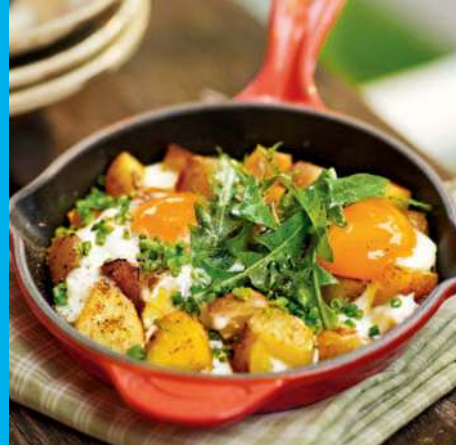




HEIMAT KÜCHE



König & Berg





INHALTSVERZEICHNIS

Suppen & Salate 4

Fleisch, Wild & Geflügel 32

Beilagen & Vegetarisches 74

Kuchen & Desserts 106

Register 142

Impressum 144

Wiener Gulaschsuppe mit Kartoffeln

Die lange Garzeit macht das Fleisch butterweich und die Gewürze geben den richtigen Pfiff. Die Wiener Gulaschsuppe ist ein echter Hochgenuss.

600 g Rindfleisch (aus der Wade oder Schulter)
500 g Zwiebeln
4 Knoblauchzehen
1 TL Kümmelsamen
2 EL Butterschmalz
2 EL Paprikapulver (edelsüß)
¾ TL Paprikapulver (rosenscharf)
1 TL Tomatenmark
2 EL Rotweinessig
Salz
Pfeffer
1,2 l Rinderbrühe
300 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
1 Bio-Zitrone
3 Stängel Majoran

Für 4 Personen

Zubereitung: 40 Min. | Garen: 2 Std.

Pro Portion ca. 380 kcal, 36 g E, 18 g F, 19 g KH

1 Das Rindfleisch in 1 – 2 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen. Die Zwiebeln halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Den Knoblauch mit dem Kümmel hacken.

2 Das Butterschmalz in einem schweren Topf erhitzen. Die Zwiebeln darin bei großer Hitze unter häufigem Rühren in etwa 5 Min. goldbraun braten. Den Knoblauch mit Kümmel, Paprikapulver und Tomatenmark unterrühren. Mit dem Essig ablöschen.

3 Das Fleisch in den Topf geben, mit Salz und Pfeffer würzen und bei kleiner Hitze etwa 2 Std. dünsten, dabei den Deckel einen winzigen Spalt offen lassen. Die Brühe in einen Topf geben und aufkochen lassen. Ab und zu sehr wenig Brühe zum Fleisch geben, erst ca. 30 Min. vor Garzeitende den großen Rest Brühe dazugießen.

4 Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Ca. 30 Min. vor Garzeitende mit der übrigen Brühe zur Suppe geben. Die Zitrone heiß waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Den Majoran waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen, hacken und mit der Zitronenschale kurz vor dem Servieren unter die Suppe rühren. Die Gulaschsuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf tiefe Teller verteilen.

TYPISCH WIENER GULASCH

Eine original Wiener Gulaschsuppe verdankt ihren typischen Geschmack Fleischsaft, Zwiebeln und Paprikapulver. Man schmeckt keine Röststoffe, denn das Fleisch wird nicht angebraten, sondern nur sanft gedünstet. Nach dem gleichen Rezept können Sie übrigens ein Gulasch zubereiten: Schneiden Sie dafür das Fleisch in 3 – 4 cm große Würfel, geben nur ½ l Brühe dazu und lassen Sie die Kartoffeln weg.





Gebratener Bauerngockel

Saftig, würzig, einfach lecker! Mit diesem herrlichen Rezept holen Sie das Maximum an Geschmack aus dem zarten Hähnchenfleisch.

