

Seit 100 Jahren



gemeinsam.



besser.



wohnen.



# Kochbuch

Wohnungsgenossenschaft Noris eG

...

Seit 100 Jahren

 gemeinsam.  
 besser.  
 wohnen.



# Kochbuch

Wohnungsgenossenschaft Noris eG





# *Vorwort*



- gemeinsam.
- besser.
- wohnen.

Liebe Mitglieder, liebe Mieter, liebe Leser,

wie „schmeckt“ eigentlich die Noris eG?

- N** atürlich
- O** ffen
- R** espektvoll
- I** ndividuell
- S** orgfältig

So lautet die Rezeptur für den täglichen Umgang mit unseren Mietern, Mitgliedern, Interessenten, aber auch mit unseren Geschäftspartnern!

Spätestens beim Durchblättern unseres Kochbuches, welches wir anlässlich unseres 100-jährigen Bestehens für Sie entworfen haben, werden Sie erkennen, dass die Wohnungsgenossenschaft Noris eG mehr zu bieten hat! Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, aber auch Vorstände und Aufsichtsräte, ehemalige als auch amtierende, haben ihre Lieblingsrezepte beigesteuert und zeigen damit, dass wir kulinarisch für jede Lebenslage gewappnet sind. Die große Bandbreite der Rezepte spiegelt die Vielfalt der Menschen wider, die bei der Noris eG arbeiten. Ihre Familiensituation, ihre Interessen und ihre Lebenserfahrungen geben dem Alltag in der Noris eG den besonderen Geschmack.

Lassen Sie sich von uns anlässlich unseres 100-jährigen Bestehens von 100 Rezeptbeiträgen animieren und inspirieren, in Anlehnung an unseren Slogan und unserer genossenschaftlichen Prägung: gemeinsam. besser. kochen.

Wir wünschen Ihnen mit unseren Rezepten genussreiche Stunden zu Tisch, einen guten Appetit und viel Spaß!

Ihre Wohnungsgenossenschaft Noris eG

08  
VORSPEISEN

42  
HAUPTSPEISEN

86  
NACHSPEISEN

# *Überblick*









# *Vorspeisen*



- 10 / Auberginensalat
- 11 / Geröstete Aubergine mit Tahini
- 12 / Feldsalat mit Ziegenkäse
- 13 / Thai-Möhrensuppe
- 14 / Rote Bete Carpaccio
- 15 / Gazpacho
- 16 / Überbackene Miesmuscheln
- 17 / Gebackener Schafskäse
- 18 / Brennsuppe
- 19 / Lachs-Sashimi
- 21 / Thailändische Reisbällchen
- 22 / Zucchinisuppe
- 23 / Aubergine mit Buttermilchsauce
- 24 / Käse-Wein-Suppe
- 25 / Steirischer Käferbohnenalat
- 26 / La Rouille
- 27 / Leberknödelsuppe
- 28 / Gefüllte Tomaten mit Auberginensalat
- 29 / Zwiebelsuppe
- 30 / Gefüllte Eier
- 31 / Tom Kha Gai
- 32 / Forellenrahmsüppchen
- 33 / Gemüsepuffer
- 34 / Lachs-Blätterteig-Häppchen
- 35 / Hawaii Toast
- 36 / Tom Yam Gung Suppe
- 37 / Orangencreme Brotaufstrich
- 38 / Ofensalat
- 39 / Polnischer Gemüsesalat
- 40 / Pfannkuchen-Röllchen mit Lachs-Ricotta-Füllung

# Auberginensalat

Empfohlen von Mehmet Ali Akilli,  
Mitglied des Aufsichtsrates

## Zutaten

(für 2 Personen)

- 2 Auberginen
- 2 frische Zwiebeln
- 1 mittelgroße Tomate
- 2 grüne Peperoni (mild)
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Stangen Petersilie
- ca. 2 EL Olivenöl
- 1 Prise Salz
- 1 TL Paprikapulver  
(mild oder scharf)

## Zubereitung

Mit einer Gabel einige Löcher in die Auberginen und Peperoni stechen und diese im Ofen bei höchster Stufe aufbacken. Wenn die Auberginen/Peperoni über die Hälfte in sich zusammengefallen sind, aus dem Ofen herausnehmen und anschließend schälen und in kleine Stücke schneiden.

Die Tomate schälen und diese in Würfel schneiden. Anschließend in Olivenöl leicht anbraten. Die Zwiebeln, Knoblauch und Petersilie zerhacken.

Alle Zutaten miteinander vermischen und mit Salz, Paprikapulver und Olivenöl abschmecken. Je nach Größe der Auberginen kann mehr Olivenöl benötigt werden.

**Serviervorschlag:** einige Petersilienblätter als Verzierung aufstreuen.



# Geröstete Aubergine mit Tahini

Empfohlen von Abdullah  
Cetinkaya, Regiebetrieb

## Zubereitung

**Aubergine rösten:** Mehrmals mit einem scharfen Messer einstechen, auf ein mit Alufolie belegtes Blech legen und ca. 1 Std. unter dem Grill rösten. Zwischendurch wenden. Die Aubergine ist fertig, wenn sie in sich zusammenfällt, die Haut verbrannt ist und stellenweise aufbricht.

Etwas abkühlen lassen und dann mit dem Löffel das Fruchtfleisch herauschaben; ½ Std. im Sieb gut abtropfen lassen. Fruchtfleisch noch grob hacken und mit Sesampaste, 60 ml Wasser, Granatapfelsirup, Zitronensaft, gepresstem Knoblauch, Petersilie und etwas Salz und Pfeffer verrühren. Bei Bedarf noch Zitronensaft, Sirup oder Knoblauch dazugeben.

Der Dip soll kräftig säuerlich und leicht süß schmecken.

**Als Salat:** Die gewürfelten Gurken und halbierten Kirschtomaten dazugeben. Mit Olivenöl beträufeln und mit den Granatapfelkernen bestreuen.

## Zutaten

(für 2 – 4 Personen)

- 1 große Aubergine
  - 70 g Tahini (Sesampaste)
  - 2 TL Granatapfelsirup
  - 1 EL Zitronensaft
  - 1 Knoblauchzehe
  - 3 EL gehackte Petersilie
  - Salz
  - Schwarzer Pfeffer
  - Olivenöl
  - 1/2 großer Granatapfel
- nach Belieben:
- 2 kleine Salatgurken
  - 100 g Kirschtomaten

# Feldsalat mit Ziegenkäse

Empfohlen von Peter Frauenschläger, Mitglied des Aufsichtsrates & Wohnanlagenverwalter St. Peter

## Zutaten

2 Portionen	Feldsalat
2 EL	getr. Preiselbeeren
2 EL	Balsamico
1	Zwiebel
1 Glas	Rotwein
etwas	Zucker
4 Scheiben	Ziegenkäse (Rolle)
4 Scheiben	Toastbrot

## Zubereitung

Den Feldsalat sauber putzen und waschen, in der Salatschleuder trocknen. Die Zwiebel schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Die Hälfte der Preiselbeeren im Mörser zerreiben und dann mit den ganzen Beeren, den Zwiebeln und dem Essig vermischen. Mit Rotwein und Zucker abschmecken.

Den Salat auf großen flachen Tellern anrichten und das Dressing auf dem Salat als Streifen dekorieren.

Pro Person eine ca. 3 cm dicke Scheibe Ziegenkäse unter dem Grill braun rösten und auf den Salat legen. Den warmen Toast dazu servieren.



# Thai-

Empfohlen von  
Bettina Hetzner, Technik

# Möhrensuppe

## Zubereitung

Möhren schälen und waschen. Schalotte und Knoblauch schälen, mit den Möhren in Würfel schneiden und in erhitzter Butter andünsten. Brühe und Kokosmilch angießen, aufkochen und abgedeckt ca. 20 Min. garen. Suppe pürieren und mit Currypaste, Chilisoße und Salz abschmecken.

## Zutaten

(für 4 Personen)

400 g	Möhren
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
1 EL	Butter
500 ml	Gemüsebrühe
250 ml	Kokosmilch
1/2 bis 1 TL	grünes Thai Curry aus dem Glas
1 bis 2 EL	süße Chilisoße
	Salz



# Rote Bete Carpaccio

Empfohlen von Gudrun Gutman,  
Mitglied des Aufsichtsrates

## Zutaten

(für 4 Personen)

2 Pck.	Saint Agur (Blauschimmelkäse)
2	Rote Bete
2 EL	Chiasamen
2 EL	Hanfsamen
4 EL	Olivenöl
4 EL	Balsamico, heller
1 TL	Zitronensaft
1 Prise	Zucker
8 kleine	Thymianzweige Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Für das Rote Bete Carpaccio mit Blauschimmelkäse zunächst Essig, Zucker und Zitronensaft in einer Schüssel verquirlen. Öl in dünnem Strahl darunter schlagen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rote Bete putzen, schälen und in dünne Scheiben hobeln. Thymian waschen, trocken schütteln und halbieren. Je ca. 60 g Blauschimmelkäse auf das Carpaccio bröseln.

Je ca. 1 TL Chia- und Hanfsamen darüber streuen und mit Dressing beträufeln. Mit Thymianzweigen garnieren – fertig ist das Rote Bete Carpaccio!



# Gazpacho

Empfohlen von  
Martina Harlaß, Technik

## Zubereitung

Knoblauch abziehen, vierteln. Gurke waschen, schälen, in dicke Scheiben schneiden und vierteln. Paprika halbieren, entkernen, waschen, grob würfeln. Tomaten waschen, putzen, in grobe Stücke schneiden. Die Hälfte des Brotes würfeln, Rest in Scheiben schneiden.

Einen Teil des groben Gemüses beiseite legen. Restliches Gemüse und Brotwürfel mit 4 EL Öl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer mischen, (nicht zu fein) mixen. Das grobe Gemüse wieder hinzufügen und abschmecken. Kalt stellen.

Vor dem Servieren Brotscheiben im übrigen Öl knusprig braten und zur Gazpacho reichen.

## Zutaten

(für 4 Personen)

2	Knoblauchzehen
1	Salatgurke
2	rote Paprikaschoten
8	Strauchtomaten
8 Scheiben	Weißbrot
8 EL	Öl
2 TL	Zitronensaft
	Salz und Pfeffer

# Überbackene Miesmuscheln

Empfohlen von  
Martina Harlaß, Technik

## Zutaten

beliebig viele	Miesmuscheln (halbschalig, grüne)
2	Tomaten Knoblauch Pfeffer
etwas	Öl
1 Pck.	Gratin-Käse

## Zubereitung

Die Muschelhälften gründlich waschen und trocken tupfen. Danach auf einem Backblech auslegen. Die Tomaten und den Knoblauch sehr klein würfeln, mit Pfeffer würzen und minimal mit Öl (oder auch ohne Öl) vermengen und auf den Muschelhälften verteilen.

Danach den Gratinkäse auf den Muscheln verteilen.

Das ganze bei 180 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 10 Min. backen bis der Käse schön geschmolzen ist.

Dazu einen leckeren Weißwein ...



# *Schafskäse* *Gebackener*

Empfohlen von Peter Frauenschläger, Mitglied des Aufsichtsrates & Wohnanlagenverwalter St. Peter

## Zubereitung

Den Ofen auf 180 °C vorheizen.

Pro Person je 2 kleine Stücke Schafskäse auf eine Alufolie legen. Mit den angegebenen Gewürzen kräftig einreiben. Die Knoblauchzehen pressen und auf dem Käse verteilen. Anschließend das Olivenöl darüber geben und dicht einwickeln.

Den Käse ca. 10 Min. auf der mittleren Schiene backen.

Dazu passt prima frisches Baguette und ein Tomatensalat.

## Zutaten

(für 4 Personen)

4 Stk.	Schafskäse
2	Knoblauchzehen
4 EL	Olivenöl
1/2 TL	Kräuter der Provence
1 Prise	Cayennepfeffer
1 Prise	Paprikapulver, rosenscharf
1/2 TL	Kümmel ganz

# Brennsuppe

Empfohlen von Markus Höhenberger,  
Geschäftsführender Vorstand

## Zutaten

(für 4 Personen)

100 g	Butter
100 g	Mehl
1,5 l	Wasser
	Salz und Pfeffer
	Muskat
	Kümmel
2	Suppenwürfel

## Zubereitung

Zuerst macht man aus dem Mehl und der Butter eine Einbrenn. Dann mit Wasser aufgießen, die Suppenwürfel einbröseln und alles ganz gut verrühren. Dann muss man nur noch mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und etwas Kümmel würzen. Kurz aufkochen lassen – fertig!



# Lachs-Sashimi

Empfohlen von Hiltrud Merklein,  
Empfang/Sekretariat

## Zubereitung

Baguette in Scheiben schneiden und eventuell mit Olivenöl bestreichen und im Ofen toasten.

Mango und Avocado schälen und würfeln. Lachs ebenfalls würfeln und mit der Mango und der Avocado mischen. Sojasauce mit 5 EL Wasser, der Chilisoße, Sesamöl und Zitronensaft verrühren, darüber träufeln und die Masse auf die Baguettes setzen und servieren.

Nach Belieben mit Fliegenfischkaviar garnieren.

## Zutaten

(für 4-6 Personen)

2 EL	Olivenöl
1/2	reife Mango
1/2	reife Avocado
400 g	Lachssteak (kein Wildlachs)
50 ml	Sojasauce
1 TL	Chilisoße
einige Tropfen	Sesamöl
	Saft einer halben Zitrone
2 EL	Fliegenfischkaviar
1	Baguette





# Thailändische Reisbällchen

Empfohlen von Christine Teiwes, Mietverwaltung

## Zubereitung

Butter in einem Topf erhitzen und den Reis darin kurz anbraten. Mit dem Wasser ablöschen und so lange aufgießen bis der Reis bedeckt ist. Nun den Deckel auf den Topf geben und 20 Min. leicht köcheln lassen, bis der Reis schön weich wird. Danach den fertigen Reis auf einem Blech verteilen und auskühlen lassen. Den Ingwer schälen und mit einem Reibeisen fein reiben. Den frischen Koriander waschen und klein hacken. Dann die Chili waschen, entkernen und auch klein hacken. In einer Schüssel den Ingwer, den Koriander, das Sesamöl, die Chili, die Sojasoße, die Stärke, das Mehl und den Sesam vermischen. Das Ganze über den ausgekühlten Reis verteilen und gut verkneten. Danach den Reis zu Bällchen formen und in Sesam rollen. In einer Pfanne das Sonnenblumenöl erhitzen und die Bällchen darin für 3 Min. braten. Danach die Bällchen abtropfen lassen und servieren.

## Zutaten

(für 4 Personen)

300 g	Reis
1 EL	Butter
1/2 Bund	frischer Koriander
2	kleine Chilischoten
3 cm	Ingwer
3 TL	Stärke
2 TL	Sojasoße
2 TL	Mehl
30 ml	Sonnenblumenöl
50 g	Sesam
	Sesamöl



# Zucchini-suppe

Empfohlen von Hans-Peter Jenke, Mitglied des  
Aufsichtsrats & Wohnanlagenverwalter Lichtenhof

## Zutaten

(für 4 Personen)

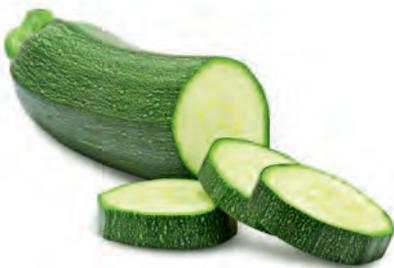
500 g	Zucchini
1	mittlere Zwiebel
1 l	Gemüsebrühe
3 EL	Crème fraîche
	Salz, Pfeffer und Chilipulver
1 EL	Sonnenblumenöl
1	Brötchen
2 EL	Butter

## Zubereitung

Zucchini waschen und in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Öl in einen Topf geben und die Zwiebel darin andünsten, dann die Zucchini dazu und mit der Brühe aufgießen, kurz aufkochen und noch 20 Min. auf mittlerer Stufe köcheln lassen.

In der Zwischenzeit das Brötchen in Würfel schneiden, Butter in die Pfanne geben, die Brötchenwürfel dazu und auf mittlerer Hitze goldbraun rösten. Nun zur Suppe die Crème fraîche dazu, alles im Topf pürieren und mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Die Suppe auf Teller servieren und erst am Tisch die gerösteten Brötchenwürfel darüber streuen.



# Aubergine mit Buttermilchsauce

Empfohlen von Elisabeth Leidel, Personal

## Zubereitung

Backofen auf 200 °C vorheizen. Auberginen samt Stilansatz der Länge nach halbieren. Auf der Schnittseite der Auberginenhälften je 3–4 parallele Einschnitte vornehmen, jedoch nicht bis zur Haut durchschneiden. Nochmals in die andere Richtung so einschneiden, dass ein Rautenmuster entsteht.

Mit der Schnittseite nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit dem Olivenöl bestreichen, bis das Fruchtfleisch alles Öl aufgenommen hat. Mit Salz, Pfeffer und den Zitronenthymianblätter bestreuen. 35–40 Min. im Backofen garen, bis die Auberginen weich und schön gebräunt sind. Dann vollständig abkühlen lassen. Die Granatapfelkerne auslösen.

Alle Zutaten für die Sauce mischen und die Sauce kalt stellen.

