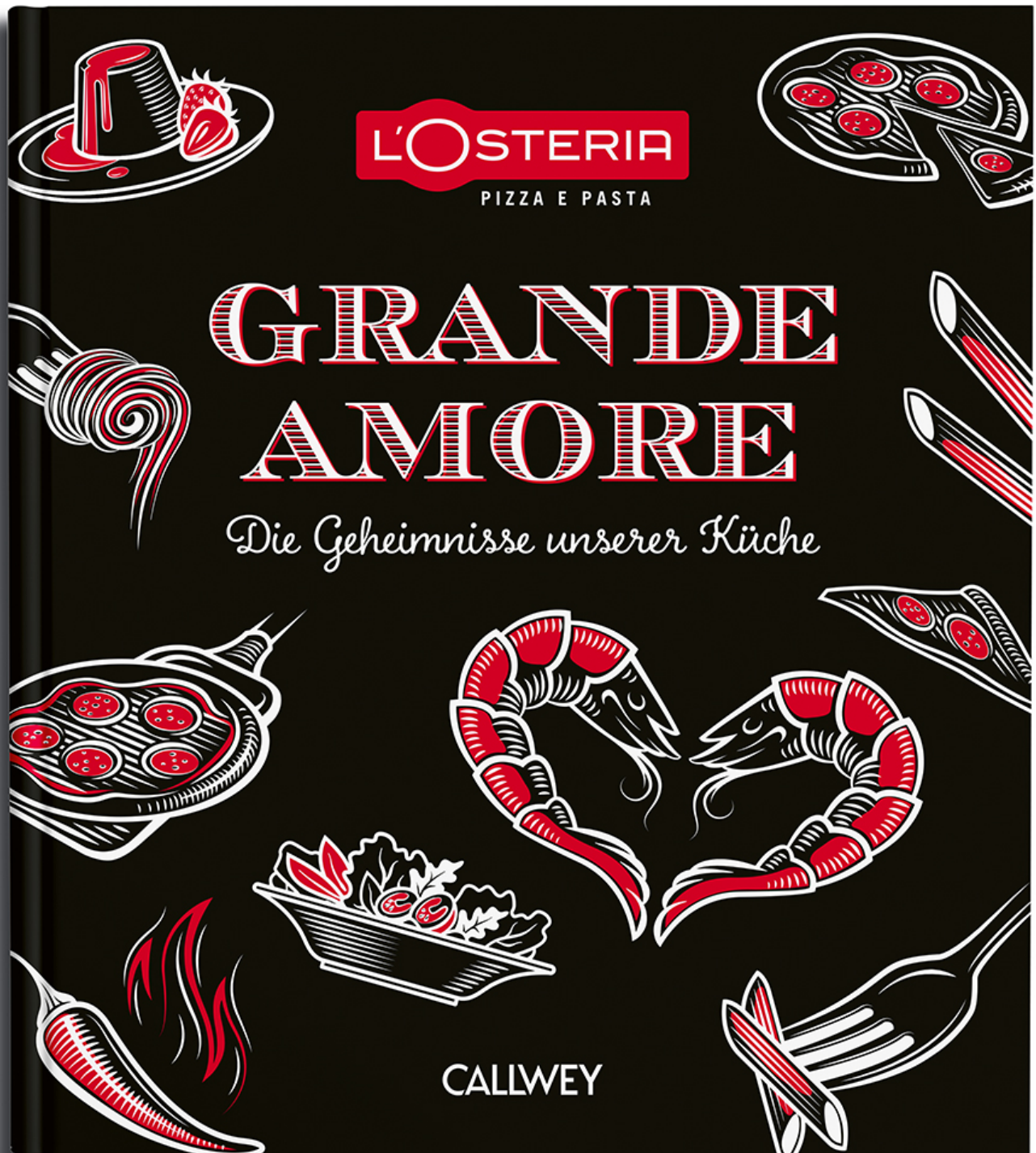


Buchvorstellung: L'Osteria Grande Amore



Heute gibt es wieder Lesefutter! Und dazu muss ich ein Geständnis machen: Bis vor kurzem hatte ich noch nie von

L'Osteria gehört. Keine Ahnung, wie das passieren konnte, so italienbegeistert, wie ich bin.

