

Sturm der Liebe

**Das offizielle
Kochbuch**



**Eine kulinarische Zeitreise durch
die Erfolgstelenovela**

**GRÄFE
UND
UNZER**

Inhalt



Vorwort	6
Sturm der Liebe – ein echtes Erfolgsrezept	8
Kochen und Erinnern	10
Laura & Alexander	12
Miriam & Robert	22
Samia & Gregor	32
Emma & Felix	38
Sandra & Lukas	46
Eva & Robert	58
Theresa & Moritz	68
Marlene & Konstantin	76
Pauline & Leonard	86
Julia & Niklas	98
Luisa & Sebastian	108
Clara & Adrian	116
Rebecca & William	124
Alicia & Viktor	132
Denise & Joshua	146
Franzi & Tim	154
Maja & Florian	164
Josie & Paul	176
Register	188
Über die Produktionsfirma	190
Impressum	192

Liebe Leserinnen und Leser,



als wir unsere Serie *Sturm der Liebe* und ihr Herzstück, den «Fürstenhof», das romantische Hotel im bayrischen Voralpenland, entwickelt haben, wollten wir eine Welt erschaffen, in der jeder einmal zu Gast sein möchte. Ein feines Hotel sollte es sein, mit einer ganz besonderen Küche. Bei *Sturm der Liebe* gibt es Geschichten fürs Herz und in der «Fürstenhof» Küche Gerichte für die Seele. Sehr herzlich laden wir Sie nun ein zu einer kulinarischen Reise und freuen uns, wenn Sie uns in das fiktive Örtchen Bichlheim und die Welt des «Fürstenhofs» begleiten.

Seit über 17 Jahren werden wir immer wieder auf beliebte Rezepte angesprochen. Auch unsere Figuren André Konopka und Josie Klee haben unlängst gemeinsam ein Kochbuch veröffentlicht. Was liegt näher, als es den beiden gleichzutun? Von Anfang an spielten Küche und Kulinarik im «Fürstenhof» eine besondere Rolle, zuerst als Kulisse und Begegnungsort der Eigentümerfamilie Saalfeld und ihrer Belegschaft, allen voran den Sonnwichlers. Mit der Zeit haben aber die dort kreierten Gerichte eine immer größere Bedeutung bekommen.

Das altbekannte Sprichwort »Liebe geht durch den Magen« trifft bei *Sturm der Liebe* ganz besonders zu. Oft geben die Gerichte Einblick in die Gefühlswelt der Figuren und in ihre Charaktereigenschaften, Hoffnungen und Sehnsüchte: Wer sich mit Werner Saalfeld gut stellen möchte, sollte ein leckeres Dessert parat haben. Christoph Saalfeld will jederzeit einen klaren Kopf behalten und trinkt deswegen nie Alkohol. Shirin Ceylan kocht gerne scharf, weil sie es von zu Hause so kennt, und Gerry Richters Leibgericht Fischstäbchen ist genauso unkonventionell wie er.



Sturm der Liebe-Cast 2022

Manche Gerichte beschreiben auch eine Beziehung zueinander: Bevor Hildegards Schweinebraten nicht nur Fan-Liebling wurde und es sogar auf die Karte im «Fürstenhof» geschafft hat, war er zuallererst mal ein Lieblingsgericht von Alfons Sonnwichler. Für Hildegard, die ihrem liebsten Alfons gerne einen Gefallen tut und ihm einen Schweinebraten zubereitet, damit er glücklich strahlt, wird Kochen auch zu einer Liebesgeste.

Mit einem Gericht kann man viel bewirken. Man kann seine Liebe, sein Wohlwollen, seinen Respekt ausdrücken und den Wunsch: »Ich möchte Dir etwas Gutes tun.« Das möchten wir Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, nun auch.