Zum Servieren die Sauce großzügig auf den Auberginenhälften verteilen, mit Granatapfelkernen bestreuen und mit den Thymianzweigen dekorieren. Zum Abschluß noch mit etwas Olivenöl beträufeln. Dazu passt: knackiges Weißbrot

## Zutaten

(für 4 Personen)

für die Aubergine

2	große, lange Auberginen
80 ml	Olivenöl
1 1/2 TL	Zitronenthymianblätter
einige	Zitronenthymianzweige
	Meersalz
	schwarzer Pfeffer
1	Granatapfel
1 TL	Zatar*

für die Sauce

140 ml	Buttermilch
100 g	Griechischer Joghurt
	Olivenöl
1 kl.	Knoblauchzehe, zerdrückt
1 Prise	Salz

\*Zatar, Za'atar, Zater, Zahter: enthält wilden Thymian, Sesamsamen, Salz usw. passt z.B. vorzüglich in Bratkartoffeln.

# Käse-Wein-Suppe

Empfohlen von Elisabeth Leidel, Personal

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g Butter
- 1 EL Mehl
- 500 ml Geflügelbrühe
- 250 ml trockener Weißwein
- 175 g würziger Bergkäse  
(z. B. Gruyere)
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 2 Brezen vom Vortag
- 50 g Speck
- frischer Schnittlauch

## Zubereitung

Schalotten und Knoblauch fein hacken und in der Butter andünsten. Mehl darüber sieben und kurz anschwitzen; mit Geflügelbrühe ablöschen. Kurz aufkochen lassen, aber jetzt die Hitze reduzieren und die Suppe etwas abkühlen lassen. Den fein geriebenen Käse dazu geben und langsam unter ständigem Rühren schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für die Croûtons die Brezen in dünne Scheiben schneiden und den Speck klein würfeln. In Butterschmalz rösten und mit dem gehackten Schnittlauch auf die Suppe geben.



# Steirischer Käferbohnnensalat

Empfohlen von Hiltrud Merklein,  
Empfang/Sekretariat

## Zubereitung

Die Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Abgießen und in frischem Wasser 30–40 Min. weich kochen. Mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Tafelspitz in dünne Scheiben schneiden. Paprika waschen, putzen und in Streifen schneiden. Mit Bohnen und Rindfleisch mischen. Essig, Brühe, Salz, Pfeffer und Öl zu einer Vinaigrette rühren. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und dazugeben. Über den Salat gießen und 30 Min. ziehen lassen.

Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in Scheiben schneiden und zum Salat geben. Den Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit gehobeltem Kren bestreuen.

## Zutaten

(für 4 Personen)

200 g	getrocknete Käferbohnen
200 g	gekochter Tafelspitz
3	bunte Paprikaschoten
2–3 EL	Apfel-Balsamessig
75 ml	Rinderbrühe
	Salz und Pfeffer
60 ml	Kürbiskernöl
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
2	Frühlingszwiebeln
2 EL	frisch gehobelter Kren (Meerrettich)



# La Rouille

Empfohlen von Hiltrud Merklein,  
Empfang/Sekretariat

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 4 Knoblauchzehen
- 2 Eigelb
- 100 ml Olivenöl
- 1 Prise Cayennepfeffer  
oder Piment d'Espelette
- Salz
- Safran
- Weißbrot

## Zubereitung

Knoblauch auspressen und in eine Schüssel geben, die Eigelbe dazugeben und mit einem elektrischen Rührgerät vermischen. Bei laufendem Gerät das Olivenöl tropfenweise zugeben, bis die Masse mayonnaiseartig wird. Jetzt wenig Cayennepfeffer (bzw. Piment d'Espelette) und Salz zugeben und unterrühren. Nach Belieben einige Safranfäden zugeben.

Auf geröstetem Brot servieren.



# Leberknödelsuppe

Empfohlen von Markus Höhenberger,  
Geschäftsführender Vorstand

## Zubereitung

Die Brötchen in Scheiben schneiden, in eine Schüssel geben und mit Salz bestreuen. Die Milch erwärmen und über die Brötchen gießen. Zugedeckt etwa 10 Min. einweichen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Mit der Hälfte der Petersilie zu den eingeweichten Brötchen geben. Die Leber waschen, trockentupfen und durch den Fleischwolf drehen oder schaben. Mit Majoran, Eiern und dem Brötchenteig vermengen und daraus eine feste Masse bereiten. Ist sie zu weich, etwas Paniermehl unterrühren. Abschmecken.

Den Kalbsfond erhitzen. Mit feuchten Händen 4–6 große Knödel formen und in der Brühe etwa 20 Min. garen lassen. Vor dem Servieren die restliche Petersilie in die Suppe rühren.

## Zutaten

(für 4 Personen)

4	Semmeln vom Vortag
1 Prise	Salz und Pfeffer
250 ml	Milch
1	kleine Zwiebel
2 EL	Butterschmalz
1/2 Bund	Petersilie
150 g	Rinderleber
1 Prise	Majoran
2	Eier
1 l	Kalbsfond

# Gefüllte Tomaten mit Auberginensalat

Empfohlen von Annemarie Milles,  
Finanzbuchführung

## Zutaten

10	kleine bis mittelgroße Tomaten
3	Auberginen
3	rote Paprika
ca. 125 ml	Sonnenblumenöl
1	kleine Zwiebel
	Salz und Pfeffer
etwas	Zitronensaft
	Petersilienblätter

## Zubereitung

Ofen vorheizen. Auberginen und rote Paprika waschen, auf ein Backblech legen (eventuell mit Backpapier auslegen) und mit einer Gabel anstechen (damit sie im Ofen nicht platzen). Bei mittlerer Hitze unter häufigem Wenden die Auberginen und Paprika braten bis das Fruchtfleisch weich wird und die Früchte leicht zusammenfallen (Schale darf nicht verbrennen). Aus dem Backofen herausnehmen und etwas kühlen lassen. Auberginen und Paprika am Stiel halten und die Haut streifenweise abziehen, am Ende die Stiele auch entfernen. Auberginen und Paprika auf ein Holzbrett legen und dieses schräg in die Spüle stellen, damit der Saft wegfließen kann, die Auberginen sind sonst zu bitter! Das Fruchtfleisch mit Hilfe eines nicht-metallischen Hackmessers z. B. mit einem Holzmesser fein hacken und in eine Rührschale geben. Ein wenig Öl dazugeben und mit einem Holzlöffel kräftig unterrühren. Öl nach und nach unter ständigem kräftigem Rühren in dünnem Strahl dazugeben, bis das Mus cremig geworden ist. Die Zwiebel sehr fein hacken und unterrühren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Tomaten waschen, vorsichtig trocknen, die Deckel abschneiden, das Fruchtfleisch mit einem Löffel entnehmen. Die Creme in die Tomaten füllen, Deckel aufsetzen. Petersilienblätter waschen und trockenschütteln, die Tomaten damit verzieren.

# Zwiebelsuppe

Empfohlen von  
Kitty Schnitzler, Technik

## Zubereitung

Zwiebeln in Butter oder Margarine anbraten und mit Wein ablöschen (bis die Zwiebeln weich sind). Zwiebeln mit Mehl bestäuben, anschwitzen lassen und mit Brühe ablöschen. Ca. 5–10 Min. köcheln lassen.

Toastbrot oder Weißbrot toasten, Suppe in Schüsseln abfüllen. Toast oder Weißbrot mit Scheiblettenkäse belegen und auf die Suppe geben.

Suppe in den vorgeheizten Backofen bei 180 °C überbacken.

## Zutaten

(für 2 Personen)

4	große Zwiebeln
1 TL	Mehl
	Toastbrot oder Weißbrot
	Scheiblettenkäse
500 ml	Brühe
250 ml	Wein



# Gefüllte Eier

Empfohlen von Harald Schreiber,  
Leitung Technik

## Zutaten

(für 6 Personen)

6	Eier, hart gekocht
ca. 100 g	Kalbsleberwurst
ca. 50–60 g	Schinken (fein gehackt)
100 g	Frischkäse
50–70 g	Fetakäse
	Senf
	Pfeffer

zum Verzieren

Paprikaschote  
Pfefferkörner  
Möhre  
Mayonnaise  
Joghurt

## Zubereitung

Eier schälen und der Länge nach halbieren. Eigelb herauslösen, mit Kalbsleberwurst, Schinkenwürfel und Frischkäse gut mischen und verkneten, mit Fetakäse, Senf und Pfeffer abschmecken.

Eierhälften mit der Mischung befüllen, auf einen flachen Teller setzen und nach Belieben verzieren (z. B. Entchenform: Kopf aus Füllmasse geformt, Schnabel aus Möhrenstückchen oder Paprikaschote, Augen aus Pfefferkörnern, Flügel aus Petersilienblätter). Eventuell die Zwischenräume mit einer Soße aus einer Tasse Mayonnaise und 2 EL Joghurt ausfüllen.

**Anmerkung:** Bei der Füllung kann man durchaus auch ein bisschen mit anderen, zum Ei passenden, Zutaten experimentieren.

**Arbeitszeit:** ca. 30–40 Min.

# Tom Kha Gai

Empfohlen von Irene Taubmann, Technik

## Zubereitung

Zitronengras etwas anquetschen. Die Brühe mit der Kokosmilch zum Kochen bringen. Kaffir-Limettenblätter zerdrücken. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Fischsauce, Chilis, Zitronengras, Kaffir-Limettenblätter sowie Ingwer beifügen und 10 Min. köcheln lassen. Champignons blättrig und das Hühnerbrustfilet in Streifen schneiden. Champignons, Hühnerfleisch und Garnelen einlegen, nochmals 5 Min. bei kleiner Hitze garen. Mit Limettensaft, Zucker und Fischsauce abschmecken und garnieren.

## Zutaten

(für 4 Personen)

500 ml	Kokosmilch
500 ml	kräftige Hühnerbrühe
4 Stengel	Zitronengras
7 cm	Ingwer oder Galgant
1–2	rote Chilischoten ganz
6 EL	Fischsauce
8	Kaffir-Limettenblätter
400 g	Hühnerbrustfilet
150 g	Champignons
150 g	Zuckerschoten, in schrägen Streifen
1/2	Limette, Saft
1 TL	(Palm)zucker
300 g	Garnelen roh

für die Garnitur

	Koriandergrün
5	Frühlingszwiebeln
1	rote Parika in Streifen geschnitten



# Forellenrahm- süppchen

Empfohlen von Alfred Schwarz,  
Aufsichtsratsvorsitzender &  
Wohnanlagenverwalter Ebensee

## Zutaten

(für 4 Personen)

200 g	geräucherte Forellenfilets (küchenfertig ohne Haut und Gräten)
100 g	Lauch (nur das Weiße)
70 g	Staudensellerie
1 kleiner Bund	Dill
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1 EL	Butter
300 ml	trockener Weißwein
50 ml	trockener Wermut
300 ml	Fischfond (aus dem Glas)
500 ml	Sahne
100 g	kalte Butter in Flöckchen
etwas	Zitronensaft
1 Prise	Salz
	Brunnenkresse zum Garnieren

## Zubereitung

Die Forellenfilets in kleine Würfel schneiden. Lauch sowie Staudensellerie waschen, putzen und klein schneiden. Dill waschen und fein hacken. Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein hacken und in der heißen Butter andünsten. Lauch, Staudensellerie und Dill dazugeben und mitdünsten. Mit Wein sowie Wermut ablöschen und den Fischfond angießen. Bei schwacher Hitze 10 Min. köcheln lassen. Mit dem Passierstab fein pürieren. Die Sahne dazu geben und alles kurz aufkochen. Nach und nach die Butterflöckchen mit einem Schneebesen unterschlagen. Die Suppe mit Zitronensaft und etwas Salz abschmecken. Die Forellenwürfel in vorgewärmte Suppenteller oder -tassen geben und mit der aufgeschäumten Suppe auffüllen. Mit Brunnenkresse garnieren.

# Gemüsepuffer

Empfohlen von Irene Taubmann, Technik

## Zubereitung

Zucchini waschen, putzen und raspeln. Kartoffeln und Möhren schälen, waschen und ebenfalls raspeln. Alles mit den Eiern und dem Mehl verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, für je einen Puffer 1 EL Teig hineinsetzen, glatt streichen und auf beiden Seiten goldgelb braten. Fertige Puffer im Backofen (70 °C) warm halten.

Dazu passt Kräuterquark.

## Zutaten

(für 4 Personen)

300 g	Zucchini
400 g	Kartoffeln
300 g	Möhren
2	Eier
1 EL	Mehl
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Muskat
	Öl zum Braten



# Lachs-Blätterteig-Häppchen

Empfohlen von  
Irene Taubmann, Technik

## Zutaten

(für 12 Stück)

1 Pck. (200 g)	Blätterteig
150 g	Räucherlachs
1 Pck.	Kräuterfrischkäse
1	Zitrone
	Dill für die Deko

## Zubereitung

Ein Backblech mit Backpapier belegen und den Ofen auf 200 °C vorheizen.

Blätterteig in 12 gleichgroße Stücke schneiden. Mit einem Messer in jedes Viereck vorsichtig einen Rand ritzen und mehrmals mit einer Gabel einstechen. Auf dem Backblech verteilen und mit Wasser bepinseln.

8 bis 10 Min. backen. Sollten sich die Blätterteig-Häppchen aufblähen, einfach mit einem Kochlöffel wieder nach unten drücken. Sobald der Blätterteig goldbraun und knusprig ist, aus dem Ofen holen.

Kurz auskühlen lassen, dann mit Frischkäse bestreichen. Den Lachs gleichmäßig auf die Häppchen verteilen und nach Geschmack mit Zitronensaft beträufeln und mit Dill anrichten.

# Hawaii Toast

Empfohlen von Harald Schreiber,  
Leitung Technik

## Zubereitung

Toastbrotsscheiben mit Butter bestreichen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, Kochschinken vierteln und je 2 Stücke ohne Überstand auf die Brote legen. Auf jedes Brot eine Ananasscheibe geben und mit einer Scheibe Schmelzkäse abdecken.

In vorgeheizter Backröhre bei 200 °C ca. 20 Min. backen.

**Arbeitszeit:** ca. 20 Min.

## Zutaten

(für 6–8 Personen)

12 Scheiben	Toastbrot (Vollkorn)
150 g	Butter
6 Scheiben	Kochschinken
12 Scheiben	Ananas (aus der Dose)
12 Scheiben	Schmelzkäse (möglichst Milbona „Allgäuer Art“ von Lidl)



# Tom Yam Gung Suppe

Empfohlen von Christine  
Teiwes, Mietverwaltung

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 1 l Gemüsebrühe
- 3 cm Thai-Ingwer  
(Galgantwurzel)
- 4 Frühlingszwiebeln
- 2 Stangen Zitronengras
- 4 Kaffir-Limettenblätter
- 3 EL Limettensaft
- 2 EL Fischsoße
- 1/2 TL Chilipaste
- 1 Bund frischer Koriander mit  
Wurzeln
- n.B. 2–5 kleine rote Chilischoten
- 500 g Hummerkrabben oder  
kleine Garnelen ohne  
Schale
- 3 kleine Tomaten
- 250 g asiatische Pokupilze oder  
kleine Champignons
- 2–3 EL Kokosmilch

## Zubereitung

Thai-Ingwer (Galgantwurzel) in ca. 3 mm breite Scheiben schneiden, die Pilze halbieren, die Tomaten grob würfeln, Chilischoten in Scheiben schneiden, und das Zitronengras in ca. 3 cm kleine Stücke schneiden und plattklopfen. Von den frischen Korianderblättern die Wurzeln abtrennen, die Blätter feinschneiden. Gemüsebrühe in einem Topf mit dem Thai-Ingwer (Galgant), Korianderwurzeln, Limettenblätter, Zitronengras und Frühlingszwiebeln 5 Min. vorkochen. Nun die Hummerkrabben oder Garnelen, die Pilze, die Tomaten, etwas Chilipaste und die Fischsoße zur Brühe dazugeben und etwa weitere 8–10 Min. köcheln lassen. Dann mit dem Limettensaft abschmecken, und mit den Chilischoten je nach Geschmack scharf würzen, zum Verfeinern bzw. zum Abmildern der Schärfe nach Geschmack noch 2–3 EL Kokosmilch einrühren, und das Ganze noch 1–2 Min. ziehen lassen. Die Tom Yam Gung Suppe wird mit den geschnittenen frischen Korianderblättern bestreut und in einer Suppenschale sehr heiß serviert.

Als Hauptspeise serviert, reicht man noch thailändischen Duftreis dazu.

# *Brotaufstrich Orangencreme*

Empfohlen von  
Claudia Trautner, Hausverwaltung

## Zubereitung

Die Sonnenblumenkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Öl rösten und dann fein hacken. Die Orange schälen, die weiße Haut mit entfernen und dann grob zerkleinern. Frischkäse mit Orange und Ahornsirup pürieren. Die gehackten Kerne dazugeben und mit Zimt abschmecken.

## Zutaten

2 EL	Sonnenblumenkerne
1	kleine Orange
200 g	leichter Frischkäse
1 TL	Ahornsirup
	Zimtpulver



# Ofensalat

Empfohlen von Alfred Träger,  
Regiebetrieb

## Zutaten

(für 2–4 Personen)

800 g	kleine Kartoffeln, festkochend
300 g	Champignons
1	rote Paprikaschote
1	gelbe Paprikaschote
1	Knoblauchzehe
3 EL	Olivenöl
1 EL	grobes Meersalz
1 Prise	Cayennepfeffer
1 Prise	Paprikapulver, edelsüß
1 EL	flüssiger Honig
2 EL	Kräuteressig
50 g	schwarze Oliven ohne Stein

## Zubereitung

Kartoffeln und Pilze putzen, halbieren oder vierteln, Paprika putzen und in Streifen schneiden, Knoblauch zum Olivenöl pressen und Salz untermischen, mit Cayennepfeffer und Paprikapulver würzen. Alles vermengen, in einer gefetteten Auflaufform oder auf einem mit Backpapier belegten Blech im Ofen bei 200 °C ca. 40 Min. backen. Zwischendurch wenden. Honig mit Essig verrühren und unter das Gemüse mischen.



