf dem Herd aufkochen.

Die Quarksoufflés auf der untersten Schiene im Backofen für ca. 20 Min. backen.

Inzwischen den Rhabarber in einem offenen Topf kurz andünsten – er sollte nicht zerfallen. Beiseite stellen.

Die Soufflés vorsichtig aus dem Ofen nehmen, mit Puderzucker bestäuben und den Rhabarber dazu servieren.



Bayerische Küche, wie Sie sie noch nie erlebt haben!

Tauchen Sie ein in die Genusswelt von Hans Jörg Bachmeier und seiner Liebe zur bayerischen Küche. In seinem unverwechselbaren Stil verbindet er traditionelle Rezepte mit Einflüssen aus aller Welt. Das Ergebnis: regionales Soulfood, das Leib und Seele gleichermaßen verwöhnt.

Von herzhaften Klassikern wie Schweinsbraten und Spinatknödeln bis hin zu kreativen Neuinterpretationen wie bayerischen Ramen oder Kürbisnocken mit gebratenem Radicchio – für Hans Jörg Bachmeier stehen stets regionale Zutaten im Mittelpunkt. Ob frischer Fisch aus dem Chiemsee oder naturbelassenes Mehl: Bachmeier zeigt, wie hochwertige Produkte den Geschmack auf ein neues Niveau heben.

Ergänzt werden die Rezepte aus seiner beliebten Sendung „Einfach. Gut. Bachmeier.“ durch persönliche Reportagen, die seine Leidenschaft für Qualität und ehrliche Zutaten widerspiegeln.

Holen Sie sich mit *Bachmeiers Rezepten*
ein *Stück Heimat* und
echtes Soulfood auf den Teller.