1 Bauernhähnchen (ca. 2,5 kg; z. B. Sulmtaler)
1 Bund Petersilie
Salz
1 kleine Knolle Knoblauch
3 vollreife Tomaten (z. B. Roma)
3 mittelgroße rote Zwiebeln
6 mittelgroße festkochende Kartoffeln (z. B. Linda)
1 kleine Sellerieknolle (ca. 400 g)
2 mittelgroße Möhren (ca. 300 g)
4 EL Olivenöl
750 ml Geflügelbrühe
2 Lorbeerblätter
Pfeffer
Saft von ½ Bio-Zitrone

Für 6 Personen
Zubereitung: 30 Min. | Garen: 1 Std.
Pro Portion ca. 665 kcal, 67 g E, 37 g F, 17 g KH

1 Das Hähnchen kalt waschen und trocken tupfen. Die Flügelspitzen und den Hals abschneiden sowie grob hacken. Petersilie waschen und trocken schüteln. 2 Stiele abzupfen, grob schneiden und beiseitestellen. Das Hähnchen innen salzen, mit dem Petersilienbund füllen und die Fesseln an den Keulen ringsum einschneiden. Außen mit Salz einreiben.

2 Die ungeschälte Knoblauchknolle halbieren. Tomaten waschen, Stielansätze entfernen und halbieren. Zwiebeln schälen und vierteln. Kartoffeln waschen und bürsten. Die Sellerieknolle waschen, bürsten und sechsteln. Möhren schälen und dritteln.

3 Den Backofen auf 225° (Umluft 200°) vorheizen. In einem großen Bräter das Olivenöl erhitzen, das Hähnchen darin bei mittlerer Hitze rundum hellbraun anbraten, herausnehmen und beiseitestellen. Flügelspitzen und Hals darin braun rösten und den Bratensatz mit ca. 100 ml Geflügelbrühe ablöschen.

4 Das Gemüse mit Knoblauch und Lorbeer im Bräter verteilen. Die restliche Brühe aufgießen und aufkochen. Das Hähnchen mit dem Rücken auf das Gemüse legen und zugedeckt ca. 30 Min. garen. Dann offen in ca. 25 Min. goldbraun braten, dabei regelmäßig mit Bratensaft begießen.

5 Das Hähnchen herausnehmen und den Bratensaft in den Bräter gießen: Ist er klar, so ist das Fleisch gar, dann warm stellen. Den Bratenfond in einen Topf geben, entfetten und bei mittlerer Hitze leicht sämig einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Braten zerteilen. Das Gemüse mit dem Bratensaft in einer breiten, flachen Schüssel anrichten, die Fleischstücke darauf verteilen und mit Zitronensaft beträufeln. Zum Schluss mit grob geschnittener Petersilie bestreuen.

INFO

Die beste Zubereitungsart eines Hähnchens oder Huhns ist die im Ganzen. Hier geht der feine Geschmack des Fleisches in alle Komponenten über, ohne den Eigengeschmack der Zutaten zu verfälschen.

Lauch-Kartoffel-Gratin

Kartoffeln, Lauch und Käse: Eine bessere Kombination gibt's nicht! Ob als Beilage oder Hauptgericht – dieses Gratin wird jeden überzeugen.

500 g mehligkochende Kartoffeln
1 kg Lauch
150 g gekochter Schinken (in Scheiben)
100 g Allgäuer Emmentaler oder Bergkäse (am Stück)
250 ml Milch
1 Knoblauchzehe
Salz
Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss
200 g Sahne

Außerdem:

Butter für die Form

Für 4 Personen

Zubereitung: 25 Min. | Garen: 30 Min.

Pro Portion ca. 465 kcal, 24 g E, 30 g F, 25 g KH

1 Die Kartoffeln waschen, schälen und in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden oder hobeln. Den Lauch putzen, längs halbieren, gründlich waschen und in ca. 5 mm dicke Ringe schneiden. Den Schinken klein schneiden, den Käse fein reiben.

2 Die Milch in einen Topf geben, den Knoblauch schälen und dazupressen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Milch aufkochen und die Kartoffeln darin zugedeckt bei schwacher Hitze 8 – 10 Min. kochen, bis sie weich, aber nicht durchgegart sind.

3 Inzwischen den Backofen auf 200° vorheizen und eine große ofenfeste Form mit Butter einfetten. Die Kartoffeln mit dem Schaumlöffel aus der Milch heben und mit Lauch und Schinken mischen.