# *Polnischer Gemüsesalat*

Empfohlen von Agnes Wenz,  
Verwaltung

## Zubereitung

Kartoffeln, Möhren und Eier kochen und anschließend abkühlen lassen. Alle Zutaten, bis auf die Erbsen, in ca. 1 cm große Würfel schneiden und miteinander verschmischen. Mayonnaise, Öl, Senf dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles ordentlich verrühren und kühlstellen.

## Zutaten

4	mittelgr. Kartoffeln
4-5	hartgekochte Eier
2	Möhren
5	Gewürzgurken
100 g	Erbsen
1	kleine Zwiebel
250 g	Mayonnaise
2 EL	Öl
1 EL	Senf
	Salz und Pfeffer



# Pfannkuchen- Röllchen mit Lachs-Ricotta-Füllung

Empfohlen von  
Raimund Wölfel, Vorstand

## Zutaten

(für 3–4 Stück)

für den Teig

1	Ei
200 g	Mehl
300 ml	Milch
50 ml	Mineralwasser (mit Kohlensäure)
1 Prise	Salz
1 Prise	Zucker
	Öl oder Fett zum Backen

für die Füllung

150–200 g	Lachs
250 g	Ricotta
1/2	Zitrone, Saft
1 Bund	Dill
1/2	Zwiebel
	Salz und Pfeffer

## Zubereitung

**Pfannkuchenteig:** Mehl, Ei mit Zucker, Salz und der Hälfte der Milch verquirlen, bis kein Klümpchen mehr zu sehen ist. Die restliche Flüssigkeit dazugeben bis ein dünnflüssiger Teig entsteht. Ein Probebacken ist immer empfehlenswert. Ist der Teig zu dick, mit Mineralwasser oder Milch verdünnen. Reißt der Teig beim Backen, mit einem Ei oder etwas Mehl dicker machen.

**Backen:** Eine antihafbeschichtete Pfanne (mit Deckel) erhitzen. Etwas Öl oder Fett dünn verteilen und mit der Schöpfkelle den Teig auf dem Pfannenboden in die Mitte geben, so dass der Boden dünn bedeckt ist. Durch Schwenken der Pfanne den Teig gleichmäßig verteilen. Bei mäßiger Hitze backen. Ist die eine Seite goldgelb, wird der Pfannkuchen mit einem Pfannenwender oder geschicktes Hochwerfen umgedreht. Die andere Seite ist schnell gebacken.

**Füllung:** Den Lachs mit Zitronensaft beträufeln und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel und den Dill sehr klein hacken und anschließend alle Zutaten zusammen mit dem Ricotta zu einer streichfähigen Masse vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Fertigstellung:** Die Pfannkuchen mit der Füllung ca. 2–3 mm dick bestreichen, rollen und die so entstehende Rolle in daumendicke Stücke schneiden. Kalt servieren als Vorspeise.





# *Hauptspeisen*



- 
- 
- 44 / Weiße Bohnen mit Reis
- 45 / Mini-Krustenbraten mit Ofenkartoffeln
- 46 / Entenbrust auf Rucolasalat
- 47 / Paella de Encarni
- 48 / Pizzasemmeln
- 49 / Gyros-Auflauf
- 50 / Spinatknödel
- 51 / Gebackenes Hähnchen
- 52 / Saure Nieren
- 53 / Spaghetti alle Vongole
- 54 / Kalbsleber venezianische Art
- 55 / Toskanisches Kaninchen
- 56 / Blaue Zipfel
- 57 / Krautwickel mit Sauerkraut
- 58 / Fränkische Baunzer
- 60 / Thunfisch mit Sojasoße und Honig
- 61 / Königsberger Klopse
- 62 / Indisches Hähnchengericht
- 63 / Linguine mit Bauchspeck und Thymian
- 64 / Jägerschnitzel „Berliner Art“
- 65 / Schäufelra
- 66 / Soljanka
- 67 / Paprika-Geschnetzeltes
- 68 / Spinat-Lachs-Lasagne
- 69 / Frankenpfanne à la Gabriele
- 70 / Dampfnudeln
- 71 / Rotes Thai-Curry
- 73 / Reisauflauf
- 74 / Hähnchenbrust mit Gorgonzola
- 75 / Pierogi mit Sauerkraut-Pilz-Füllung
- 76 / Hofer Schnitz
- 77 / Ungarisches Gulasch
- 78 / Florentiner Braten
- 79 / Filet Wellington
- 80 / Gefüllte Nudeln mit Walnusssoße
- 81 / Schichtfleisch aus dem Dutch oven
- 82 / Tortellinisalat
- 83 / Medaillons in Zwiebel-Curry-Rahm
- 84 / Nasi Goreng

# Weißer Bohnen mit Reis

Empfohlen von Mehmet Ali Akilli,  
Mitglied des Aufsichtsrates

## Zutaten

(für 2 Personen)

für die Bohnen

- 250 g weiße Bohnen
- 1 Zwiebel
- 1 grüne Peperoni (mild)
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Paprikamark
- Salz
- Thymian
- Basilikum
- Wasser

für den Reis

- 120 g Basmatireis
- Oliveneröl
- Wasser

## Zubereitung

Bohnen über Nacht in Wasser einweichen. Zwiebel und Peperoni würfeln und in Olivenöl dünsten.

Das Tomaten- und Paprikamark in etwas Wasser auflösen, zu den Zwiebeln dazugeben und kurz aufkochen. Anschließend die Bohnen unterrühren und mit frischem kaltem Wasser auffüllen. Dabei sollten die Bohnen ca. 2 cm unter Wasser sein. Nach Belieben mit Salz, Thymian und Basilikum würzen. Je nach Geschmack kann auch etwas schwarzer Pfeffer verwendet werden.

Das Ganze aufkochen und bei niedriger Stufe ca. weitere 15 Min. köcheln bis die Bohnen weichgekocht sind. Darauf achten, dass die Bohnen nicht allzu weich gekocht werden. Ab und zu umrühren.

Basmatireis mit ca. 250 ml Wasser, 1 TL Salz und etwas Olivenöl aufkochen bis das Wasser verdunstet. Reis von der Kochstelle entfernen und mit Küchentücher ca. 10 Min. abdecken.

**Serviervorschlag:** Mit dem Reis eine Kuhle bilden und die Bohnen in die Kuhle füllen.

# Mini- Krustenbraten mit Ofenkartoffeln

Empfohlen von Peter Frauenschläger, Mitglied des Aufsichtsrates & Wohnanlagenverwalter St. Peter

## Zubereitung

Fleisch waschen und trocken tupfen. Schwarte mit einem scharfen Messer im Abstand von ca. 1 cm quer und längs einritzen. Schweinerücken in ca. 6 Stücke schneiden.

Kartoffeln schälen, waschen und je nach Größe halbieren. Mit 1 TL Salz und Öl mischen. Auf einer Fettpfanne verteilen. Je 1 ½ TL Salz und Pfeffer mischen. Minibraten damit rundherum kräftig einreiben und mit der Fleischseite auf die Kartoffeln setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft 175 °C) ca. 2 ¼ Std. backen.

Petersilie waschen, hacken und kurz vor dem Servieren über die Kartoffeln streuen.

Dazu schmeckt Krautsalat oder frischer Kopfsalat.

## Zutaten

(für 6 Personen)

ca. 2,1 kg	ausgelöster Schweinerücken mit Schwarte
1,5 kg	Kartoffeln
	Grobes Salz
2 EL	Olivenöl
	Pfeffer
1 Bund	Petersilie



# Entenbrust auf Rucolasalat

Empfohlen von Gudrun Gutman, Mitglied des Aufsichtsrates

## Zutaten

(für 4 Personen)

240 g	Rucola (Rauke)
250 g	Kirschtomaten
400 g	Entenbrustfilet
	Salz und Pfeffer
3 EL	Aceto balsamico
3 EL	Olivenöl
1/2 TL	Zucker
40 g	Parmesan, am Stück

## Zubereitung

Die weiße Haut der Entenbrust rautenförmig einschneiden. Von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze heiß werden lassen. Die Entenbrust mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen, bei kleiner bis mittlerer Hitze etwa 15 Min. braten. Fleisch wenden und weitere 5 Min. braten.

Essig, Öl und 1 EL vom ausgetretenen Entenfett verrühren. Marinade mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Kirschtomaten halbieren, den Parmesan mit dem Sparschäler in feine Scheiben hobeln.

Die noch warme Entenbrust schräg in dünne Scheiben schneiden. Rucola und Tomaten auf Tellern verteilen und das Fleisch darauf anrichten. Mit Parmesan bestreuen. Marinade kurz vor dem Servieren darüber träufeln.



# Paella de Encarni

Empfohlen von  
Martina Harlaß, Technik

## Zubereitung

**Vorbereitung:** Die Tomaten häuten und würfeln. Die Paprika ebenfalls in größere Stücke würfeln. Die Chorizo in Scheiben schneiden. Das Fleisch in Stücke schneiden. Den Meermuschelmix in Salzwasser kochen – das Wasser nicht wegschütten.

**Und los geht's:** Nun das Fleisch in einer großen Pfanne in Olivenöl anbraten. Danach den Meermuschelmix, die Tomaten und die Paprika hinzufügen und mit anbraten. Die Chorizo mit in die Pfanne geben. Frischen Knoblauch und Petersilie im Mörser zermahlen und mit einer Tasse Weißwein in die Pfanne geben. Reis nicht vorkochen – Pro Person 2 Handvoll Reis in einen Messbecher geben und Menge merken, denn: die Flüssigkeit für den Reis (Sud vom Meermuschel-Salzwasser)= Doppelte Menge des Reises. Zuerst den Reis, dann den abgemessenen Sud mit in die Pfanne geben. Das Ganze mit dem Paellagewürz, Salz und Pfeffer würzen. Paella abschmecken und ggf. nochmal mit Salz, Pfeffer und Paellagewürz nachwürzen. Nun muss das Ganze noch ca. 20 Min. kochen. Nun separates Wasser für die Miesmuscheln zum Kochen bringen. Zum Schluss die Miesmuscheln im Wasser kochen und die Scampi in Olivenöl anbraten. Einen Teil der Scampis unter die Paella mischen. Den Rest der Scampis und die Miesmuscheln zum Schluss als „Deko“ auf die Paella legen. Dazu passt: Tinto de Verano.

## Zutaten

(für 4-5 Personen)

400 g	Miesmuscheln / Halbschale
400 g	Scampi / King Prawns
1-2 Pck.	Meermuschelmix
1	Chorizo
350 g	Puten- oder Hähnchenfleisch
3	große Tomaten
2	Paprika
1-2	frische Knoblauchzehen frische Petersilie
1 Tasse	Weißwein Paellagewürz (gibt's im Spanischen Laden in der Adam-Klein-Str. 15, Nürnberg) Salz und Pfeffer
2 Handvoll	Reis (pro Person)

Reis mit doppelter Menge Wasser kochen.  
Sud von Salzwasser aufheben - wird benötigt!

# Pizzasemmeln

Empfohlen von Martina Harlaß, Technik

## Zutaten

(für 20 halbe Semmeln)

10	Semmeln
125 g	Butter
100 g	Schlagsahne
250 g	Schinken
100 g	Salami
einige	Kirschtomaten
	Champignons
	Pfeffer
	Oregano
200 g	Schmelzkäse

## Zubereitung

Butter und Sahne vermischen. Den kleingehackten Schinken und die kleingeschnittene Salami unterheben. Die übrigen Zutaten klein schneiden und unterheben. Mit Pfeffer und Oregano abschmecken.

Die Semmeln aufschneiden, halbieren und mit der Mischung bestreichen.

Bei 175 °C, 10–15 Min. überbacken.



# Gyros-Auflauf

Empfohlen von  
Bettina Hetzner, Technik

## Zubereitung

Backofen auf 175 °C vorheizen (Ober-/Unterhitze).

Fertig gewürztes Gyros in eine (ggf. gefettete) Auflaufform legen, Reismudeln ungekocht darüber streuen, Champignons gut abtropfen, in Scheiben schneiden und auf den Nudeln verteilen. Tomatenpüree darüber gießen. Mit Pfeffer, Salz und Oregano würzen.

Sahne und Milch in einen Topf geben. Schmelzkäse zufügen. Weißwein angießen und alles unter Rühren einmal kurz aufkochen. Die Sauce über das Tomatenpüree gießen. Geriebenen Emmentaler über den Auflauf streuen.

Backzeit ca. 1 Std.

## Zutaten

(für 4 Personen)

500 g	gewürztes Gyros
150 g	Reismudeln
1 Dose	Champignons
400 g	Tomatenpüree
100 ml	Sahne
100 ml	Milch
100 g	Schmelzkäse
1 Schuss	Weißwein
	Salz und Pfeffer
	Oregano
50 g	geriebener Emmentaler



# Spinatknödel

Empfohlen von Hiltrud Merklein,  
Empfang/Sekretariat

## Zutaten

(für 12 Knödel)

300 g	altbackenes Weißbrot
125–250 ml	Milch
800 g	Spinat
30 g	Butter
1	Knoblauchzehe
1	Zwiebel
2	Eier
	Salz und Pfeffer, frisch geriebene Muskatnuss
1 EL	Mehl
2 EL	Semmelbrösel
80 g	Butter
4 EL	geriebener Parmesankäse Mehl zum Wenden

## Zubereitung

Das Brot in dünne Scheiben schneiden. Die Milch in einem Topf sehr warm werden lassen, aber nicht aufkochen. Die Brotscheiben mit so viel heißer Milch anfeuchten, wie das Brot aufnimmt. Den Spinat gut waschen, in Salzwasser einige Min. überbrühen. In ein Sieb abgießen, gut ausdrücken und fein hacken oder passieren.

Die Butter zerlassen, zerdrückte Knoblauchzehe und die feingehackte Zwiebel darin andünsten, den gehackten Spinat zugeben und alles 5 Min. dünsten, etwas abkühlen lassen. Die Eier und den Spinat zum Brot geben, vermischen. Mit Salz, Pfeffer und geriebenen Muskat abschmecken, Mehl und Semmelbrösel zugeben.

Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben. Mit nassen Händen aus der Masse kleine Knödel formen und leicht in dem Mehl wenden. Reichlich Salzwasser – die Knödel gehen beim Kochen auf und brauchen Platz zum Schwimmen – erhitzen. Wenn das Wasser sprudelnd kocht, die Knödel einlegen und bei schwächerer Hitze ohne Deckel etwa 15 Min. leise köcheln lassen.

Die 80 g Butter in einem Pfännchen zerlassen. Die fertigen Knödel abtropfen lassen, mit frisch geriebenen Parmesan oder gehobelten Parmesanspänen bestreuen und mit zerlassener Butter übergießen, gleich servieren.

# Gebackenes Hähnchen

Empfohlen von Markus Höhenberger,  
Geschäftsführender Vorstand

## Zubereitung

Das Huhn zerteilen. Die Hühnerteile mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Danach in die zerschlagenen Eier tauchen und gleich darauf in der ausgelassenen Margarine oder Öl ausbacken. Dabei immer wieder wenden, bis alle Seiten angebraten sind. Die Petersilie waschen, trockentupfen und die Blätter kurz im heißen Öl frittieren und salzen.

Die Hähnchenteile samt frittierter Petersilie anrichten und servieren.

## Zutaten

(für 2 Personen)

2	Hähnchen
	Salz und Pfeffer
	Margarine,
	Öl zum Backen
2-3 EL	Mehl
2	Eier
2 EL	Milch
150 g	Semmelbrösel
1 Bund	Petersilie



# Saure Nieren

Empfohlen von Markus Höhenberger,  
Geschäftsführender Vorstand

## Zutaten

(für 4 Personen)

500 g	Nieren
3	Zwiebeln
	Salz und Pfeffer
1	Lorbeerblatt
3	Gewürznelken
250 ml	heißes Wasser
	Mehl
	etwas kaltes Wasser
	ein wenig Essig

## Zubereitung

Die Nieren vom Innenleben befreien, kleinschneiden und waschen. Die Zwiebeln schälen, grob schneiden und zusammen mit den Nieren in etwas heißem Öl sehr scharf anbraten. Mit Salz würzen und mit dem heißen Wasser auffüllen. Nun das Lorbeerblatt und die Gewürznelken hinzufügen und bei schwacher Hitze 20 Min. gar schmoren lassen.

Danach etwas Mehl mit etwas kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit andicken. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und Essig nach Bedarf abschmecken.

Als Beilage am besten Kartoffelpüree und eingelegte Rote Bete reichen.



# Spaghetti alle

Empfohlen von  
Elisabeth Leidel, Personal

# Vongole

## Zubereitung

Die Muscheln unter fließendem Kaltwasser gründlich reinigen. Danach zusammen mit etwas Olivenöl und 3 EL Wasser in einen Topf geben und dünsten: Wenn alle Muscheln geöffnet sind, die Muscheln abgießen und etwas abkühlen lassen, Kochwasser zur Seite stellen. Vereinzelt Muscheln, die sich nicht öffnen, unbedingt wegwerfen.

Die Tomaten sehr klein schneiden oder passieren.

In einem zweiten Topf den fein gehobelten Knoblauch in Olivenöl andünsten und die Tomaten dazugeben, salzen. Das Muschelkochwasser durch ein sehr feines Sieb oder ein Tuch mit in den Topf geben. Unter gelegentlichem Umrühren 20–25 Min. auf kleiner Flamme köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Nudeln al dente kochen.