Wir freuen uns sehr, unsere «Fürstenhof» Welt mit Ihnen kulinarisch teilen zu können, und wünschen Ihnen viel Spaß beim Ausprobieren, Schmecken und Genießen. Keine Sorge, Sie müssen kein Sternekoch sein, um die Rezepte nachzukochen – schließlich hatte die «Fürstenhof» Küche auch nicht sofort einen Stern! Auch Anfänger sind in unserer Genusswelt herzlich willkommen. Nur eins ist wichtig: Bereiten Sie es mit Liebe zu!

Ihre Bea Schmidt (Produzentin) und das *Sturm der Liebe*-Team



Kochen und Erinnern



Brüder mit Geschmack: Werner Saalfeld (Dirk Galuba, l) und André Konopka (Joachim Lätsch, r.)

»Erinnerst Du Dich noch? Ach ja, genau, das war doch damals, als ...« Auch wenn es in unseren digitalen Zeiten etwas altmodisch klingen mag, aber es gibt wohl kaum etwas Schöneres, als in aller Ruhe durch ein Fotoalbum von früher zu blättern. Darin erkennen wir vertraute, geliebte (oder auch weniger geliebte) Menschen, Freunde und Familie als Teil unseres eigenen Lebens. Wir erinnern uns an sie und an die jeweilige Situation, in der das Bild entstanden ist. Und plötzlich fallen uns wieder Geschichten ein, die wir lange vergessen hatten.

Etwas Ähnliches wie beim Betrachten von Bildern passiert manchmal auch, wenn wir etwas Bestimmtes riechen oder essen: Plötzlich denken wir beim Geruch von Nelken an Weihnachten in Kindertagen oder der Biss in ein Stück Kuchen erinnert uns daran, wie uns Oma getröstet hat, als wir vom Apfelbaum fielen. Und heutige Gehirnforschung bestätigt: Das ist keine Einbildung, sondern eine tatsächliche Vernetzung von sinnlicher Wahrnehmung mit bestimmten Hirnbereichen, die für Gefühle und Erinnerung zuständig sind. Darum ist dies ein in mehrfacher Hinsicht besonderes »Erinnerungskochbuch« für alle Sturm der Liebe-Fans. Zum einen gibt es jede Menge »Erinnerungsfotos«, die an die einzelnen Traumpare oder an bestimmte Szenen aus den jeweiligen Staffeln erinnern. Zum anderen sind viele Gerichte versammelt, die ihre ganz eigenen Geschichten erzählen. Neben dem legendären Schweinebraten von Hildegard, von dem alle träumen, gibt es viele Lieblingsgerichte einzelner Protagonisten und natürlich auch den legendären »Süßen Kuss«, mit dem in der ersten Staffel alles begann.

»Liebe geht durch den Magen«, behauptet nicht zu Unrecht ein altes Sprichwort, und so ist Kochen und Essen auch ein zentrales Thema am »Fürstenhof«. Nicht nur Chefkoch André Konopka zaubert in der hoteleigenen Küche ständig neue, exquisite Gourmetkreationen. Auch in vielen anderen Situationen wird mit viel Gefühl gekocht und bestimmte Speisen wecken die unterschiedlichsten Gefühle: Es gibt unzählige romantische Love-Dinners – mal richtig edel, mal ganz schlicht in der Berghütte, mal als Picknick am See. Versöhnungsschnitzchen, Trösteis und aus Wut oder Rache versalzene Eintöpfe – eine bunte Mischung an Rezepten und Storys rund um den Teller, die sicher jedem Fan Appetit auf mehr machen.