Witzigerweise erwähnte ein Kollege von mir, dass er an diesem Buch mitarbeitet und kurz darauf eröffnete die erste L'Osteria in meiner Stadt. Da musste ich sie natürlich direkt testen und ging mit zwei Freunden dort essen. Ich muss sagen, dass ich bei großen Restaurantketten grundsätzlich skeptischer bin als bei anderen Restaurants. Aber ich wurde positiv überrascht – nicht nur von der Größe der Pizza. Besonders gut fand ich, dass man seine Pizza halb/halb belegen lassen kann. So fällt die Wahl zwischen all den Belägen nicht ganz so qualvoll aus.

Da wollte ich natürlich mehr über das Unternehmen L'Osteria erfahren, das aktuell 25. Jubiläum feiert, und durfte netterweise vor der heutigen Veröffentlichung schon mal durchs Buch blättern. Schauen wir mal rein:



Über L'Osteria

Die erste L'Osteria eröffnete im Jahr 1999 in Nürnberg. Sie wurde schnell zum Geheimtipp. Das Konzept des „netten Italieners von nebenan“ der Gründer Friedemann Findeis und Klaus Rader ging auf und wurde schnell zur Erfolgsgeschichte. Bald gab es Lokale in ganz Deutschland, schließlich wurde 2011 in Österreich das erste Mal Auslandsluft geschnuppert. Mit der Schweiz, England, Tschechien, den Niederlanden, Frankreich, Luxemburg und Polen kamen sieben weitere europäische Länder hinzu. Aktuell ist L'Osteria an über 180 Standorten in neun Ländern vertreten.

 INHALT <i>La mia pizza, la mia pasta, la mia passione.</i> 	
EINLEITUNG	
Vorwort Holger Stromberg erzählt	06
Dinnergespräch Ein Get-together der Gründer	10
INSALATA, ANTIPASTI & CO.	
Antipasti Bunt, sinnlich, lecker!	30
Rezepte Gegrillter Radicchio Focaccia Insalata Primavera Insalata Asparagi Insalata Supernova Burrata	32 34 36 38 40
Goldene Regeln beim Kauf eines Olivenöls	44
Rezepte Insalata Funghi alla Griglia Caprese Verdure e Frutti Insalata di Fafafoto Insalata Pollo & Avocado Mozzarella di Verduce	46 48 50 52 54
Der blaue Salzstreuer Ein echtes Stück Italien	56
PASTA & CO.	
Pasta Must-know	60
Rezepte Orecchiette di Manzo al Rucola Gnocchi in Weinbrandsauce mit Gamelen Gemischtauglie Linguine al Limone Zoodles mit Walnusspesto und Burrata	64 66 68 70 72
Was macht einen richtig guten Parmesan aus? Tipps & Tricks für den nächsten Einkauf	76
Rezepte Maccheroncini all'Amatriciana Gnocchi Erbe Fini (con Polio) Pappardelle Noci e Rucola Strozzapreti Polio e Paprika Spaghetti Asparagi con Salsiccia Fresca	78 80 82 84 86
5 Geheimnisse einer richtig guten Pasta	88
Rezepte Spaghetti Pesto Aglio Orsino Spaghetti Arlecchino Ravioli Primavera Tagliolini neri Delizia Risotto Milanese	90 92 94 96 98
„Pastificio No. 12“: aus Liebe zur Pasta Warum L'Osteria sich entschlossen hat, in der eigenen Pastamanufaktur zu produzieren	100