Wenn das Sugo gut eingekocht ist, die Muscheln dazugeben und erwärmen lassen. Abschmecken mit Petersilie, Olivenöl, Salz und Pfeffer. Jetzt mit den Nudeln mischen und ggf. noch mit Öl und Salz verfeinern. Jetzt: Sofort alles aufessen.

## Zutaten

(für 4 Personen)

800 g	frische Venusmuscheln, kein bereits ausgelöstes Muschelfleisch
400 g	Spaghetti
3–4	Knoblauchzehen
2–3	reife, gehäutete Tomaten
1 Bd.	fein gehackte, glatte Petersilie
125 ml	Olivenöl extra vergine

# *Kalbsleber* venezianische Art

Empfohlen von Elisabeth Leidel, Personal

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 600 g Kalbs- oder  
Milchkalbsleber
- 600 g geschälte, weiße  
Zwiebeln
- 4 EL klein gehackte  
Petersilienblätter  
Olivenöl  
Zitronensaft oder  
Weißweinessig
- 1 Prise Meersalz  
Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitung

Die Leber ggf. häuten und in Streifen schneiden. Die geschälten Zwiebeln sehr fein hobeln.

Die Zwiebeln in einer großen Pfanne in nicht zu wenig Öl andünsten. Wenn die Zwiebeln beginnen Farbe anzunehmen, die Leber dazugeben. Jetzt die Hitze erhöhen und braun anbraten, wenden. Sobald die Leber schön braun ist, mit etwas Zitronensaft oder Essig nach Geschmack ablöschen.

Die Pfanne vom Herd nehmen. Leber mit Petersilie bestreuen und mit gemahlenem Pfeffer und einer Prise Salz würzen.

Dazu schmeckt Polenta.



# Toskanisches Kaninchen

Empfohlen von Hiltrud Merklein, Empfang/Sekretariat

## Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln in Spalten schneiden. Kaninchen waschen, trocken tupfen und mit einem scharfen Messer in 8 Stücke zerteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Öl in einem großen Bräter zusammen mit den Rosmarinzweigen von allen Seiten darin kräftig anbraten und herausnehmen. In dem heißem Bräter Zwiebeln und kurz die ganzen Knoblauchzehen anbraten, Tomatenmark zugeben und anrösten. Peu à peu mit Wein ablöschen. Tomaten in der Dose grob zerkleinern und mit dem Saft, Zucker, Salz Pfeffer und den ganzen abgetropften Oliven dazugeben. Nun die angebratenen Kaninchenteile zufügen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C / Gas: Stufe 3) ca. 2 ½ Std. schmoren. Nochmals abschmecken und bei Bedarf Zucker hinzufügen. Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und Schale als Zitronenzesten zufügen. Dazu schmeckt Stangenweißbrot.

## Zutaten

(für 4 Personen)

6	Zwiebeln
4	Knoblauchzehen
ca. 1,5 kg	küchenfertiges Kaninchen
	Salz
	schwarzer Pfeffer
3 EL	Olivenöl
250 ml	Chianti
1 EL	Tomatenmark
	Rosmarinzweige
1 Glas	schwarze Oliven mit Kern
850 ml	geschälte Tomaten
	Zucker
1	unbehandelte Zitrone



# Blaue Zipfel

Empfohlen von Bertram Meier,  
stv. Aufsichtsratsvorsitzender

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 3 Gemüsezwiebeln
- 1l Wasser
- 125 ml Weinessig
- 4 TL Salz
- 5 TL Zucker
- 2 Lorbeerblätter
- 5 Pfefferkörner
- 3 Pimentkörner
- 5 Wacholderbeeren
- 8 fränkische Bratwürste

## Zubereitung

Die Zwiebeln schälen und in dicke Ringe schneiden. Das Wasser zum Kochen bringen, die Zwiebeln, den Essig und die restlichen Gewürze zugeben und die Zwiebeln bei schwacher Hitze glasig kochen.

Die Bratwürste in den Sud legen und ca. 10 Min. ziehen lassen. Die saueren Bratwürste auf den Teller verteilen, etwas Sud darüber gießen und mit den Zwiebelringen oben drauf garnieren.

Zuletzt noch mit einer Prise gemahlenem Paprika bestäuben.



# Krautwickel mit Sauerkraut

Empfohlen von Annemarie Milles,  
Finanzbuchführung

## Zubereitung

1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und  $\frac{3}{4}$  der klein geschnittenen Zwiebel darin rösten, danach 1 TL Paprikapulver dazugeben und noch ca. 1 Min. weiter rösten, den Reis dazu und alles vermengen und von der Kochstelle nehmen.

In einer Schüssel Hackfleisch, Eier, Zwiebel-Reismenge, Salz und Pfeffer vermischen. Aus der Masse Klößchen formen und in die Sauerkrautblätter einrollen.

Einen Teil des geschnittenen Sauerkrauts auf den Boden eines Kochtopfes verteilen, die Krautwickel darauflegen und obenauf das restliche Sauerkraut, mit Wasser aufgießen und kochen bis das Kraut weich ist.

Kurz vor Ende der Garzeit (ca. 20 Min.) in der Pfanne 1 EL Öl erhitzen, die restliche Zwiebel dazugeben und kurz rösten,  $\frac{1}{2}$  TL Paprikapulver dazugeben mit Wasser aufgießen und auf das gekochte Kraut gießen.

Nach Belieben mit Salzkartoffeln und / oder Sauerrahm servieren.

## Zutaten

4-6	Blätter von einem Kopf Sauerkraut
500 g	fein geschnittenes Sauerkraut
500 g	gemischtes Hackfleisch
2	Eier
2 EL	Sonnenblumenöl
1	große Zwiebel
1 1/2 TL	Paprikapulver edelsüß
3 EL	Reis
1 TL	Salz
1 TL	Pfeffer

Sauerkrautkopf: eingelegter Weißkohlkopf, zu kaufen in gut sortierten türkischen, kroatischen oder rumänischen Spezialitäten-Läden.

# Fränkische Baunzer

Empfohlen von Markus Höhenberger,  
Geschäftsführender Vorstand

## Zutaten

(für 4 Personen)

1 kg	Kartoffeln, mehlig kochend
200 g	Mehl Salz
1	Ei Fett Butterschmalz
300 g	Sauerrahm

## Zubereitung

Backofen auf 180 °C vorheizen. Kartoffeln kochen, schälen und heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Mit Mehl abbröseln (Mehl unter heiße Kartoffeln mit Fingern einarbeiten – Vorsicht heiß!), salzen und mit den Eiern zu einem festen Teig schnell verkneten.

Reine gut einfetten. Ca. 2 cm dicke, in Reinenbreite geschnittene Nudeln formen (Baumstämme!), in die Reine legen und ca. 45 Min. backen. Nach halber Backzeit mit heißem Butterschmalz bestreichen und mit Sauerrahm übergießen.





# Thunfisch

## mit Sojasoße und Honig

Empfohlen von Hiltrud Merklein,  
Empfang/Sekretariat

### Zutaten

(für 4 Personen)

4 Scheiben	Thunfisch
2 EL	Honig
4 EL	Balsamico
8 EL	Sojasauce
6 EL	Öl (Sesamöl)
1 TL	Chili-Paste
1 TL	Koriander
	Salz und Pfeffer
	Ingwer
	Sesam

### Zubereitung

Ingwer schälen und reiben. Aus Honig, Balsamico, Ingwer, Sojasauce, Sesamöl, Chilipaste und dem gemahlene Koriander eine Marinade anrühren und über den Fisch gießen. Zugedeckt etwa 1–2 Std. marinieren.

Eine Grillpfanne erhitzen. Den Fisch aus der Marinade nehmen und etwas abtropfen lassen. In Sesam beidseitig wenden. Den Thunfisch in die Pfanne geben und von beiden Seiten scharf anbraten, dann auf kleiner Flamme 5 Min. garen, je nach Dicke der Fischeiben. Nun den Thunfisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Die Marinade in die heiße Pfanne gießen, etwas reduzieren lassen und eventuell mit einer Prise Salz abschmecken. Thunfischeiben auf Tellern anrichten. Mit der Honig-Sojasauce übergießen. Dazu passt Weißbrot, Ratatouille oder einfach nur Salat.



# Königsberger Klopse

Empfohlen von Frank Rauer,  
Hausmeister Langwasser

## Zubereitung

Für dieses Rezept zuerst die Brötchen einweichen. Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in etwas Fett glasig anbraten. Hackfleisch in eine Schüssel füllen, die Brötchen ausgedrückt dazu geben. Zusammen mit Salz, Pfeffer, zwei Eiern und den gebratenen Zwiebeln mit den Händen oder dem Knethaken vom elektrischen Mixer zu einem geschmeidigen Fleischteig vermengen. In einem großen Topf Fleischbrühe mit 1 Lorbeerblatt und ein paar Pfefferkörnern zum Kochen bringen. Mit nassen Händen aus dem Fleischteig Klopse formen und in die Brühe einlegen. Die Königsberger Klopse gut 20 Min. bei geringer Hitze ziehen lassen.

Für die Soße zu den Königsberger Klopsen etwas Butter oder Margarine in einem Topf schmelzen, Topf zur Seite schieben, das Mehl einrühren. Mit soviel Kochbrühe auffüllen, dass eine dickliche Soße entsteht. Diese unter Rühren 5 Min. durchkochen lassen. Mit Sahne, Zitronensaft und Muskat würzen. Vor dem Servieren noch 1–2 EL Kapern oder auch mehr in der Soße erwärmen. Die Königsberger Klopse zusammen mit Kartoffeln oder Reis servieren.

## Zutaten

(für 4 Personen)

500 g	gemischtes Hackfleisch
2	altbackene Brötchen
1	Zwiebel
2	Eier
1 l	Fleischbrühe
1	Lorbeerblatt
3 EL	Butter
2 EL	Mehl
125 ml	Sahne
1–2 EL	Zitronensaft
1–2 EL	Kapern
	Salz und Pfeffer
	Muskat

# Indisches Hähnchengericht

Empfohlen von Nicole  
Pasquay, Hausverwaltung

## Zutaten

(für 2–3 Personen)

- 1 TL Paprikapulver
- 1 EL Zitronensaft
- 2 TL Salz
- 150 g Joghurt
- 2 Stück Ingwer  
(jeweils daumengroß)
- 2 Knoblauchzehen
- 3 TL Cayennepfeffer
- 1 EL Garam Masala
- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 500 g passierte Tomaten
- 4 EL Butter
- 1 EL Honig
- 150 ml Sahne
- 1 Zwiebel

## Zubereitung

Die Hähnchenbrust in Stücke schneiden. Aus 1 TL Paprikapulver, 1 EL Zitronensaft, 1 TL Salz, 150 g Joghurt, 1 TL Cayennepfeffer, 1 EL Garam Masala Pulver, 1 Stück Ingwer und 1 Knoblauchzehe eine Marinade herstellen. Die Fleisch-Stücke mit der Marinade mischen. Mindestens 30 Min. einziehen lassen. Den Ofen auf 200 °C vorheizen. Dann das marinierte Fleisch in einer Auflaufform für 30 Min. garen. Die Zwiebel klein hacken und in 2 EL Butter glasig anschwitzen. Die passierten Tomaten, 1 TL Salz, 2 TL Cayennepfeffer, 1 Stück Ingwer und 1 Knoblauchzehe hinzugeben und verrühren. Alles 20 Minuten mit Deckel und bei niedriger Temperatur köcheln lassen. Nun die restlichen 2 EL Butter, den Honig und die Sahne hinzufügen und weitere 3 Min. köcheln lassen. Das Fleisch aus der Marinade nehmen, in die Soße geben, kurz umrühren und 2 Min. mitköcheln lassen. Fertig!

Mit Basmatireis servieren.

# Linguine mit Bauchspeck und Thymian

Empfohlen von Werner Pfitzner, Regiebetrieb

## Zubereitung

Zitronen heiß abwaschen und die Schale abreiben. Den Bauchspeck würfeln und den Parmaschinken in 1 cm Streifen schneiden. Die Thymianblättchen hacken.

In einer Schale den geriebenen Parmesan mit dem Thymian und der Zitronenschale gut vermischen.

Die Nudeln im kochendem Wasser al dente kochen (ca. 4 Min.), dann abgießen.

Den Bauchspeck in etwas Öl in einer tiefen Pfanne anbraten und auslassen. Vom Herd nehmen und die Nudeln in der Pfanne darunter mischen. Parmaschinken und Parmesan-Thymian-Zitronen-Mischung dazugeben und gut vermengen.

Eventuell grob gehackte Rucola-Blätter darüber und etwas frisch gemahlener Pfeffer. Muss aber nicht sein. Fertig!

## Zutaten

(für 4 Personen)

100 g	Pancetta / Bauchspeck in feinen Scheiben
2-3 EL	frische Thymianblättchen
2	Bio-Zitronen
200 g	Parmesan, frisch gerieben
50 g	Parmaschinken
500 g	frische Linguine (aus dem Kühlregal)
	Olivener Öl
n.B.	etwas Rucola



# Jägerschnitzel „Berliner Art“

Empfohlen von Frank Rauer, Hausmeister Langwasser

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 8 dicke große Scheiben  
Jagdwurst
- Mehl
- Ei(er)
- Semmelbrösel
- Fett oder Öl

für die Tomatensauce

- 125 g Butter
- 1 große Zwiebel, gehackt
- 2 EL Tomatenmark
- 2 EL Mehl
- 1/2 Flasche Ketchup
- Salz, Pfeffer, Zucker

## Zubereitung

Die Jagdwurstscheiben in Mehl, verquirltem Ei und zum Schluss in Semmelbröseln wenden. Fest andrücken und in heißem Fett oder Öl braun und knusprig braten. Dazu passt als Beilage Spiralnudeln in Tomatensauce.



# Schäufelra

Empfohlen von Markus Höhenberger,  
Geschäftsführender Vorstand

## Zubereitung

Fleisch waschen und abtrocknen. Die Schwarte mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden und allseitig kräftig mit Pfeffer, Salz und Kümmel würzen (Schwarte nur mit Salz). Nun das Schäufelra mit der Fettschwarte nach oben auf ein Bratblech stellen und einen Schöpflöffel Wasser dazu gießen.

Die gesamte Bratkasserole in den vorgewärmten Ofen schieben und bei 200–220 °C, ½ bis ¾ Std. braten.

Die Zwiebeln, Knoblauch und das Gemüse in grobe Scheiben schneiden, und zusammen mit der Brühe und dem Bier dazugeben. Fleisch alle 20–30 Min. mit der Soße begießen. Nach etwa 3 Std. Gesamtbratzeit ist das Schäufelra fertig, wenn sich das Fleisch leicht vom Knochen lösen lässt.

Nun die Soße durch ein Sieb passieren und mit etwas Kartoffelmehl andicken und mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Guten Appetit!

## Zutaten

(für 2 Personen)

2	mittlere Schäufelra
2 TL	Salz
1 TL	Pfeffer
1 EL	Schweineschmalz
1 Schnitt	Bier
2	Zwiebel
1	Karotte
1	Selleriescheibe
1	Knoblauchzehe
1 TL	Kümmel
600 ml	Fleisch- oder Gemüsebrühe

# Soljanka

Empfohlen von Frank Rauer,  
Hausmeister Langwasser

## Zutaten

(für 6 Personen)

800 g	Kassler, klein geschnitten
140 g	Fleischwurst, Jagdwurst
1	große Zwiebel, gehackt
1 Glas	Gewürzgurken, klein gehackt
2 Gläser	Letscho
120 g	Kirschtomaten, gewürfelt
100 g	Crème fraîche oder Schmand
	Salz und Pfeffer
n. B.	Ketchup zum Andicken Paprikapulver, edelsüß
etwas	Wasser
	Öl

## Zubereitung

Das Fleisch in heißem Öl in einer Pfanne anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzig abschmecken. Danach die Jagdwurst und die Zwiebeln hinzufügen.

Alles in einen großen Topf füllen. Die Gurken- und Tomatenwürfel hinzufügen und alles mit den 2 Gläsern Letscho ablöschen. Mit etwas Wasser auffüllen, bis die Konsistenz noch cremig, aber nicht zu dick ist. Dann ca. 30 Min. köcheln lassen, bis das Fleisch schön weich geworden ist. Bei Bedarf kann stets etwas Wasser und auch Ketchup dazu gegeben werden bzw. kann ebenso nach Belieben nachgewürzt werden.

Zum Verfeinern kleine Schalen mit Crème fraîche oder Schmand dazustellen.

Dazu passen Knoblauchbaguettes aus dem Backofen oder ein frisches Baguette vom Bäcker.

# Paprika- Geschnetzeltes

Empfohlen von Veronika Reilingsperger,  
Wohnanlagenverwalterin Zerzabelshof

## Zubereitung

Die Schnitzel abbrausen, trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden. Knoblauch sowie Zwiebeln abziehen und in feine Würfel schneiden. Paprikaschoten abbrausen, putzen und in feine Streifen schneiden. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Fleischstreifen darin rundherum 5 Min. kräftig anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Paprika unter Wenden ca. 10 Min. mitbraten. Brühe zugießen, umrühren und ca. 5 Min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Frischkäse und Pesto mit 2 EL Wasser verrühren, unterrühren, aufkochen und abschmecken. Alles auf 4 Tellern anrichten. Eventuell mit Basilikum garnieren.

Dazu passen Tomatenreis oder Butterkartoffen.