»Koch Dich in den Fürstenhof« lautet dann nämlich die Devise. Neben dem reinen Blättern und Erinnern soll dieses Buch möglichst viele Fans an den Herd locken. Darf's ein dreigängiges Menü aus der »Symphonie der Sinne« sein, exotisches und möglichst nicht versalzenes Akatogo oder einfach Gerrys Fischstäbchen? Keine Angst, alles ist so angelegt, dass es auch einfach zu Hause und ohne Ausbildung zum Sternekoch gelingt. Dafür dürfen aber auf jeden Fall Freunde eingeladen werden. Gemeinsam lässt sich dann ein Sturm der Liebe-Dinner zelebrieren, bei dem über die Lieblingsserie geplaudert wird. Da gibt es für jeden ein Stückchen »Fürstenhof«, ein Häppchen »Oh, weißt Du noch ... Ah, war das romantisch!« und für den Gastgeber garantiert ein »Himm, schmeckt das toll!«. Und das Schönste: Alle werden sich noch lange an dieses gemeinsame Essen erinnern!



Bei ihnen geht die Liebe auch durch den Magen: Hildegard (Antje Hagen, l) und Alfons (Sepp Schauer, r.) Sonnenbichler



Laura & Alexander

»Wenn es dir nicht gut geht, mein Kind, dann stell dich in die Küche und mach was Süßes, das hilft.« - diesem Rat ihrer Großmutter folgt Laura, als sich Traummann Alexander nach erstem Liebesglück zunächst wieder seiner Verlobten Katharina zuwendet. Als kleine Seelenröster formt sie nach Omas altem Geheimrezept »Süße Küsse«: Die unwiderstehlich schmelzenden Pralinen mit Schokolade und ein wenig Kaffee sind zartbitter und doch unendlich süß - genau wie ihre Liebe zu Alexander.

Durch sie erinnert Laura sich auch an ihre Leidenschaft, die Coniserie, die sie letztlich auch an den Fürstenhof brachte. Sie gewinnt nicht nur ihr Selbstvertrauen zurück, sondern kurz darauf auch einen Kochwettbewerb im Hotel. Anstelle des geplanten, abschließenden Desserts, das unglücklicherweise zu Boden geht, verzaubern eben jene »Süßen Küsse« die Jury. Das darauffolgende Traumangebot, Dessertköchin zu werden, schlägt Laura allerdings zunächst schweren Herzens aus. Und auch bis zum Happy-End-Kuss mit Alexander ist es noch ein langer Weg ...

Charlotte und Werner Saalfeld blicken dagegen schon auf 34 gemeinsame Ehejahre zurück. Eine Zeit mit einigen Irrungen und Wirrungen, die auch Laura und Alexander schicksalhaft betreffen: Laura entpuppt sich als uneheliche Tochter von Werner und Alexander als außerehelicher Sohn von Charlotte. Davon ahnen beide zunächst ebenso wenig wie Alexanders Bruder Robert. Der ist nicht nur das einzige gemeinsame Kind der Saalfelds, sondern auch Chefkoch des Fürstenhof-Restaurants. Zum Jubeltag soll er das Hochzeitsmenü kochen, das einst sein Vorvorgänger servierte: eine traditionelle Hochzeitssuppe mit Grießnocken, Mark- und Leberklößchen, Rinderbraten mit Meerrettichsauce, Klößen und Prinzessböhnchen.

Das erscheint dem ambitionierten Sterne Koch zunächst zu banal und er weigert sich, ein derartig altes Modisches Menü zuzubereiten. Am Ende setzt sich Mutter Charlotte charmant durch, das Festessen ist gerettet. Und sicher hat auch Robert als liebender Sohn eingesehen: Ein ehrliches, mit Liebe gekochtes Gericht kommt nie aus der Mode.



Süßer Kuss

1. Die Butter in Stücke schneiden und mit den Rührbesen des Handrührgeräts cremig-weiß rühren, dabei nach und nach 1 Prise Salz, Zucker und Vanillezucker zugeben. So lange rühren, bis eine cremige, helle Masse entstanden ist. Haferflocken, Kakaopulver, Kaffee und Amaretto nach Belieben zugeben und alles auf kleinster Stufe mit dem Handrührgerät vermengen. Die fertige Masse zudecken und für ca. 30 Min. in den Kühlschrank stellen.