 INHALT <i>La mia pizza, la mia pasta, la mia passione.</i> 	
PIZZA	
Pizza Must-know	104
Rezepte Pizza Gallinacci Pizza con Zucca Pizza Erbacce Pizza Cip & Cip Pizza Salmone	106 108 110 112 114
5 italienische Filme, die garantiert zu Pizza passen (oder den Appetit wecken)	118
Rezepte Pizza Il Vecchietto Pizza Worldchanger Pizza SVL Italia 04 Pizza Bresaola Pizza Asparagi	120 122 124 126 128
5 verschiedene Pizza-Arten, die jeder kennen muss Romana, Napoletana, al Taglio, US-Style, Pina	130
Rezepte Pizza Salsiccia Fresca Pizza Sogno del Melone Pizza Mirtillo Formaggio Feta Pizza Mortadella Pizza Bò (Calzone)	132 134 136 138 140
Grande Amore Wenn „La Famiglia“ zu einem echten Gefühl wird	142
DOLCE	
Schokolade, Nuss und Karamell L'Osteria setzt auf Kaffee aus der eigenen Rösterei	146
Rezepte Mascarpone-Creme Tiramisù Tiramisù Fragole e Baileys Tiramisù di Nuts Panna Cotta Espresso	148 150 152 154 156
Die perfekte italienische Playlist Für den richtigen Schwung beim Kochen und Essen	158
APERITIVI	
Saluti, Amici! Dieser wundervolle Aperitivo-Moment!	162
Rezepte Campari Spritz Aperol Spritz Negroni Sarti Spritz Ordino Spritz	164 166 168 170 172
Die 10 schönsten Urlaubsorte in Italien Mit persönlichen Favoriten des L'Osteria-Teams	174
Gastgeber „Mach deinen Gast zum Superstar!“	176
Das Friedemann-Licht Kleine Kerze, große Bedeutung	178

Inhalt

Das Buch gliedert sich in 5 Kapitel plus Einleitung sowie „Facts und Mythen“ und „Insiderwissen – Warenkunde“ am Ende.

Neben Rezepten gibt es in jedem Kapitel „Must-knows“, „Goldene Regeln“ oder „5 Geheimnisse“ zu bestimmten Gerichten oder Zutaten. Aufgelockert wird das Buch außerdem durch Unternehmensgeschichte(n), Filmtipps zum Pizzaabend oder der „perfekten italienischen Playlist“ fürs Nachkochen und Genießen.



Zu Beginn gewinnt man Einblicke in die Entwicklung von L'Osteria, die Philosophie dahinter sowie das, was die Gründer antreibt.

Unter den Rezepten sind italienische Klassiker, die jeder kennt, wie „all'Amatriciana“ oder „Risotto milanese“, aber auch ungewöhnlichere Kreationen wie „Pizza mirtillo formaggio feta“ mit Heidelbeeren oder „Gegrillter Radicchio“ als Vorspeise.



Kostprobe?

Alle Gerichte sehen wirklich lecker aus! Ich könnte mich ohne Probleme einmal durchs Buch füttern. Besonders reizvoll fände ich „Caprese verdure e frutti“ mit gegrilltem Gemüse, Büffelmozzarella, Trauben und Granatapfelkernen, die „Linguine al limone“ mit Amalfizitronen oder „Spaghetti asparagi“ mit grünem Spargel und frischer Salsiccia. Die weiße „Pizza con zucca (Kürbis)“ mit Apfel und Rosmarin sieht auch sehr lecker aus, oder die „Pizza salmone“ mit Lachs.

Naschkatzen runden den Festschmaus mit einer „Panna cotta espresso“ ab oder mit einer der drei Varianten von Tiramisù.



Mir gefällt das Buch richtig gut. Die Bilder machen großen Appetit, Seiten wie „Schon gewusst?“ sind unterhaltsam und insgesamt macht das Schmökern in L’Osteria einfach Spaß. Ich werde sicher auch etwas daraus nachkochen. Die „Linguine al limone“ habe ich schon fest im Blick!