## Zutaten

(für 4 Personen)

500 g	Schweineschnitzel
1	Knoblauchzehe
2	Zwiebeln
je 1	rote, gelbe und grüne Paprikaschote
3 EL	Öl
200 ml	Gemüsebrühe
	Salz und Pfeffer
150 g	Frischkäse
3-4 TL	grünes Pesto (Glas)



# Spinat-Lachs- Lasagne

Empfohlen von  
Jochen Riegel, Technik

## Zutaten

(für 4 Personen)

500 g	Spinat frisch oder TK
200 g	Räucherlachsscheiben
200 ml	Sahne
1 große	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
	Muskatnuss
2 EL	Gemüsebrühepulver
150–200 ml	Wasser
250 g	Gouda
150 g	Lasagneblätter
3 EL	Öl

## Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch würfeln und in Öl goldbraun braten. Den gewaschenen Spinat dazugeben und mit Sahne und Wasser aufgießen. Mit Muskatnuss und Gemüsebrühepulver würzen und 6 Min. kochen lassen.

In eine Auflaufform schichtweise Spinatmischung, Lasagneblätter, Spinatmischung, Wildlachs, Lasagneblätter, Spinatmischung, Lachs, Lasagneblätter, Spinatmischung und geriebenen Käse hineinfüllen. Im Backofen bei 200 °C ca. 30 Min. backen.



# Frankenpfanne *à la Gabriele*

Empfohlen von Gabriele  
Schlegel, Mitglied des Aufsichtsrats

## Zubereitung

Eine große flache Auflaufform mit Butter ausfetten. Kartoffeln pellen und in feine Scheiben schneiden, Zwiebeln in feine Streifen und Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden, Käse reiben.

Kartoffeln mit Frühlingszwiebeln in die Auflaufform schichten, dabei jede Schicht mit Pfeffer und Majoran würzen, anschließend die Brühe darüber gießen. Das (rohe) Bratwurstgehäck auf den Kartoffeln verteilen und darauf die Zwiebelstreifen geben. 2 Eier mit Sahne verrühren und über den Auflauf verteilen.

Im Ofen bei 225 °C, ca. 20 Min. auf der zweiten Schiene von unten backen. Dann den geriebenen Käse darüber geben und nochmals ca. 15 Min. im Ofen überbacken.

## Zutaten

(für 4 Personen)

750 g	Pellkartoffeln
500 g	Bratwurstgehäck
2	mittelgroße Zwiebeln
1 Bund	Frühlingszwiebeln
2	Eier
200 ml	Brühe
50 ml	Sahne
150 g	Emmentaler Käse
	Salz, Pfeffer, Majoran
etwas	Butter für die Form



# Dampfnudeln

Empfohlen von Roland Schmid, Vorstand

## Zutaten

(für 4 Personen)

500 g	Mehl
2 Pck.	Trockenhefe
1 TL	Salz
2	Eier
ca. 750 ml	Milch
3 TL	Margarine
3 TL	Zucker

## Zubereitung

Dampfnudeln sind eine traditionelle Mehlspeise der süddeutschen und österreichischen Küche. Es handelt sich um eine Zubereitungsvariante von Hefeklößen, bei der der Hefeteig in einem Topf mit Deckel gleichzeitig gebraten und gedämpft wird, sodass ein knuspriger Boden und eine weiche Oberfläche entstehen. Es gibt Dampfnudeln mit und ohne Füllung, wobei die pfälzische Variante grundsätzlich ungefüllt ist.

Mehl, Trockenhefe und Salz mit dem Schneebesen vermengen. Ca. 300 ml Milch mit 2 TL Margarine und 2 TL Zucker erwärmen (bis die Margarine geschmolzen ist) und zusammen mit den Eiern dazugeben. (Der Teig darf nicht zu flüssig und auch nicht zu trocken sein). Alles mit dem Kochlöffel vermischen und schlagen bis der Teig gleichmäßig ist. Den Teig an einem warmen Ort ca. 20 Min. gehen lassen (bis er ungefähr doppelt so groß ist). Anschließend in einer hohen Pfanne 450 ml Milch, 1 TL Margarine und 2 TL Zucker erwärmen (nicht kochen!). Dampfnudeln formen und in die erwärmte Milch legen. Dann bei geschlossenem Deckel noch mal ca. 15 Min. gehen lassen. Jetzt alles zum Kochen bringen, bis die Milch über die Dampfnudeln „spritzt“ (Deckel nicht abnehmen!). Wenn es kocht auf die halbe Temperatur zurückschalten und ca. 20 Min. köcheln lassen. Dazu passt Vanillesoße und/oder Apfelmus!

# Rotes Thai-Curry

Empfohlen von Christine  
Teiwes, Mietverwaltung

## Zubereitung

Zunächst das Fleisch (oder Garnelen) in mundgerechte Stücke schneiden, dann die Currypaste im heißen Öl sautieren, mit etwas Wasser ablöschen, langsam die Kokosmilch einrühren, das Fleisch (oder die Garnelen) dazugeben und ca. 5 Min. köcheln lassen, bis es gar ist. Dann das in Streifen geschnittene Gemüse der Wahl (z. B. Karotten, Zuckerschoten, Babymais, Bambussprossen in Streifen, Sojabohnenkeimlinge o.a.) dazugeben und alles zusammen noch einmal für ca. 5 Min. köcheln lassen. Mit der Fischsoße, der hellen Sojasoße und dem Palmzucker abschmecken. Thai-Basilikum-Blätter und Peperoni dazufügen, 1 Min. weiterkochen. Nach Belieben die kleingeschnittenen Chilis einstreuen. Das Gericht heiß mit Reis servieren.

## Zutaten

(für 4 Personen)

400 g	Hähnchenbrust oder Garnelen
1 EL	rote Currypaste
1 kl. Glas	Wasser
400 ml	Kokosmilch
800 g	Gemüse nach Wahl
2 EL	Fischsoße
2 EL	helle Sojasoße
1 EL	Palmzucker oder brauner Rohrzucker
2	Peperoni, rot oder grün, schräg geschnitten
2	kleine scharfe Chilischoten, n.B.
6 Blätter	Thai-Basilikum, frisch aus dem Asialaden, kein europäisches Basilikum!
2 EL	Rapsöl oder Erdnußöl
	Reis (Basmati-, Jasmin- oder thailändischer Duftreis)





# Reisauflauf

Empfohlen von Gabriele Schlegel,  
Mitglied des Aufsichtsrats

## Zubereitung

Eine Auflaufform mit Butter ausfetten. Alle Zutaten (bis auf  $\frac{1}{4}$  Liter Milch) zusammenrühren, zuletzt abgetropfte Mandarinen unterheben. Masse in die gebutterte Auflaufform geben und darauf  $\frac{1}{4}$  Liter Milch schütten. Butterflöckchen darauf verteilen.

Mit geschlossenem Deckel 1 Std. bei 200 °C, auf der mittleren Schiene im Ofen backen. Den Deckel entfernen und nochmals  $\frac{1}{2}$  Std. weiter backen.

Schmeckt warm und kalt.

## Zutaten

(für 4 Personen)

50 g	geschmolzene Butter
140 g	Zucker
150 g	Milchreis roh
500 g	Magerquark
2	Eier
125 ml	Milch
1 Prise	Salz
1 Pck.	Vanillinzucker
$\frac{1}{2}$	Zitrone, Saft
1 Dose	Mandarinen
250 ml	Milch



# Hähnchenbrust

## mit Gorgonzola

Empfohlen von  
Kitty Schnitzler, Technik

### Zutaten

(für 2 Personen)

2	Hähnchenbrustfilets
1	Zwiebel
200 g	Gorgonzola
2 Becher	Sahne
2	Maggi Würfel (fette Brühe)
1 EL	Senf
50 g	Parmaschinken oder Schinkenspeck

### Zubereitung

In die Hähnchenbrust eine Tasche einschneiden, mit etwas Senf einstreichen und mit Zwiebeln, Gorgonzola und einem Blatt Basilikum füllen. Mit Rouladennadeln verschließen, Hähnchenbrust mit Parmaschinken umwickeln und in der Pfanne bei geringer Hitze braten.

Hähnchenbrust aus der Pfanne nehmen und in dem Bratensaft die restlichen Zwiebeln anbraten. Gorgonzola, Brühwürfel (oder Gemüsebrühe) und Sahne zugeben und ca. 10 Min. bei geringer Hitze köcheln lassen. Hähnchenbrust in die Soße geben.

Hurra geschafft! Wünsche einen guten Appetit.



# Pierogi mit Sauerkraut- Pilz-Füllung

Empfohlen von Agnes Wenz,  
Verwaltung

## Zubereitung

**Für die Füllung:** Die getrockneten Waldpilze für einige Stunden in Wasser einweichen und kleinhacken. Die Zwiebel in Würfel schneiden und in einer Pfanne goldbraun anbraten. Das Sauerkraut kochen und abkühlen lassen. Nach dem Abkühlen kleinhacken. Pilze und Zwiebeln zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Teig:** Alle Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem Teig kneten. Falls der Teig noch klebt, kann noch etwas Wasser dazugemischt werden. Um das Ausrollen zu vereinfachen, teilt man den Teig in kleinere Teile. Den Teig ausrollen und mit dem Rand eines Glases Kreise ausstanzen. In die Mitte des Kreises legt man eine kleine Portion der Füllung. Die Teigkreise in der Mitte falten und die Ränder mit den Fingern zusammenpressen. Den nach dem Ausstanzen übrig gebliebenen Teig wieder zu einer Kugel kneten und erneut ausrollen, bis der Teig aufgebraucht ist. Wasser in einem großen Topf mit 1 EL Salz und 2–3 EL Öl zum Kochen bringen. Die Pierogi solange kochen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Die Pierogi können nach Belieben mit etwas Öl angebraten und mit Speck und Zwiebeln serviert werden.

## Zutaten

(für 25 Stück)

500 g	Mehl
1	Ei
150 ml	lauwarmes Wasser
1 EL	Öl

für die Füllung

800 g	Sauerkraut
30 g	Waldpilze
1	Zwiebel
	Salz und Pfeffer



# Hofer Schnitz

Empfohlen von Alfred Schwarz,  
Aufsichtsratsvorsitzender &  
Wohnanlagenverwalter Ebensee

## Zutaten

(für 4 Personen)

6	große Kartoffeln
4	große Karotten
1 Stück	Sellerie
2–3 Stangen	Lauch
1–2	Kohlrabi
1 Handvoll	Brechbohnen
1 TL	Kümmel
1	Petersilienwurzel
1 Bund	glatte Petersilie
1	Lorbeerblatt
n. B.	Liebstöckel
n. B.	Majoran
3	Brühwürfel
1 kg	Rindsknochen
1 kg	Suppenfleisch (Schöpsen oder Rind)

## Zubereitung

**Eine delikate Gemüsesuppe:** Schnitz sind auch heute noch die Leibspeise vieler Hofer. Wenn auch jede Familie ihr eigenes Rezept hat, wenn sie die einen mehr dick („Dicka Suppm“), die anderen mehr dünn („Dinna Suppm“) mögen, so bestehen sie doch überwiegend aus den gleichen Zutaten. Besonders fein werden die Schnitz, wenn man Knochenbrühe verwendet oder gar ein Stück Schöpsen (Hammelfleisch) oder Rindfleisch mitkocht.

Die Knochen in kaltem Wasser aufsetzen, ungefähr eine ½ Std. kochen. Dann abseihen, in die kochende Brühe das Fleisch einlegen und sieden lassen, bis es gar ist. Dann das Fleisch herausnehmen, das geputzte, gründlich gewaschene und geschnittene Gemüse hineingeben und in der Brühe zusammen mit den anderen Zutaten dünsten bis es weich, aber noch bissfest ist. Das Fleisch ¼ Std. vor dem Servieren wieder in die Suppe geben.

Viele Hofer essen zu ihren Schnitz leidenschaftlich gern „grien gebaggena Gleees“ oder „Bagger“, das sind gebackene „Klöße“ aus rohen Kartoffeln.



# Ungarisches Gulasch

Empfohlen von Wolfgang Steinmetz,  
Mietverwaltung

## Zubereitung

Die Zwiebeln zunächst in etwas Öl andünsten und dann das Fleisch auf die Zwiebeln geben. Das Ganze dann bei niedriger Hitze ca. 10 Min. zugedeckt Flüssigkeit ziehen lassen. Danach den Deckel abnehmen, salzen, pfeffern, das Paprika zugeben (muss von Anfang an dabei sein und braucht Fett, nachträgliche Beigabe bringt meistens geschmacklich nichts mehr) und gut umrühren. Den Saft etwas einkochen lassen, das gibt der Soße schon Farbe und Geschmack. Daraufhin das Gulasch mit Rotwein und/oder Rinderbrühe ablöschen, das Gewürzsäckchen begeben, dieses vorsichtig (damit es nicht zerreißt) unter das Gulasch heben (damit es nicht oben schwimmt). Den Topf wieder mit dem Deckel verschließen und das Ganze gut 1 Std. schmoren lassen. Danach die (evtl. geschälten) Tomatenviertel, samt Tomatenmark, sowie Gulasch- und Paprikapaste begeben, ebenso Majoran, Thymian und Oregano und dann das Ganze bei geschlossenem Deckel 20–30 Min. weiterschmoren. Einige Minuten vor Schluss den vorher gehackten, mit Salz gewürzten und etwas gequetschten Knoblauch begeben. Sollte man Majoran, Thymian und Oregano frisch begeben, dann erst mit dem Knoblauch.

Anstelle von Rindfleisch kann auch nur Schweinefleisch verwendet werden. Die Menge der Zwiebeln kann nach Geschmack erhöht werden. Für die Gewürzdosis nimmt man ein kompostierbares Teesäckchen, füllt dort den beschriebenen Inhalt ein und bindet das Säckchen mit einer Schnur aus natürlichem Material zu, z. B. einer Wurstschnur, so kann man das Säckchen nach Gebrauch problemlos kompostieren.

## Zutaten

(für 4 Personen)

1 kg	Gulaschfleisch (halb Rind, halb Schwein)
500 g	Zwiebeln geschält, halbiert und dann in Scheiben geschnitten
1 TL	Paprika, edelsüß
250 ml	Rinderbrühe und/oder Rotwein
500 g	Tomaten, geviertelt
1 EL	Tomatenmark
1 EL	Gewürzmischung aus Kümmel, Majoran, Knoblauch, Thymian und Oregano
1/2 EL	Zitronenabrieb Salz und Pfeffer
1	Gewürzsäckchen mit Lorbeerblättern, gequetschten Wacholderbeeren, Pfeffer- und Pimentkörnern
2 EL	ungarische Gulyápaste bzw. Gulaschpaste
2 EL	ungarische Paprikapaste

# Florentiner Braten

Empfohlen von  
Irene Taubmann, Technik

## Zutaten

(für 8 Personen)

- 3-4 Knoblauchzehen
- 4 Stiele frischer oder
- 3 TL getrock. Rosmarin
- 2 EL Olivenöl
- 2 kg Schweinehals
- Salz, weißer Pfeffer
- 1 kg Kartoffeln
- 3 Lorbeerblätter
- n. B. Zitrone zum Garnieren

## Zubereitung

Knoblauch schälen und fein hacken. Nadeln von 1 Rosmarinstiel abzupfen, fein hacken. Knoblauch, Rosmarin (1 TL getrockneter) und Öl mischen.

Fleisch waschen, trockentupfen und an der Oberseite der Länge nach ca. 2 cm tief einschneiden. Kräuterpaste in die Fleischtasche streichen. Braten mit Salz und Pfeffer würzen und mit 2 Stielen belegen, bzw. 2 TL Rosmarin bestreuen. Mit Küchengarn umwickeln.

Braten auf die geölte Fettpfanne legen und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C / Umluft: 180 °C / Gas: Stufe 3) 1 ½ bis 2 Std. braten.

Kartoffeln schälen, waschen, grob würfeln und salzen. Mit Lorbeerblättern nach ca. 1 Std. Bratzeit auf die Fettpfanne geben. Braten und Kartoffeln anrichten. Mit restlichem Rosmarin und eventuell Zitrone garnieren.



# Filet Wellington

Empfohlen von Alfred Schwarz,  
Aufsichtsratsvorsitzender & Wohnanlagenverwalter Ebensee

## Zubereitung

Blätterteig nach Angaben auf der Packung auftauen. Rinderfilet salzen, pfeffern und im erhitzten Fett ringsum braun anbraten, herausnehmen und erkalten lassen. Zwiebeln und Knoblauchzehe schälen und feinhacken. Champignons waschen, in Blättchen schneiden und hacken. Zwiebeln und Knoblauch im Bratfett 2 Min. dünsten. Pilze hinzufügen und in offener Pfanne so lange schmoren lassen, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Tomatenmark und gehackte Petersilie unterrühren, alles abkühlen lassen. Abgekühlte Masse mit Bratwurstbrät vermischen und abschmecken. Teig zu einer Platte von 30x30 cm auswellen und in der Größe des Filets mit Farce bestreichen. Filet daraufsetzen und ringsum mit Farce bestreichen. Eigelb mit Kondensmilch verrühren, Teigländer damit bepinseln. Die Breitseiten der Teigplatte übereinanderschlagen, die Längsseiten nach oben klappen und fest andrücken. Teigpaket kopfüber mit der Nahtstelle nach unten auf ein mit Wasser benetztes Blech setzen. Aus der Teigoberfläche eine Öffnung ausstechen, durch die beim Backen der Dampf entweicht. Teigpaket mit etwaigen Teigresten verzieren und mit Eimilch bepinseln. Im auf 220 °C (Gas Stufe 4) vorgeheizten Backofen ca. 25 Min. backen. Wird die Oberfläche zu braun, decken Sie Alufolie darüber.

Das fertig gebackene Filet vor dem Aufschneiden 10 Min. ruhen lassen.