4 Die Hälfte der Kartoffelmischung in die Form geben und mit der Hälfte des Käses bestreuen. Die restliche Kartoffelmischung darauf verteilen. Die Sahne unter die Milch rühren, nochmals mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und über das Gratin gießen. Mit dem übrigen Käse bestreuen und im heißen Ofen (Mitte, Umluft 180°) in ca. 30 Min. goldbraun backen. Herausnehmen, kurz ruhen lassen und mit Endivien- oder Feldsalat servieren.

VARIANTE

Wer lieber ein vegetarisches Gratin kochen möchte, lässt den Schinken einfach weg oder ersetzt ihn durch 150 g Champignons. Diese putzen, entstielen, in Scheiben schneiden und in die Kartoffelmischung geben, bevor diese in den Ofen kommt.





Gefüllte Bratäpfel mit Vanillesauce

Dieses winterlich-weihnachtliche Dessert zaubert einen herrlichen Duft in jede Küche und ist der Himmel für Schleckermäuler.

Für die Äpfel:

- 1 EL Rosinen
- 2 EL Rum (nach Belieben)
- 60 g weiche Butter
- 4 nicht zu große Äpfel (z. B. Cox Orange oder Boskop)
- 1 TL frisch gepresster Zitronensaft
- 4 EL Honig
- 4 EL gemahlene Haselnüsse
- 2 – 3 Msp. Zimtpulver

Für die Sauce:

- 1 Vanilleschote
- 250 ml Milch
- 200 g Sahne
- 1 gestrichener EL Speisestärke
- 2 Eigelb (M)
- 60 g Zucker

Für 4 Personen:

Zubereitung: 30 Min. | Garen: 30 Min.

Pro Portion ca. 605 kcal, 6 g E, 37 g F, 55 g KH

- 1 Für die Äpfel die Rosinen in einer kleinen Schüssel nach Wunsch mit dem Rum übergießen und darin ziehen lassen, bis sie benötigt werden. Den Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen.
- 2 Für die Sauce die Vanilleschote längs aufschlitzen, Mark herauskratzen und samt Schote mit 200 ml Milch und Sahne in einen Topf geben. Unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze offen ca. 5 Min. köcheln lassen.
- 3 Inzwischen Stärke mit übriger Milch, Eigelben und Zucker in einer kleinen Schüssel mit einem Schneebesen gut verrühren. Unter Rühren in den Topf gießen und alles bei mittlerer Hitze aufkochen lassen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Die Vanilleschote noch in der Sauce ziehen lassen und erst vor dem Servieren herausnehmen.
- 4 Eine kleine Auflaufform mit 1 EL Butter einfetten. Die Äpfel waschen und vom Stielansatz her das Kerngehäuse großzügig heraus schneiden. Die Äpfel mit den Öffnungen nach oben in die Form setzen und innen an den Schnittstellen mit Zitronensaft einreiben.
- 5 Übrige Butter (bis auf 1 – 2 TL) mit 3 EL Honig, den Haselnüssen und den Rosinen (samt Rum) mischen, mit Zimt würzen. Diese Masse fest in die Äpfel füllen und obenauf je 1 Flöckchen Butter legen. Die Äpfel im Ofen (Mitte) 25 – 30 Min. garen, dabei nach ca. 20 Min. mit dem übrigen Honig beträufeln und mit ausgetretenem Bratsaft begießen. Die Äpfel heiß auf tiefe Teller verteilen und mit der Vanillesauce umgießen.



ECHTE SEELENKÜCHE

Heimat kann man fühlen. Ja, aber auch schmecken!

Wärmende Suppen, knusprige Bratkartoffeln,
sanft geschmortes Gulasch und sahniger Milchreis streicheln
die Seele und bringen alle am Tisch zum Strahlen.

Kein Wunder, denn diese Klassiker haben
uns schon bei Oma geschmeckt – und sind
heute noch genauso gut wie damals.



König X Berg

ISBN 978-3-8338-5780-5



9 783833 857805