Man spürt die Begeisterung für italienische Küche und Fans von Pasta und Pizza werden sicher Freude daran haben.



Ich wünsche euch viel Freude beim Schmökern, Nachkochen und Genießen!

Eure Judith

L'Osteria (Hrsg.), Diana Binder

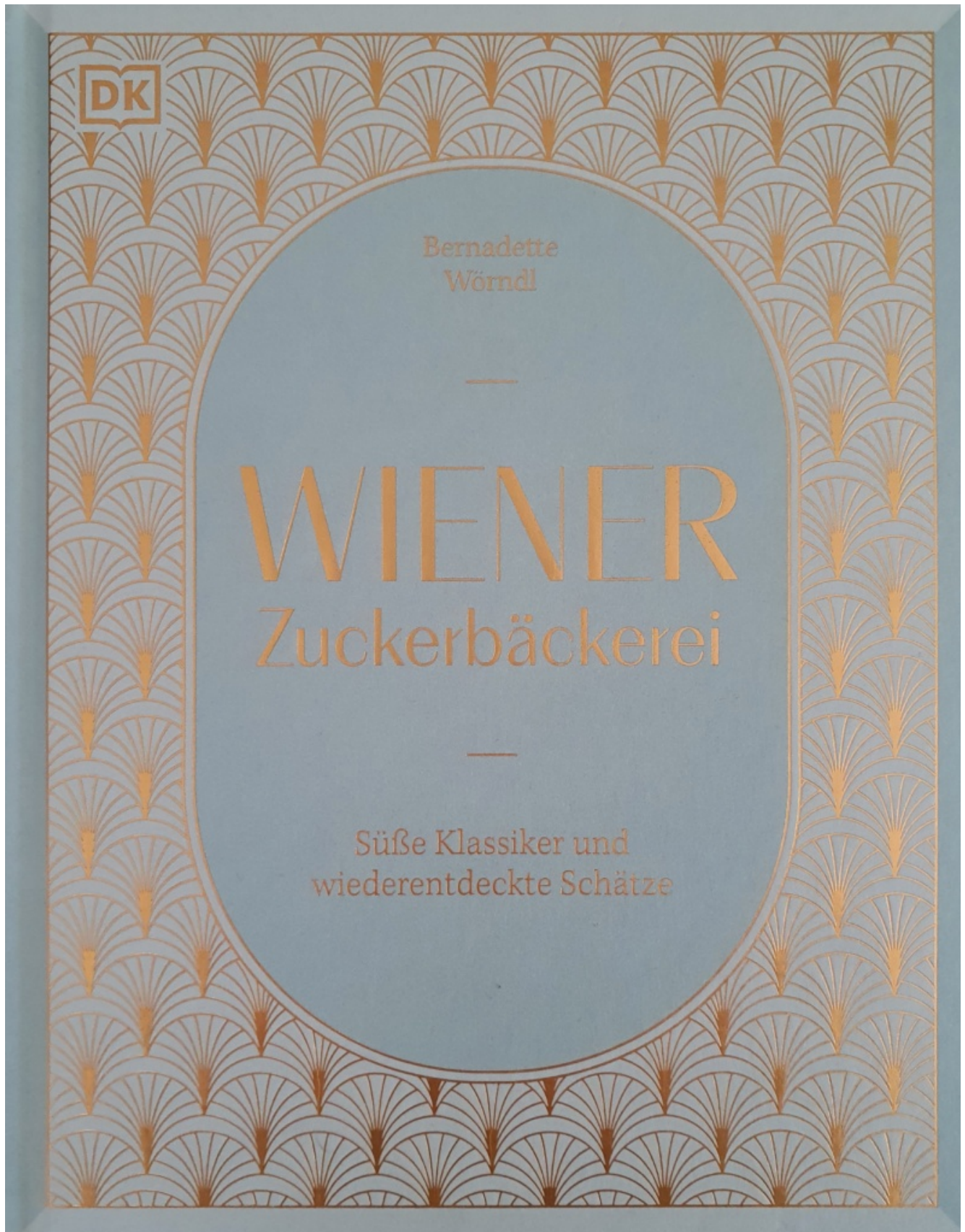
[L'Osteria Grande Amore](#)