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 1 Pck. tiefgefrorener Blätterteig im Block
- 1 kg Rinderfilet (ohne Haut, Sehnen und Fett)
- 1 Prise Salz und Pfeffer
- 50 g Butter oder Margarine

für die Farce

- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 250 g frische Champignons
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Bund Petersilie, gehackt
- 150 g Bratwurstbrät

zum Bestreichen

- 1 Eigelb
- 1 EL Kondensmilch

# Gefüllte Nudeln mit Walnusssoße

Empfohlen von Christine  
Teiwes, Mietverwaltung

## Zutaten

(für 4 Personen)

für den Teig:

500 g Mehl  
3 Eier  
Salz und Wasser

für die Füllung:

je 500 g Mangold und Borretsch  
250 g Friséesalat  
150 g Ricotta  
1 TL frischer Majoran  
1 Knoblauchzehe  
2 Eier  
50 g Parmesan  
Salz

für die Soße:

250 g Walnüsse  
50 g Pinienkerne  
3-4 EL Olivenöl extra vergine  
1 TL Majoran  
1 Brötchen, eingeweicht  
1 Knoblauchzehe  
50 g Joghurt  
Parmesan und Salz

## Zubereitung

**Nudelteig:** Zunächst Mehl, Eier und etwas Salz in eine Schüssel geben und soviel Wasser dazu, bis sich der Teig geschmeidig kneten lässt. Dann rollt man den Teig mit einem Nudelholz dünn aus und schneidet ihn zu Dreiecken, die etwa die Größe eines Handtellers haben sollten.

**Füllung:** Blattgemüse kurz in Wasser andämpfen und im Mixer pürieren. Anschließend mit Ricotta, den Eiern und dem Parmesan vermischen. Den Majoran und die Knoblauchzehe feinhacken und unterrühren. Zum Schluß mit etwas Salz abschmecken. Nun mit einem Teelöffel etwa nussgroße Portionen von der Füllung abstechen und auf die Dreiecke setzen. Die Enden über der Füllung zusammenklappen, sodass schön bauchige Täschchen entstehen und fest zusammendrücken. Diese in Salzwasser ca. 10 Min. köcheln lassen.

**Soße:** Walnuskerne klein hacken oder im Mörser zerstoßen, dann nach und nach das eingeweichte und gut ausgedrückte Brötchen, die Pinienkerne, den Knoblauch, einige Esslöffel lauwarmes Wasser und etwas Salz dazugeben und gut vermischen bis eine dickliche Masse entstanden ist. Nun noch den Joghurt und das Olivenöl einrühren und etwas Majoran darüberstreuen. Zum Schluss die Soße leicht erwärmen, etwas geschmolzene Butter auf die Nudeltäschchen geben, die Soße darüber geben und mit Parmesan bestreuen.

# Schichtfleisch aus dem Dutch oven

Empfohlen von Kitty Schnitzler, Technik

## Zubereitung

Dutch oven mit Baconscheiben auslegen. Fleisch, Gemüsezwiebeln und Paprika in ca. ½ cm Scheiben schneiden und schichtweise in den Topf legen. Grillsoße darüber geben – und Deckel drauf.

24 Stück Grillbriketts anfeuern. Wenn die Briketts weiß sind, geht's los. 12 Briketts unter den Dutch oven legen und die restlichen 12 auf den Deckel.

Nach ca. 60 Min. Deckel öffnen und testen, ob das Fleisch weich ist, ansonsten Deckel wieder drauf und im Abstand von 15 Min. kontrollieren.

**Tipp:** Mit dem Dutch oven kann eigentlich alles gekocht werden. Einfach ausprobieren. Macht auf alle Fälle unendlich viel Spaß und ist nicht bloß was für Männer.

## Zutaten

(für 2–4 Personen)

1,5 kg	Schweinehals oder Schnitzelfleisch
3	Gemüsezwiebeln
15	Baconscheiben, dünn
6	Baconscheiben, dick
1	rote Paprika
1	grüne Paprika
250 ml	Grillsoße z. B. Salsa
24	Grillbriketts



# Tortellinisalat

Empfohlen von Claudia Trautner,  
Hausverwaltung

## Zutaten

- 400 g Tortellini mit Käsefüllung  
(Kühlregal)
- 1 kleine Zucchini  
Salz und Pfeffer
- 1 EL Öl
- 150 g gekochtes Kasseler oder  
Fleischwurst
- 1 rote Zwiebel
- 1 Essiggurke
- 1 Bund Petersilie

für das Dressing

- 100 ml Fleischbrühe
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 5 EL Weißweinessig
- Salz und Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 5 EL Öl

## Zubereitung

Die Tortellini nach Packungsangabe kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen, dann in einer großen Schüssel mit 1 EL Öl vermischen. Die Zucchini und die Gewürzgurke in kleine Würfel schneiden, das Kasseler oder die Wurst in 1 cm Würfel schneiden, die Zwiebel in feine Ringe schneiden und die Petersilienblätter klein schneiden. Alles zu den Nudeln geben. Alle Zutaten für das Dressing mixen und mit allen Zutaten vermengen. 15 Min. durchziehen lassen und dann nochmal gut abschmecken.



# Medaillons in Zwiebel-Curry-Rahm

Empfohlen von Irene Taubmann, Technik

## Zubereitung

Filet waschen, trockentupfen und in 2–3 cm dicke Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin von beiden Seiten kurz braun anbraten. Würzen und herausnehmen.

Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Im Bratfett unter Wenden ca. 8 Min. braten. Tomate waschen, putzen und würfeln.

Zwiebeln mit Curry und Mehl bestäuben und anschwitzen. Unter Rühren mit Sahne und 300 ml Wasser ablöschen. Brühe einstreuen, aufkochen und Soße abschmecken.

Medaillons in eine feuerfeste Form legen. Soße darübergießen. mit Tomatenwürfeln bestreuen. Im heißen Backofen (E-Herd: 200 °C / Umluft: 180 °C / Gas: Stufe 3) ca. 20 Min. überbacken.

Petersilie waschen und, bis auf einige Blättchen, hacken. Medaillons mit Petersilie bestreuen und garnieren. Dazu schmecken Kartoffelkroketten und ein grüner Salat.

## Zutaten

(für 4 Personen)

600 g	Schweinefilet
2 EL	Öl
	Salz und weißer Pfeffer
750 g	Zwiebeln
1	mittelgroße Tomate
1-2 TL	Curry
1 EL	Mehl
200 g	Sahne
2 TL	klare Brühe (Instant)
1/2 Bund	Petersilie



# Nasi Goreng

Empfohlen von Alexander Wilke,  
Mietverwaltung

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 5 Frühlingszwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 frische rote Chilischoten
- 200 g Hähnchenbrustfilet
- 400 g Garnelen, geschält und gegart
- 2 Eier (Größe M)
- 3 EL helle Sojasauce
- 1–2 Msp. Sambal oelek
- Salz
- 3 EL neutrales Pflanzenöl
- 500 g gekochter Reis vom Vortag
- 1–2 EL Röstzwiebeln (Fertigprodukt)

## Zubereitung

Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen, die Chili längs aufschlitzen, entkernen und waschen, beides in feine Scheiben schneiden. Das Hähnchenfilet kalt abspülen, trockentupfen und klein würfeln. Die Garnelen trockentupfen. Die Eier mit 1 EL heller Sojasauce, Sambal oelek und 1 Prise Salz verquirlen.

1 EL Öl im Wok erhitzen, die Frühlingszwiebeln mit dem Knoblauch und den Chilis 3–5 Min. pfannenrühren, an den Rand schieben. Einen weiteren Esslöffel Öl in den Wok geben, das Hähnchenfleisch kurz darin anbraten. Die Garnelen dazugeben, mitbraten, dann ebenfalls an den Rand schieben.

Die Eiermasse in den Wok gießen, unter Rühren stocken lassen, etwas zerteilen und an den Rand schieben. Den gekochten Reis im Wok in einem Esslöffel Öl unter ständigem Rühren 2–4 Min. braten, bis er heiß ist. Alles zusammenrühren, mit der restlichen Sojasauce und Salz würzen. Die Röstzwiebeln darüber streuen.



# *Nachspeisen*



- 88 / American Chocolate Chips Muffins
- 89 / Arme Ritter
- 90 / Apfel Crumble
- 91 / Eierlikörtorte
- 92 / Apfelküchle
- 93 / Rosmarin-Shortbread
- 94 / Böhmisches Hefeknödel
- 96 / Mousse au Chocolat
- 97 / Heidelbeer-Vanille-Törtchen
- 98 / Scheiterhaufen
- 99 / Ausgebackene Akazienblüten
- 100 / Obst-Keks-Schichtdessert
- 101 / Panna Cotta mit karamellisierten Pfirsichen
- 102 / Caffè corretto mousse
- 103 / Kürbiskernöl-Parfait
- 104 / Zitronen-Tiramisu
- 105 / Dobostorte
- 106 / Nusstorte
- 107 / Weichsellikör
- 108 / Kalter Hund
- 109 / Schneller Apfelkuchen
- 110 / Gebackene Bananen
- 111 / Kokosbällchen
- 112 / Wundertorte
- 113 / Tarte au citron
- 114 / Grießschnitten
- 115 / Schneenockerl
- 116 / Schwarzwälder Kirsch-Dessert
- 117 / Palatschinken kroatische Art
- 118 / Erdbeer-Milchreis
- 119 / Süßes Kürbis-Zupfbrot

# American Muffins

## Chocolate Chips

Empfohlen von Peter Frauenschläger,  
Mitglied des Aufsichtsrates &  
Wohnanlagenverwalter St. Peter

### Zutaten

(für 12 Stück)

300 g	Mehl
1/2 Pck.	Backpulver
1 TL	Natron
4 EL	Kakaopulver
115 g	brauner Zucker
300 g	Zartbitterschokolade
90 g	Butter
375 ml	Buttermilch
2	Eier
2 EL	Schokoladenchips
12	Backförmchen (möglichst Tulpenform, backen dadurch höher)

### Zubereitung

Ofen auf 210 °C vorheizen. Papierbackförmchen in die Mulden der Backförmchen stellen.

Mehl, Backpulver, Natron und Kakaopulver in eine Schüssel geben. Zucker und gehackte Bitterschokolade unterrühren und in die Mitte eine Mulde drücken. Butter zerlassen.

Eier mit Buttermilch in einer Schüssel verquirlen, mit der zerlassenen Butter in die Mulde gießen und mit einem Holzkochlöffel verrühren bis gerade ein Teig entsteht. Nicht zu lange rühren, der Teig soll noch leichte Klümpchen haben. Auf keinen Fall einen Mixer verwenden.

Jede Vertiefung der Förmchen bis zu ca. drei Viertel mit Teig füllen, mit Chocolate Chips bestreuen und 30 Min. backen.

Nach dem Auskühlen mit Puderzucker bestreuen oder nach Belieben dekorieren.

# Arme Ritter

Empfohlen von Markus Höhenberger,  
Geschäftsführender Vorstand

## Zubereitung

Semmeln halbieren und die Oberfläche etwas abreiben. Milch, Eier, Zucker und Vanillezucker verquirlen. Semmelhälften im Milch-Eier-Gemisch etwas einweichen lassen. Anschließend in den Semmelbröseln wenden.

Fett in einer Pfanne erhitzen und die eingelegten Semmeln von allen Seiten goldbraun anbraten. Anschließend in Zimt und Zucker wenden. Fertig!

## Zutaten

(für 2 Personen)

4	alte Semmeln
2 EL	Zucker
2 Pck.	Vanillezucker
500 ml	Milch
4	Eier
	Semmelbrösel
	Zimt
	Butter



# Apfel Crumble

Empfohlen von Gudrun Gutman,  
Mitglied des Aufsichtsrates

## Zutaten

(für 5 Personen)

800 g	Äpfel, Boskoop
1/2	Zitrone, Saft
150 g	Mehl
75 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
90 g	Butter
gestr. 1 TL	Zimt
1 Prise	Salz
45 g	Mandeln, fein gehackt
45 g	Walnüsse, fein gehackt
	Puderrucker, zum Bestäuben

## Zubereitung

Die Äpfel schälen und in 1 cm dicke Spalten schneiden, mit Zitronensaft vermengen und in eine kleine gefettete Auflaufform schichten. Mehl, Zucker, Butter, Zimt, Salz und die kleingehackten Mandeln und Walnüsse erst mit den Knethaken des Rührgerätes und dann mit den Händen zu Streuseln verarbeiten. Gleichmäßig über den Äpfeln verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 150 °C Umluft ca. 30 Min. backen. Noch lauwarm auf Tellern verteilen und mit Puderrucker bestäuben.

Dazu passt geschlagene Sahne oder Vanillesoße, wie man es eben gerne möchte. Die Streusel werden besonders knusprig, wenn man sie schon einen Tag vorher zubereitet und kühl stellt.



# Eierlikörtorte

Empfohlen von Martina Harlaß, Technik

## Zubereitung

Margarine schaumig rühren, Zucker und Vanillezucker unterrühren und dann ein Eigelb nach dem anderen hinzufügen und unterrühren. Danach Mandeln, Backpulver, Schokolade, Weinbrand und Rum dazugeben und verrühren. Eiweiß sehr steif schlagen und vorsichtig unterheben. Den Teig in eine gefettete runde Springform füllen und 40 Min. bei 160–180 °C backen.

Den Kuchen auskühlen lassen.

Die Sahne steif schlagen und auf die ausgekühlte Torte streichen. Zum Verzieren Sahne zurückbehalten um ringsherum Sahnetupfen aufzuspritzen. Die Torte mit der Sahne ggf. nochmal ca. 15 Min. im Kühlschrank kühlen.

Den Eierlikör (nicht zu wenig !!) vorsichtig in die Mitte der Torte gießen und nochmal – ca. 1 Std. – kühl stellen.

## Zutaten

für den Teig

80 g	Margarine
80 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
5	Eigelb
5	Eiweiß
200 g	gemahlene Mandeln
1 TL	Backpulver
100 g	Zartbitterschokolade, geraspelt
1 EL	Weinbrand / Chantre
1 EL	Rum

für den Belag

750 ml	Sahne
1/2 Flasche	Eierlikör

# Apfelküchle

Empfohlen von Martina Harlaß, Technik

## Zutaten

(für ca. 12-16 Stück)

90 g	Mehl
1	Ei
1 Prise	Salz
25 g	Zucker
75 ml	Milch
2 große	Äpfel, säuerliche (z. B. Boskop)
4 EL	Pflanzenöl

## Zubereitung

Die ersten fünf Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem dicklichen Teig verrühren. Dann die Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in dünne Ringe schneiden.

Die Apfelringe in den Teig tauchen und etwas abtropfen lassen. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Ringe bei mittlerer Hitze portionsweise goldbraun braten.

Lecker schmeckt dazu Vanilleeis.



# Rosmarin- Shortbread

Empfohlen von  
Elisabeth Leidel, Personal

## Zubereitung

Aus den ersten 5 Zutaten einen Mürbteig kneten (wenn etwas geriebene Zitronenschale da ist – rein damit). Teig in die Tarteform drücken. Pinienkerne auf dem Teig verteilen und etwas eindrücken.

Im vorgeheizten Backofen bei 175 °C, 20 Min. backen, dann mit Alufolie abdecken und weitere 20 Min. backen. Nicht dunkel werden lassen.

Aus dem Herd nehmen und mit dem Öl bepinseln. Vollständig in der Form auskühlen lassen, erst dann herausnehmen und in Wedges oder Finger schneiden. Der Teig kann natürlich auch ausgerollt und ausgestochen werden – mehr Aufwand und die Backzeit ist dann natürlich kürzer.

## Zutaten

(mittelgroße Tarte-Form)

230 g	zimmerwarme Butter
115 g	Puderzucker
1 TL	fein gehackter, frischer Rosmarin
1 TL	Meersalz
280 g	Mehl
ca. 50 g	Pinienkerne
3 EL	Nussöl (Macadamia, Pistazie, Walnuss, ...)
n.B.	Zitronenabrieb
	Fett oder Backpapier für die Backform



# Böhmische Hefeknödel

Empfohlen von Martina  
Harlaß, Technik

## Zutaten

750 g	Mehl
1 1/2 Pck.	Trockenhefe
2 TL	Zucker
2 Prisen	Salz
250 ml	lauwarme Milch
2	große Eier
	Zwetschgen
n. B.	Würfelszucker
100 g–200 g	flüssige Butter

grober Zucker oder Vanillesoße

## Zubereitung

Die Trockenhefe, den Zucker und das Salz unter das Mehl mischen. Die Milch lauwarm erhitzen und zum Mehl-Hefe-Gemisch geben. Die Eier verquirlen und beifügen. Mit Knethaken verrühren und den Teig so lange von Hand kneten und „schlagen“ bis er Blasen wirft. Der Teig darf nicht kleben, sondern muss sich von den Fingern lösen – bei Bedarf Mehl dazugeben.

Die Schüssel mit einem Geschirrtuch abdecken und an einem warmen, vor Luftzug geschützten, Ort ca. 1 Std. gehen lassen. Nach etwa 1 Std. (der Teig sollte sich verdoppelt haben) nochmals durchkneten und „schlagen“ und kleine, handgroße Knödel daraus formen. Abgedeckt ca. ½ Std. gehen lassen. Wer es süß mag: Die Zwetschgen mit Würfelszucker füllen. Die Zwetschgen mittig in die Knödel setzen und gut mit dem Teig umschließen. Im Dampfgarer (oder nach Omi-Art: großen Topf mit Wasser mit einem Geschirrtuch umwickeln, Geschirrtuch mit Schnur am Topf festbinden und Knödel drauflegen und eine große Schüssel als Deckel über die Knödel geben).