2. Die Kokosraspeln in einen tiefen Teller geben. Von der Masse jeweils einen guten Teelöffel abnehmen und mit den Händen zu einer walnussgroßen Kugel rollen, dabei jeweils eine Mandel in der Mitte einarbeiten. Die Kugeln anschließend in den Kokosraspeln wälzen und diese leicht andrücken. In eine verschließbare Plastikbox legen und ca. 1 Std. im Kühlschrank fest werden lassen. Zum Aufbewahren ebenfalls im Kühlschrank lagern, luftdicht verpackt halten sich die süßen Küsse 1-2 Wochen.

Für ca. 20 Stück
Zubereitung: 30 Min.
Kühlen: 1 Std. 30 Min.



ZUTATEN:

- 100 g weiche Butter
- Salz
- 80 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 125 g zarte Haferflocken
- 2 EL Kakaopulver
- 3 EL kalter Kaffee
- 3 EL Amaretto (Ital. Mandellikör, nach Belieben; ersatzweise 2 Tropfen Bittermandelaroma)
- 50 g Kokosraspel
- ca. 20 gehäutete Mandeln



Hochzeit von Alicia und Viktor: v.l.n.r. Werner (Dirk Galuba), Viktor (Sebastian Fischer), Alicia (Larissa Marolt), Hildegard (Antje Hagen), Tina (Christin Baloß) und Boris (Florian Frowein)



Dr. Michael Niederbühl (Erich Altenkopf, l.) und Paul Lindbergh (Sandra Kirtzel, r.) treten beim Fingerhakeln gegeneinander an. Jessica Bronckhorst (Isabell Ege) und die Sonnwichlers (Sepp Schauer und Antje Hagen) feiern mit.



Werner (Dirk Galuba, Mitte) schwelgt mit seinen Kindern an seinem 75. Geburtstag in Erinnerungen. v.l.n.r. Robert (Lorenzo Patané, l.), Alexander (Gregory B. Waldis, hinten l.), Sandra (Sarah Stork, vorne l.), Moritz (Daniel Fünffrock, hinten r.), William (Alexander Miltz, vorne r.) und Konstantin (Moritz Tittel, r.)



Christoph (Dieter Bach, vorne l.), Alicia (Larissa Marolt, hinten) und Viktor (Sebastian Fischer, vorne r.) kümmern sich sorgenvoll um den angeschossenen Boris (Florian Frowein, vorne Mitte).



Junge Liebe: Valentina Saalfeld (Paulina Hobratschk, l.) und Fabien Liebertz (Lukas Schmidt, r.)



Boris Saalfeld (Florian Frowein, l.) gesteht Tobias Ehrlinger (Max Beier, r.) seine Liebe.

Shirins Hähnchen-Kichererbsen-Topf

1. Das Fleisch trocken tupfen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und getrennt klein würfeln. Die Paprika halbieren, putzen, waschen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Die Kichererbsen in ein Sieb abgießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.

2. Reichlich Öl in einem Bräter erhitzen, darin die Zwiebeln bei mittlerer Hitze goldgelb dünsten, gegen Ende Knoblauch und Paprikastücke zugeben. Die Hitze erhöhen, das Hähnchenfleisch zugeben, salzen, pfeffern und unter Rühren anbraten. Tomaten- und Paprikamark einrühren und kurz mitrösten, dann die stückigen Tomaten unterrühren und ca. 2 Min. mitbraten. Alles mit Brühe ablöschen.

3. Die Kichererbsen zugeben, alles mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen und zugedeckt bei kleiner bis mittlerer Hitze 25–30 Min. köcheln lassen. Ca. 10 Min. vor Ende der Garzeit den Topfdeckel abnehmen. Zum Schluss alles noch mal mit Salz, Pfeffer und Pul Biber abschmecken. Den Eintopf mit Fladenbrot oder Reis servieren.