Die Geheimnisse unserer Küche

Gebunden, € 39,95

ISBN: 978-3-7667-2743-5

**Buchvorstellung: „Wiener
Zuckerbäckerei“ von
Bernadette Wörndl**



Lesefutter-Tag! Seit Wochen liegt das kürzlich erschienene Buch von Bernadette Wörndl auf meinem Regal. Sie hat süße Klassiker aus Wien zusammengetragen und alte Schätze

wiederentdeckt. Dafür „übersetzte“ sie ein Notizbuch aus dem frühen 20. Jahrhundert, in Kurrentschrift geschrieben, und passte die Rezepte an heutige Einheiten und Maßstäbe an.

Das Rezeptheft stammt von Therese Schulz, die schon als junge Erwachsene als Directrice der Zuckerbäckerei im Grand Hotel in Wien arbeitete. Sie hielt all ihre geheimen Rezepturen fest und vererbte sie an ihre Nichte, die sie wiederum an die Urgroßnichte von Therese weitergab. So landete das Heft in unserer Zeit und bei Autorin Bernadette, die uns in ihrem Buch mitnimmt in die alten Kaffeehäuser Wiens mit ihren zahlreichen süßen Naschereien.

Inhalt

VORWORT 7
EINLEITUNG 9

GLOSSAR 214
REGISTER 216

Kuchen & Tartes

16

Torten

54

Schnitten & Rouladen

78

Teegebäck

98

Mehlspeisen

128

Weihnachtsgebäck

164

Puddings, Cremes & Einkochtes

194

Das Buch gliedert sich in sieben Rezept-Kapitel, eingerahmt von Vorwort und Einleitung sowie Glossar und Register. Für jeden Anlass findet sich etwas, ob simple Kekse oder aufwendige Tortenklassiker.

Zwischendurch gibt es Doppelseiten mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen mit Fotos zum „Torten füllen“ oder zu Germteig (Hefeteig) oder Strudelteig.

Dazwischen lockern Fotos aus Wien – zum Teil historisch – das Buch auf.

Jedes Rezept wird von einigen Worten zum Rezept oder dessen Geschichte eingeleitet. Da lernt man zum Beispiel, dass die Esterházy Schnitten von Budapester Konditoren entwickelt wurden.



Kostprobe?

Wo ich sie schon erwähne – die Esterházy Schnitten mit luftigem Mandelbiskuit und köstlicher Nougatcreme sehen zum Anbeißen aus! Aber auch der Himbeerkuchen, ein vanilliger Rührteig mit Himbeeren, schmeckt köstlich – ich habe ihn schon nachgebacken! Die Kaffeeschaumroulade würde ich sehr gerne probieren und auch bei Marillenknödeln sage ich nicht nein. Und die „Hausfreunde“, Kekse mit Nüssen, Schokolade und kandierten Zitrusfrüchten, habe ich mit Mandeln, Rosinen und Schokolade nachgebacken – köstlich!

Natürlich fehlen auch die Klassiker nicht: Apfelstrudel, Kaiserschmarrn, Germknödel, Sachertorte,...



Das Buch ist wunderschön bebildert und die Rezepte lesen sich alle so gut, dass man sich einmal durchs Buch naschen möchte. Wenn Torten nur nicht so aufwendig wären (ich bin da meistens zu faul und bleibe bei bodenständigem Küchenglück)... Lohnen wird es sich aber auf jeden Fall! Und zwischendurch halte ich mich an die bodenständigeren Naschereien.