Die Knödel, je nach Größe, ca. 30–40 Min. bedampfen lassen. Wenn der Teig innendrin richtig schön weich und fluffig ist, sind die Knödel fertig. Kurz vor dem Servieren etwa 100–200 g Butter zerlassen. Die Zwetschgenknödel mit grobem Zucker bestreuen und mit zerlassener Butter übergießen – alternativ mit Vanillesoße.





WOHNUNGSGESELLSCHAFT  
e. G. m. b. H.

NORIS



# Mousse au Chocolat

Empfohlen von  
Bettina Hetzner, Technik

## Zutaten

(für 4 Personen)

300 g	Zartbitterschokolade
5 EL	Milch
3	Eier
500 ml	Sahne

## Zubereitung

Schokolade in Stücke brechen und zusammen mit der Milch im Wasserbad unter Rühren schmelzen. Die Eier unterrühren und die Schokoladenmasse lauwarm abkühlen lassen.

Sahne steif schlagen und unter die Schokoladenmasse heben. In Schälchen oder Gläschen einfüllen und 4–5 Std. kalt stellen.

Mit frischen Früchten, gehobelter weißer Schokolade usw. nach Bedarf verzieren.



# Heidelbeer- Törtchen Vanille-

Empfohlen von Peter Frauenschläger, Mitglied des Aufsichtsrates & Wohnanlagenverwalter St. Peter

## Zubereitung

Sahne, Zucker, Vanillezucker, Salz und Zitruschalenaabrieb in einen Topf geben und aufkochen. Milch mit Speisestärke verrühren und in die Sahne einrühren. Unter Rühren einmal aufkochen lassen. Eigelb verquirlen und unter Rühren in den Pudding einrühren.

10 Mulden in einer Muffinbackform oder Backförmchen leicht fetten. Aus dem Blätterteig Kreise (9–10 cm) ausstechen. Blätterteigkreise in die Backformen geben und an den Rand drücken. Pudding einfüllen.

Im vorgeheizten Backofen bei 220 °C (Umluft 200 °C), 12–15 Min. backen.

Törtchen etwas auskühlen lassen. Heidelbeerkonfitüre darauf verteilen, mit Heidelbeeren und Mandelblättchen bestreuen.

## Zutaten

(für 4 Personen)

200 g	Sahne
40 g	Zucker
3 Pck.	Vanillezucker
1 Prise	Salz
1 Msp.	Schalenaabrieb Zitrone
1 Msp.	Schalenaabrieb Orange
100 ml	Milch
2 gehäufte EL	Speisestärke
3	Eigelb
275 g	Blätterteig (Kühlregal)
120 g	Heidelbeerkonfitüre
1 TL	geröstete Mandelblättchen
1 Handvoll	frische Heidelbeeren
	zur Deko



# Scheiterhaufen

Empfohlen von Markus Höhenberger,  
Geschäftsführender Vorstand

## Zutaten

(für 5 Personen)

250 g	Semmeln
500 ml	Milch
4	Eier
80 g	Zucker
1 Prise	Salz
5	Äpfel
3 EL	Rosinen
2 EL	Rum
1 Prise	Zimt
1 Pck.	Vanillezucker

## Zubereitung

Die Semmel (oder Milchstriezel) blättrig schneiden. Milch mit Eiern, Zucker, Vanillezucker und einer Prise Salz in einer Schüssel gut verrühren. Danach ein wenig Wasser mit Rum vermengen und die Rosinen darin ca. 10 Minuten einweichen.

Währendessen die Äpfel schälen, das Gehäuse entfernen und feinblättrig schneiden. Das Backrohr auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und eine Auflaufform mit Butter bepinseln.

Die Äpfel mit Rosinen vermengen und mit Zimt würzen, Semmeln in der Eiermilch gut eintunken – abwechselnd Semmel- und Apfelmasse in die Auflaufform schichten und mit der restlichen Eiermilch übergießen.

Den Scheiterhaufen ca. 40 Minuten lang backen und anschließend etwas abkühlen lassen.



# Ausgebackene Akazienblüten

Empfohlen von Elisabeth Leidel, Personal

## Zubereitung

**Akazienblüten sammeln:** Am besten nach Regen (dann ist der Großteil von Staub und kleinen Tieren gewaschen) aus dem Garten oder vom Wegrand aus der Natur abwickeln. Die Blütenrispen nur grob teilen. Zum Waschen in eine Schüssel mit kaltem Wasser legen, untertauchen und 10 Min. stehen lassen, damit evtl. vorhandenes Ungetier noch flüchten kann. Dann sanft im Wasser hin und her schütteln. Danach sanft ausschütteln und auf Küchenpapier gut abtropfen lassen.

Aus Eiern, Milch, Mehl, Zucker und Salz einen Pfannkuchenteig rühren – sollte nicht zu dickflüssig sein. Die Blüten am Stielende halten und in den Teig eintauchen, etwas abtropfen lassen und in heißem Fett goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Puderzucker bestäuben. Der innere, durchgehende Blütenstängel ist hart, holzig und soll daher nicht gegessen werden.

Hier besser keine Experimente mit Vanille, Zimt usw. die Akazien haben einen sehr feinen Eigengeschmack nach Honig und Nektar.

Dazu schmeckt Vanilleeis.

## Zutaten

(für 5 Personen)

3	Eier
250 g	Mehl
1/2 l	Milch
1 EL	Zucker
1 Prise	Salz
1 Schüssel	Akazienblüten
	Butterschmalz



Empfohlen von  
Elisabeth Leidel, Personal

# Obst-Keks- Schichtdessert

## Zutaten

(für 8 Personen)

150 g	Keks (Butterkeks, Vollkornkeks, Haferkeks oder Cerealien Keks von Belvita)
150 g	geschmolzene Butter
400 g	Quark, Frischkäse oder Mascarpone
2 EL	Puderrucker
1/2 Becher	Sahne
ca. 400 g	Obst der Saison (z.B. Erd-, Blau-, Him- oder Johannisbeeren, Kirschen, Pfirsiche)
100 ml	Demerara-Sirup* oder Vollrohrzuckersirup
oder ca. 100 g	Vollrohrzucker
1 Schnapsglas	Cognac oder weißer Portwein, falls gewünscht

\*Demerazucker hat, wie Vollrohrzucker, einen höheren Melassegehalt als raffinierter Zucker, schmeckt malzig, etwas nach Karamell.

## Zubereitung

Am Vortag oder einige Stunden vor Verzehr des Desserts die Früchte einlegen. Wer keinen Zuckersirup hat, löst dafür den Zucker in ca. 200 ml heißem Wasser auf, auf dem Herd rühren bis alles aufgelöst ist, und soviel verdampft ist, bis es etwas dickflüssiger ist, nicht stark kochen lassen! **Für Faule:** Einfach den Zucker in Wasser anlösen oder pur verwenden.

Die gewaschenen und ggf. zerkleinerten Früchte mit Sirup übergießen oder einfach mit dem Zucker und 100 ml Wasser mischen, ggf. etwas Alkoholisches oder Fruchtsaft dazu geben. Ziehen lassen. Nach einigen Stunden abgießen und den aufgefangenen Saft im Topf einkochen bis er dickflüssig ist. Abkühlen lassen und wieder zurück zu den Früchten geben, kühlen.

Für den Keks-Boden die Kekse zerkleinern und mit der geschmolzenen Butter gut vermischen. In einer Form etwas andrücken, oder auf Backpapier einen großen Keks formen. 10–15 Min. bei 175 °C backen. Den noch warmen Boden mit einem Löffel in die Dessertgläser geben, leicht andrücken, etwas für die Deko zurückhalten. Den Quark pur, oder mit Frischkäse etc. mischen, mit etwas Sahne verrühren, Puderrucker löffelweise dazugeben. Die Quarkcreme im Wechsel mit den Früchten in die Gläser geben. Mit den restlichen Früchten und Kekskrümel abschließen, kalt stellen.

# *Panna Cotta* *mit karamellisierten Pfirsichen*

Empfohlen von Gudrun Gutman,  
Mitglied des Aufsichtsrates

## Zubereitung

Sahne und Milch in eine Pfanne geben. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden, das Mark herauskratzen und zusammen mit der Schote zur Sahnemischung geben. Den Zucker beifügen. Langsam unter Rühren aufkochen. Dann halb zugedeckt auf kleiner Flamme ca. 15 Min. leise kochen lassen. Inzwischen die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Sahnemischung vom Feuer nehmen. Die Gelatineblätter leicht ausdrücken und beifügen. Unter Rühren auflösen. Förmchen kalt ausspülen und die Sahnemischung einfüllen. Im Kühlschrank mindestens 4 Std. festwerden lassen. Die Pfirsiche kurz in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken, die Haut abziehen, die Früchte halbieren und den Stein entfernen. Die Pfirsiche in Schnitze schneiden. In einer großen Pfanne den Zucker zu hellbraunem Karamell schmelzen. Die Pfirsichschnitze darin wenden. Mit dem Orangensaft und dem Weißwein ablöschen. Die noch verbleibende aufgeschlitzte Vanilleschote beifügen. Die Pfirsiche zugedeckt auf kleiner Flamme knapp weich kochen. Mit einer Schaumkelle herausheben und in eine Schüssel geben. Den verbliebenen Saft etwas einkochen lassen. Über die Pfirsiche geben.

Zum Servieren die Förmchen mit der Panna Cotta kurz in heißes Wasser stellen, sofort auf Teller stürzen und mit Pfirsichschnitzen und Saft umgießen.

## Zutaten

(für 4 Personen)

300 ml	Sahne
200 ml	Milch
2	Vanilleschoten
50 g	Zucker
2 Blätter	Gelatine
500 g	Pfirsiche
50 g	Zucker
1	Orange, Saft
100 ml	Weißwein lieblich



# Caffè corretto mousse

Empfohlen von Hiltrud Merklein,  
Empfang/Sekretariat

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 1 Eigelb
- 30 g Zucker
- 1 Blatt Gelatine, eingeweicht  
und abgetropft
- 50 ml Espresso, heiß, stark
- 1 Eiweiß
- 1 Prise Salz
- 100 ml Sahne, steif geschlagen
- n. B. Grappa

## Zubereitung

In einer Schüssel das Eigelb mit dem Zucker rühren, bis die Masse hell ist. Abgetropfte Gelatine im heißen Kaffee auflösen und dann unter die Ei-Zucker-Masse rühren. Die Masse kühlstellen, bis sie am Rand leicht fest wird.

Aus dem Kühlschrank nehmen und glatt rühren. Das Eiweiß mit dem Salz steif schlagen und abwechselnd mit der steif geschlagenen Sahne unter die Masse ziehen.

Die fertige Masse in vier Espressotassen mit je etwa 100 ml Fassungsvermögen verteilen und diese zugedeckt 2–3 Std. kühlstellen. Vor dem Servieren etwas Grappa darüber träufeln.

Wenn Kinder auch eine Tasse möchten, wird bei ihnen selbstverständlich kein Grappa darüber gegossen!



# Kürbiskernöl-Parfait

Empfohlen von Alfred Schwarz,  
Aufsichtsratsvorsitzender &  
Wohnanlagenverwalter Ebensee

## Zubereitung

Zuerst schlägt ihr den halben Liter Schlagsahne steif und stellt ihn in den Kühlschrank. Nun setzt ihr einen Wasserbadeinsatz in einen mit Wasser gefüllten Topf. (Das Wasser im Topf darf ruhig schön heiß werden; kochen sollte es vorsichtshalber nicht, damit die Masse später im Wasserbad nicht stockt.) Den Zucker vermischt ihr mit dem Vanillemark aus der ausgekratzten Vanilleschote. Jetzt nur noch den fertigen Vanillezucker, mit Eigelb und Kürbiskernöl im Wasserbad ein paar Minuten aufschlagen, bis sich eine homogene Masse gebildet hat. Am Ende vermengt ihr die Zucker-Kürbiskern-Ei-Masse mit der steif geschlagenen Sahne und füllt alles in eine Kastenform. Die schiebt ihr am besten am Abend vorher abgedeckt mit Frischhaltefolie in den Froster. Das dauert schon mindestens 6 Std., bis es komplett durchgefroren ist.

Vor dem Servieren den Boden der Kastenform kurz unter heißes Wasser halten und dann stürzen. Scheiben abschneiden und mit Kürbiskernöl, sowie Kürbiskernen servieren.

## Zutaten

(für 6 Personen)

140 g	Zucker
1	Vanilleschote
4	Eigelb
6 cl	Kürbiskernöl
½	500 ml Schlagsahne



# Zitronen- Tiramisu

Empfohlen von Hiltrud  
Merklein, Empfang/Sekretariat

## Zutaten

(für 4 Personen)

3	Zitronen
120 g	Zucker
200 g	Mascarpone
200 g	Magerquark
200 ml	Rahm
2 EL	Limoncello
110 g	Löffelbiskuits

## Zubereitung

Von 2 Zitronen Schale fein abreiben. 2 Zitronen auspressen. Zitronensaft mit 50 g Zucker aufkochen und ca. 5 Min. sirupartig einköcheln lassen. Auskühlen lassen.

Mascarpone, Quark, restlichen Zucker, Zitronenschale und 1 EL Zitronensirup mit dem Handrührgerät glatt rühren. Rahm steif schlagen und unter die Masse heben.

Limoncello mit restlichem Zitronensirup mischen. Die Hälfte der Löffelbiskuits nacheinander in den Zitronensirup tauchen. Formenboden damit auslegen. Die Hälfte der Creme darüber verteilen. Restliche Löffelbiskuits einzeln in den Zitronensirup tauchen und auf die Creme legen. Restliche Creme darüber verteilen. Vor dem Servieren ca. 2 Std. kühl stellen.

Zum Servieren von der restlichen Zitrone Schale mit einem Zestenmesser in Streifen abziehen. Tiramisu damit bestreuen.



# Dobostorte

Empfohlen von Annemarie Milles,  
Finanzbuchführung

## Zubereitung

Von 7 Eiern das Eigelb vom Eiweiß trennen, Eigelb in einem Schälchen zur späteren Verarbeitung aufbewahren. Eiweiß zu sehr steifem Schnee schlagen, Zucker zugeben und weiter schlagen bis sich der Zucker aufgelöst hat. Eigelb dazugeben und alles vermischen. Mehl darüber sieben und vorsichtig unterheben. Diese Masse nun gleichmäßig auf die Tortenform streichen und 10 einzelne Böden backen. Eier, Zucker und Vanillezucker rühren bis sich der Zucker aufgelöst hat, danach die Milch dazugeben und kochen bis die Masse steif ist. Zwischenzeitlich die Schokolade schmelzen. Die geschmolzene Schokolade langsam unter die heiße Creme rühren.

Die Creme auskühlen lassen und nach und nach die Butter einrühren bis sich eine homogene Masse ergibt. Die Teigböden mit Creme bestreichen, wenn die Torte mit allen 10 Schichten aufgebaut ist, rundherum und oben mit der restlichen Creme bestreichen und verzieren.

## Zutaten

für den Teig

7 Eier  
7 EL Zucker  
6 EL Mehl

für die Creme

5 Eier  
10 EL Zucker  
1 Pck. Vanillezucker  
2 EL Milch  
100 g Milkschokolade  
50 g Zartbitterschokolade  
150 g Butter

# Nusstorte

Empfohlen von Annemarie Milles,  
Finanzbuchführung

## Zutaten

für den Boden

- 4 Eier
- 4 EL Zucker
- 2 EL Walnüsse gemahlen
- 2 EL Semmelbrösel
- 1 TL Mehl

für die Creme

- 260 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 400 g Walnüsse gemahlen
- 600 ml Milch
- 1 Eigelb
- 200 g Butter

## Zubereitung

Eier trennen, das Eiweiß steif schlagen, Zucker einrieseln lassen. Die Eigelbe einzeln darunter schlagen bis die Masse steif ist. Nüsse, Semmelbrösel und Mehl vermengen, auf den Eischnee geben und vorsichtig unterheben. Die Masse in gefetteter bemehlter Tortenform (28 cm) ca. 25 Min. bei 200 °C backen. 3 Tortenböden backen.

Milch mit Zucker und Vanillezucker kochen bis die Masse sämig wird, danach die Nüsse dazugeben und weiter kochen bis die Nüsse weich sind. Wenn die Nüsse weich sind das Eigelb dazu und noch ca. 2 Min. kochen, von der Kochstelle nehmen und auskühlen lassen. Danach die Butter unterrühren.

Die Tortenböden mit Creme bestreichen, aufeinander legen, außen bestreichen, mit gemahlene Walnüssen bestreuen und mit halben Walnüssen verzieren.

# Weichsellikör

Empfohlen von Harald Schreiber,  
Leitung Technik

## Zubereitung

Weichseln und Zucker schichtenweise in ein etwa 3l-Glas geben, leicht mit einem Tuch zubinden und einen kleinen Teller darüber legen. Sieben Tage in der Sonne stehen lassen; in dieser Zeit einmal leicht durchschütteln damit der Zucker sich komplett auflöst. Weingeist dazugeben, durchmischen, Luftdicht verschließen und 8–10 Wochen an einen kühlen Ort stellen.

Abseihen und in trockene Flaschen füllen, mit ausgekochten Korken zustopfen (oder gleich Flaschen mit Schraubdeckel verwenden) und eventuell noch ein paar Wochen ruhen lassen.

Verbleibende Weichseln können als kleine Nascherei (nich für Kinder! und auch nicht vor Autofahrten!) im Winter verwendet werden.