Rache ist scharf

»Ich hab' da, glaub' ich, ein bisschen was Scharfes erwischt ...«, japst Max schon beim ersten Bissen. Kein Wunder, hat Shirin doch über seine Portion vorher noch ordentlich Chili gestreut. Der Griff zum Wasserglas macht alles nur noch schlimmer, denn das sollte jeder wissen: Trinken verteilt Chilischarfe nur noch mehr im Mund, es brennt wie Hölle. Wesentlich besser hilft ein Schluck Milch, deren Fett die scharfen Aromastoffe bindet. Die ist aber bei Shirin leider aus, wie sie schadenfroh bedauert ... So wird das Dinner für Max ganz anders als erwartet zum wahrhaft unvergesslich heißen Abend. Für's Date zu Hause das Gericht also besser nach persönlicher Schärfevorliebe mehr oder weniger »hot« abschmecken; anstelle des in türkischen Geschäften erhältlichen Pul Bibers können auch Chilipulver oder Chiliblocken verwendet werden.



Für 4 Personen
Zubereitung: 25 Min.
Garen: 30 Min.



ZUTATEN:

500 g	Hähnchenbrustfilet
2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
2	rote Spitzpaprika
2	Dosen Kichererbsen (à 400 g Füllge- wicht)
	Olivenöl zum Braten
	Salz Pfeffer
1½ EL	Tomatenmark
2 EL	Paprikamark
250 g	stückige Tomaten (aus der Dose)
200 ml	Hühnerbrühe
½ TL	gemahlener Kreuz- kümmel
¼–½ TL	Pul Biber (türkische Paprikaflocken; ersatzweise Chili- pulver)

Über die Produktionsfirma von

Sturm der Liebe



Produziert wird *Sturm der Liebe* von Bavaria Fiction, eine der erfolgreichsten Produktionsfirmen Europas. Die Tochterfirma von Bavaria Film und ZDF Studios steht unter der Geschäftsführung von Marcus Ammon und Jan S. Kaiser. Mit rund 16 000 Sendeminuten und Sendungen wie *Sturm der Liebe*, *Die Rosenheim-Cops*, *SOKO Stuttgart* und *Inga Lindström* erreicht Bavaria Fiction jede Woche Millionen von Zuschauerinnen und Zuschauern allein in Deutschland.

Neben täglichen und wöchentlichen Serien, Reihen wie den *Tatort*-Formaten und zahlreichen Fernsehfilmen steht Bavaria Fiction für aufwändiges Eventfernsehen wie *Das Geheimnis des Totenwaldes* und *Der Kaiser* sowie für internationale Serien wie *Freud*, *Arctic Circle* und *Das Boot*. Der Bereich Documentaries spezialisiert sich auf non-fiktionale Produktionen für den nationalen und internationalen Markt.



Genießen wie am Fürstenhof



Holen Sie sich Europas erfolgreichste Telenovela und damit echtes Fürstenhof-Feeling in Ihre Küche!
Dieses Buch trägt die bekanntesten Rezepte des malerischen 5-Sterne-Hotels am Fuße der bayerischen Alpen zusammen: von Hildegards traditionellem Schweinebraten über Andrés Parfait »Charlotte«, Cocktails aus der Pianobar, Josies veganem Schnitzel bis hin zu Lauras Geheimrezept für den »Süßen Kuss«.
Das besondere Extra: Neben exklusiven Einblicken finden sich im Kochbuch auch Lieblingsgerichte der Charaktere. Speisen wie am Fürstenhof – mit diesem Buch steht dem echten »Sturm«-Menü nichts mehr im Weg: ein Muss für alle Serienfans!



PEFC-Zertifiziert
Dieses Buch
stammt aus nach-
haltig bewirtschaf-
teten Wäldern
und kontrollierten
Quellen.
www.pefc.de

WG 455 Themenkochbücher
ISBN 978-3-8338-8619-5



€ 19,99 [D]

www.gu.de