Mir gefällt die „Wiener Zuckerbäckerei“ total gut. Sicherlich backe ich noch einiges daraus nach. Falls mein Himbeerkuchen nächstes Mal fotogen wird, gibt es hier auch das Rezept. Letztes Mal sanken mir leider alle gefrorenen Beeren bis zum Boden durch, weil ich nicht auf mein Bauchgefühl hörte und sie kurz mit Mehl bestäubte...



Himbeerkuchen

Bereits im 16. Jahrhundert wurden Himbeeren in den Gärten der Wiener Hofburg angebaut. Im Laufe der Zeit entwickelten sich zahlreiche Rezepte für Kuchen, Torten, Desserts, Marmeladen, Sirups, Eis und vieles mehr. Hier eines für einen schnellen Kuchen, der mit nur einer Rührschüssel auskommt. Anstelle von Himbeeren eignen sich auch Heidelbeeren, Brombeeren oder Stachelbeeren, Kirschen, Pfirsiche, Marillen oder Pflaumen.

Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform (etwa 10 x 30 cm) mit Butter ausstreichen und mit Backpapier auskleiden.

FÜR DEN TEIG Butter, Salz, Zucker, Zitronenschale und Vanillemark in der Küchenmaschine mit dem Schneebesen 5 Minuten schaumig rühren. Eier nach und nach hinzufügen und gut unterrühren. Mehl und Backpulver sieben und abwechselnd mit der Buttermilch in den Teig rühren, bis keine trockenen Stellen mehr zu sehen sind.

Den Teig gleichmäßig in die vorbereitete Kastenform geben und glatt streichen. Die Himbeeren darauf verteilen und sachte in den Teig drücken. Auf mittlerer Schiene 50–60 Minuten goldgelb backen (Stäbchenprobe).

Den Kuchen etwa 15 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann mithilfe des Backpapiers aus der Form heben und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen und nach Wunsch mit Staubzucker bestreut servieren.

Für 1 Kuchen

FÜR DEN RÜHRETEIG

170g zimmerwarme Butter, plus mehr für die Form

1 Prise Salz

170g Zucker

fein abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone

Mark von 1 Vanilleschote

4 zimmerwarme Eier (M)

220g Weizenmehl (universal/Type 405)

10g Weinsteinbackpulver

150g Buttermilch

250g Himbeeren

Staubzucker zum Bestreuen (optional)

KUCHEN & TARTES

Himbeerkuchen
1/2 kg Mehl, 150g Butter, 5 Eier, 170g Zucker, 1 Prise Salz, 1 Zitrone, 1 Vanilleschote, 220g Weizenmehl, 10g Backpulver, 150g Buttermilch, 250g Himbeeren. Alles gut verrühren und in eine Kastenform geben. 50-60 Minuten backen. Mit Staubzucker bestreuen.

Ich wünsche euch genauso viel Spaß mit diesem schönen Backbuch aus dem DK Verlag und viele genussvolle Momente beim Nachbacken und Vernaschen!