**Anmerkung:** Rezept funktioniert auch mit Heidelbeeren

**Achtung:** Endprodukt soll mindestens 30 % Alkohol enthalten ansonsten bleibt es trüb.

## Zutaten

(für ca 1,5 Liter)

2 kg	Weichseln (Sauerkirschen)
500 g	Zucker
400 ml	Weingeist 96 % (gibt es manchmal bei der BayWa)



# Kalter Hund

Empfohlen von Frank Rauer,  
Hausmeister Langwasser

## Zutaten

(für 4-6 Personen)

1,2 kg	Kokosfett
500 g	Puderzucker
200 g	Kakaopulver
12	Eier
1 TL	Rum
8 Pck.	Butterkekse

## Zubereitung

Das Kokosfett im Topf schmelzen und abkühlen lassen. Mit dem Puderzucker, dem Kakao, den Eiern und dem Rum glatt rühren.

Eine Kastenform mit Frischhaltefolie auslegen und den Boden dünn mit der Creme bestreichen. Dann abwechselnd die Butterkekse mit der Creme so einschichten, dass der Kuchen mit der Creme abschließt.

Nun im Kühlschrank 2 Std. kalt stellen. Dann stürzen und in Scheiben schneiden.



# *Schneller Apfelkuchen*

Empfohlen von Harald Schreiber,  
Leitung Technik

## Zubereitung

Äpfel schälen und in feine Scheiben schneiden. Eier, Zucker und Vanillezucker schaumig mixen, geriebene Zitronenschale dazu, weiche Butter zugeben und gut verrühren, Mehl und Backpulver mischen und unterrühren. Die Apfelscheiben unter den Teig heben. Die Mischung auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen.

Bei 200–220 °C, ca. 30 Minuten backen.

Puderrucker mit dem Zitronensaft der gesamten Zitrone zum Guss verrühren und auf den heißen Kuchen verteilen, danach auskühlen lassen und in Stücke schneiden.

## Zutaten

250 g	Butter
250 g	Zucker
5	Eier
1 Prise	Salz
1 Pck.	Vanillezucker
350 g	Mehl
1 Pck.	Backpulver
1	Zitrone, unbehandelt
1 kg	Äpfel
250 g	Puderrucker



# Gebackene Bananen

Empfohlen von  
Christine Teiwes, Mietverwaltung

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 60 g Mehl
- 20 g Stärkemehl
- 10 EL Wasser
- 1 TL Backpulver
- 1 EL Zucker
- 1 Prise Salz
- Öl, zum Fritieren
- n. B. Banane oder Ananas
- Honig nach Belieben

## Zubereitung

Bananen schälen und in Scheiben schneiden. Mehl, Wasser, Backpulver, Salz und Zucker zu einem dünnen Teig verarbeiten. Die Bananenstücke in den Teig eintauchen und im heißen Öl goldbraun fritieren. Honig (nach Belieben) mit etwas Wasser verrühren und mit einem kleinen Löffel wenig darüber träufeln.



# Kokosbällchen

Empfohlen von  
Irene Taubmann, Technik

## Zubereitung

Die Eier trennen, Eiweiß mit Salz und der Hälfte Zucker steif schlagen, den Zucker dabei langsam einrieseln lassen. Eigelb mit Wasser, dem restlichen Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Eiweiß und Eigelbmasse vorsichtig mischen und das Mehl langsam unterheben. Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen und bei 150 °C, 25–30 Min. backen.

Nach dem Abkühlen den Teig in eine große Schüssel geben und zerpfücken. Magerquark, Schmand, Sahne, Sahnesteif, Zucker, Vanillezucker und Amaretto zu den Bröseln geben und alles vermischen, bis es eine schöne glatte Masse gibt.

Danach Kugeln in Eigröße formen und die leicht feuchten Kugeln in Kokosflocken wälzen. In Muffinpapierförmchen setzen und servieren.

Halten sich im Kühlschrank einige Tage frisch.

## Zutaten

(für ca. 25 Bällchen)

7	Eier
1 Prise	Salz
5 EL	kalt Wasser
200 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
200 g	Mehl
1 Pck.	Backpulver
250 g	Magerquark
1 Becher	Schmand
2 Becher	Sahne
2 Pck.	Sahnesteif
50 g	Zucker
2 Pck.	Vanillezucker
125 ml	Amaretto
1 Pck.	Kokosraspel

# Wundertorte

Empfohlen von Harald Schreiber,  
Leitung Technik

## Zutaten

für den Teig

4	Eier
300 g	Zucker
100 ml	Wasser
100 g	gemahlene Walnüsse (6 gehäufte EL)
200 g	Mehl
1 Prise	Salz
	geriebene Zitronenschale
1 Pck.	Backpulver (mit Zitronensaft aufgelöst)
2 Pck.	Vanillezucker
ca. 100 ml	Mezzomix, Cola oder Fanta

für die Füllung

200 g	gemahlene Walnüsse
100 g	Zucker
400 g	Sahne
2 Pck.	Sahnesteif
2 Pck.	Vanillezucker

## Zubereitung

**Teig:** 4 Eiweiß, 200 g Zucker, 2 Pck. Vanillezucker, 1 Prise Salz und löffelweise 200 g Wasser steif schlagen. 4 Eigelb mit 100 g Zucker, 100 ml Wasser (löffelweise) schaumig rühren. Zitronenschale, Backpulver (in Zitronensaft aufgelöst), 6 gehäufte Löffel Walnüsse und 200 g Mehl zugeben. Alles zusammenrühren und in eine gefettete Tortenform geben.

Backen bei 200–220 °C, ca. 25 Min. in vorgeheizter Backröhre.

**Füllung:** 200 g gemahlene Nüsse, 2 Pck. Vanillezucker, 70 g Zucker und 2 Löffel Wasser aufkochen, auskühlen lassen. Sahne mit 2 EL Zucker, 2 Pck. Sahnesteif und 2 Pck. Vanillezucker steif schlagen. Sahne löffelweise in die ausgekühlte Nussmasse langsam einrühren.

Tortenboden teilen, mit Mezzomix (altern. Zuckerwasser) beide Hälften vor dem Füllen tränken. Die Hälfte der Füllung auf die untere Tortenbodenhälfte streichen, die obere Hälfte darüberlegen und mit der restlichen Füllung bestreichen.

Über Nacht kühl stellen (schmeckt am nächsten Tag besser, weil besser „durchgezogen“).

# Tarte au citron

Empfohlen von Hiltrud Merklein,  
Empfang/Sekretariat

## Zubereitung

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Für den Mürbeteig aus Mehl, Zucker, Salz, Eigelb und Butter einen geschmeidigen Teig herstellen. Den Teig in Folie wickeln und 30 Min. kühl ruhen lassen.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche rund ausrollen. Eine Tarteform (Durchmesser 24–26 cm) einfetten und mit dem Teig auskleiden, dabei einen kleinen Rand bilden. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen.

In der Zwischenzeit für die Füllung der Tarte die Vanilleschote der Länge nach aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Die Zitronen heiß abspülen, trocken tupfen, von einer Zitrone 4 dünne Scheiben abschneiden und beiseite legen, restliche Zitrone auspressen. Von den restlichen 2 Zitronen die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Eier, Eigelb und Zucker schaumig schlagen. Zitronensaft und -schale und Crème fraîche dazugeben und verrühren.

Die Zitronencreme auf den Teigboden gießen, die beiseite gelegten Zitronenscheiben darauf verteilen. Die Tarte au citron im Ofen 35–40 Min. backen, dabei zwischendurch eventuell mit Backpapier abdecken. Aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren abkühlen lassen.

## Zutaten

	für den Teig
200 g	Mehl
50 g	Zucker
1 Prise	Salz
1	Eigelb
120 g	Butter (kalt)
	für die Füllung
3	Bio-Zitronen
4	Eier
2	Eigelb
200 g	Zucker
150 g	Crème fraîche oder Schmand

# Grießschnitten

Empfohlen von  
Irene Taubmann, Technik

## Zutaten

(für 4 Personen)

100 g	Grieß
500 ml	Milch
3 EL	Zucker
1 EL	Butter
1 Pck.	Vanillezucker
etwas	Zitronensaft
2	Eigelb
	braunen Zucker
	(Kondens) Milch
	Semmelbrösel

## Zubereitung

Die Milch mit Zucker und Butter, Vanillezucker (und/oder Zitronenschale) und Salz aufkochen lassen. Den Grieß hinzufügen. Kräftig rühren, damit keine Klümpchen entstehen und zu einem festen Brei kochen lassen. Vom Herd nehmen und noch heiß mit den beiden Eigelben vermischen. Ca. 2 cm dick auf ein mit Backpapier belegtes Brettchen o. ä. streichen. Mit dem braunen Zucker bestreuen und erkalten lassen.

In beliebig große Stücke schneiden. Mit (Kondens)Milch und Semmelbrösel panieren. In der gebutterten Pfanne kurz von beiden Seiten anbraten.

Dazu schmeckt Obst in jeglicher Form, auch als Kompott.



# Schneenockerl

Empfohlen von Annemarie Milles,  
Finanzbuchführung

## Zubereitung

Eier trennen, das Eigelb für die Sauce beiseite stellen. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden. Die Milch mit der gespaltenen Vanillestange zum Kochen bringen. Das Eiweiß zu sehr steifem Schnee schlagen. Mit einem in die heiße Milch getauchten Esslöffel kleine Schneenockerl abstechen, diese in die heiße Milch gleiten lassen, leicht bewegen und wenden. Die Schneenockerl nach 4–5 Min. mit einem Schaumlöffel aus der Milch nehmen und auskühlen lassen.

Eigelb mit dem Zucker rühren bis die Masse flaumig wird, dann das Mehl dazu und in die kochende Milch eingießen, bei milder Hitze so langeiterrühren bis die Masse cremig eindickt. Die Creme in eine Glasschüssel gießen und ebenfalls auskühlen lassen. Während des Auskühlens die Creme immer wieder umrühren. Die ausgekühlten Schneenockerl auf der Creme verteilen.

Die Schneenockerl gut gekühlt servieren, mit Schokoflocken verzieren.

## Zutaten

1 l	Milch
1/2	Vanilleschote
6 EL	Zucker
6	Eier
1 TL	Mehl
	Schokoflocken



# *Schwarzwälder Kirsch-Dessert*

Empfohlen von  
Irene Taubmann, Technik

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 1 Biskuit (Wiener Boden,  
dunkel)
- n.B. Amaretto
- 200 g Mascarpone
- 100 g Quark
- 60 g Naturjoghurt
- 100 g Schlagsahne
- 2 EL Zucker
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Glas Schattenmorellen
- 1/2 Pck. Rote Grütze
- 80 g Kekse (Amarettini)



## Zubereitung

Am Vortag die Schattenmorellen abtropfen lassen, den Saft auffangen. Den Saft mit dem Rote-Grütze-Pulver nach Packungsanweisung, aber ohne Zugabe von Zucker zubereiten und die Schattenmorellen sofort in die noch heiße Flüssigkeit geben. Über Nacht kaltstellen und durchkühlen lassen. Glasgefäß zum Anrichten aussuchen, z. B. eine Sektschale oder Trinkgläser. Aus dem Biskuitboden der Glasbodengröße entsprechende Kreise ausschneiden und als Grundlage auf den Boden legen. Mit Amaretto beträufeln und einige Minuten durchziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Amarettini grob zerbröseln. Die Sahne steifschlagen. Mascarpone, Quark und Joghurt mit Zucker und Zitronensaft glatt rühren. Dann die steifgeschlagenen Sahne unterheben. Eine dünne Schicht Amarettinibrösel auf dem Biskuit verteilen. Kirschen und Creme nacheinander in das Glas schichten. Mit dem Schichten weiter verfahren, bis die Zutaten aufgebraucht sind. Als letzte Schicht mit Amarettinibröseln bestreuen (erst kurz vor dem Servieren, damit sie schön knusprig bleiben). Eventuell eine Zwischenschicht Amarettini weglassen, falls es sonst nicht reicht.

Kann sofort serviert werden, ansonsten bis zum Servieren kaltstellen. Wer auf Alkohol verzichten möchte, kann einfach ein bisschen Kirschsafte zum Beträufeln nehmen.

# Palatschinken

## *kroatische Art*

Empfohlen von  
Raimund Wölfel, Vorstand

### Zubereitung

**Palatschinkenteig:** Die Eier mit Zucker, Salz, der Hälfte der Milch und dem Mehl verquirlen, bis kein Klümpchen mehr zu sehen ist. Die restliche Flüssigkeit dazugeben bis ein dünnflüssiger Teig entsteht. Ein Probebacken ist immer empfehlenswert. Ist der Teig zu dick, mit Mineralwasser oder Milch verdünnen. Reißt der Teig beim Backen, mit einem Ei oder etwas Mehl dicker machen.

**Backen:** Eine antihafbeschichtete Pfanne (mit Deckel) erhitzen. Etwas Öl oder Fett dünn verteilen und mit einer Schöpfkelle den Teig (gerade soviel, dass der Pfannenboden durchgängig dünn bedeckt wird) in die Mitte geben. Durch Schwenken der Pfanne den Teig gleichmäßig verteilen. Bei mäßiger Hitze backen. Ist die eine Seite goldgelb, wird der Palatschinken mit einem Pfannenwender oder durch geschicktes Hochwerfen umgedreht. Die Pfannkuchen auf einem Teller stapeln und abgedeckt halten.

**Füllen:** Zutaten miteinander vermengen und die Palatschinken mit der Quarkmischung füllen und aufrollen. In der Pfanne nebeneinander aufreihen.

**Fertigstellung:** Die Saucenzutaten werden miteinander verrührt und über die aufgereihten Palatschinken gegossen. Pfanne mit Deckel abdecken und im Backofen nochmals kurz erwärmen.

### Zutaten

(für 8–10 Stück)

für den Teig

3	Eier
400 g	Mehl
600 ml	Milch
100 ml	Mineralwasser (mit Kohlensäure)
1 Prise	Salz
1 TL	Zucker
	Öl oder Fett zum Backen

für die Füllung

400 g	Quark
1	Ei
1 Pck.	Vanillezucker
1	Zitrone, Abrieb

für die Soße

340 g	Kondensmilch, (4–10% Fett)
1 EL	Zimt
1 TL	Zucker

# Erdbeer-

Empfohlen von  
Agnes Wenz, Verwaltung

# Milchreis

## Zutaten

(für 2 Personen)

500 g	Erdbeeren
200 g	Milchreis
120 ml	Schlagsahne
30 g	Puderzucker
2 EL	Zitronensaft
1/2 Pck.	Sahnesteif
1 Pck.	Vanillezucker

## Zubereitung

Erdbeeren waschen, gut abtropfen lassen und putzen. 100 g Erdbeeren mit Zitronensaft und Puderzucker fein pürieren. Die restlichen Erdbeeren vierteln und mit dem Püree mischen. Schlagsahne mit Sahnesteif und Vanillezucker steifschlagen und unter den Milchreis heben. Abwechselnd mit den Beeren in 2 Gläser schichten.



# Süßes Kürbis- Zupfbrot

Empfohlen von  
Irene Taubmann, Technik

## Zubereitung

**Für den Hefeteig** das Mehl mit dem Zucker, der fein zerbröselten Hefe und dem Salz mischen. Die flüssige Butter mit der lauwarmen Milch und dem Wasser mischen und zur Mehlmischung geben. Dann die Eier hinzugeben. Alles einige Minuten gut zu einem gleichmäßigen Teig verkneten. Zum Schluss noch das Kürbismus unterkneten. Den Teig abgedeckt ca. 1 Std. an einem warmen Ort gehen lassen. Eine Kastenform fetten. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

**Für die Füllung** die flüssige Butter mit dem Rohrzucker und dem Zimt mischen. Den Teig zu einer großen rechteckigen Platte ausrollen (ca. ½ cm dick) und mit der Füllung bestreichen. Dann den Teig in Streifen schneiden, die der Breite der Kastenform entsprechen und die Streifen aufeinander legen. Diese Streifen nun nochmal quer in Stücke schneiden, die der Höhe der Kastenform entsprechen. Die ganzen Teigschichten nun hintereinander in die gefettete Kastenform schichten. Nochmal 10 Min. gehen lassen. Dann für ca. 45–55 Min. backen. Die Oberfläche sollte schön goldbraun sein. Evtl. mit Alufolie abdecken.

**Für die Glasur** die flüssige Butter zuerst mit dem Puderzucker vermischen und danach den Frischkäse gut unterrühren. Den noch warmen Kuchen damit bestreichen.

## Zutaten

	für den Hefeteig
500 g	Weizenmehl
50 g	Zucker
1 Würfel	Hefe
1/2 TL	Salz
75 g	flüssige Butter
50 ml	lauwarme Milch
50 ml	lauwarmes Wasser
2	Eier
100 g	Kürbispüree
	für die Füllung
75 g	flüssige Butter
100 g	brauner Rohrzucker
1/2 TL	Zimt
	für die Glasur
2 EL	flüssige Butter
2 EL	Puderzucker
2 EL	Frischkäse



# *Impressum*

**Herausgeber** / Wohnungsgenossenschaft Noris eG,  
Herbartstraße 30, 90461 Nürnberg, [www.wgnoris.de](http://www.wgnoris.de)

**Texte** / Wohnungsgenossenschaft Noris eG

**Bilder** / Wohnungsgenossenschaft Noris eG

**Lektorat** / Wohnungsgenossenschaft Noris eG und com-a-tec GmbH

**Gestaltung und Satz** / Stephanie Klier, com-a-tec GmbH

**Papier** / Umschlag: 270 g/m<sup>2</sup> Oxford smoked, Inhalt: 150 g/m<sup>2</sup> Bilderdruck matt

**Druck** / Stober GmbH, Druckerei und Verlag

**Auflage** / 1. Auflage 2018, 3.000 Stück

**Copyright Wohnungsgenossenschaft Noris eG** / Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Buches darf in irgendeiner Form (durch Fotografie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.