Eure Judith

Bernadette Wörndl

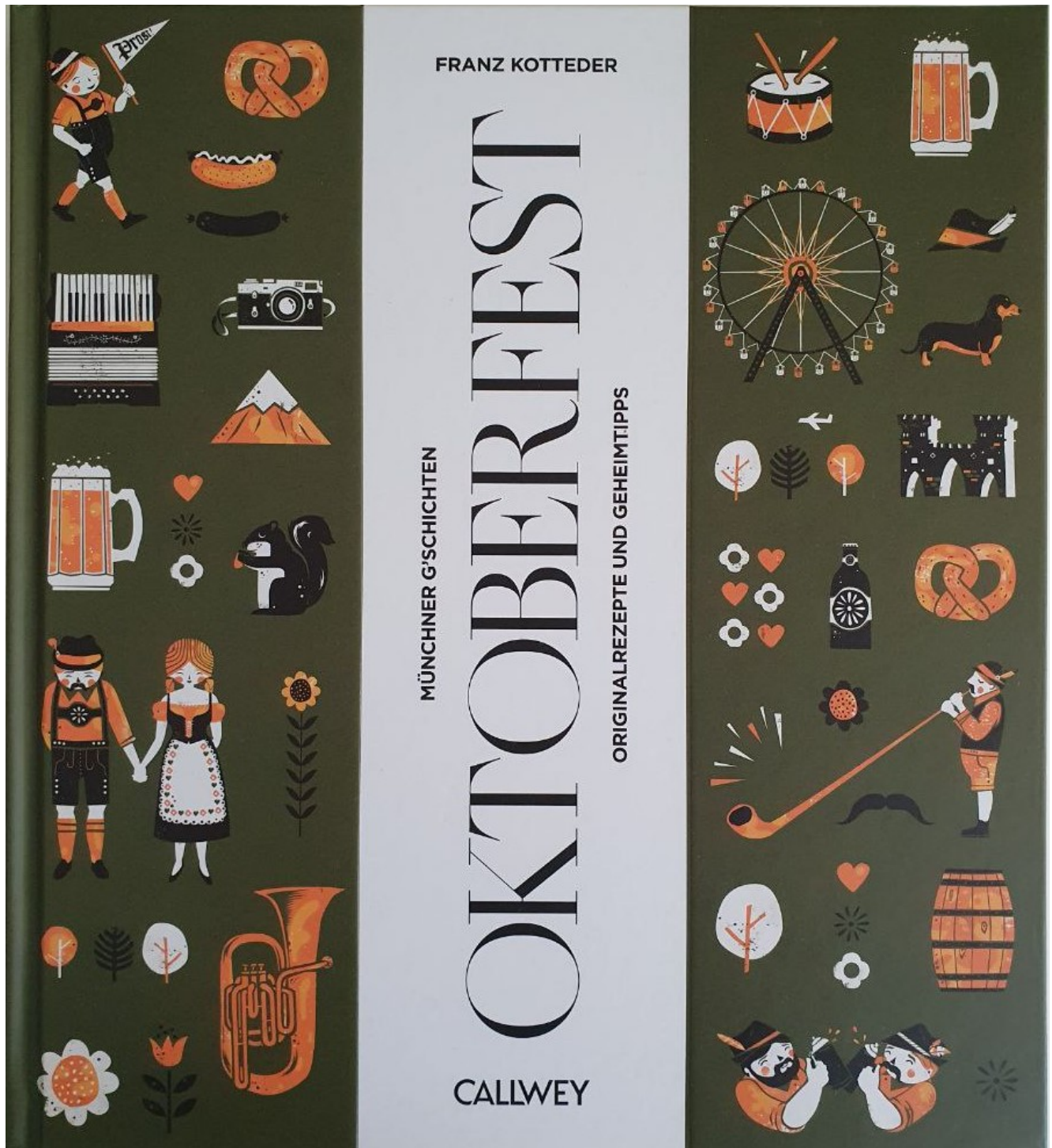
[„Wiener Zuckerbäckerei](#)

[Süße Klassiker und wiederentdeckte Schätze. 75 Rezepte aus dem Fundus einer Zuckerbäckerin im Wien der Goldenen Zwanziger“](#)

29,95 Euro

ISBN 978-3-8310-4857-1

Buchvorstellung: „Münchner G'schichten. Oktoberfest. Originalrezepte und Geheimtipps“



Heute gibt es ein etwas anderes Lesefutter. Wir tauchen ein in jahrhundertealte Kultur, genauer gesagt Bier- und Feierkultur.

Pünktlich zum Herannahen des weltgrößten Bierfestes erschien vor einigen Wochen das Buch über die „Wiesn“ von Franz Kotteder mit Münchner G'schichten, Originalrezepten und Geheimtipps rund ums Oktoberfest.

BUDEN & STANDL

Die kleinen Stände und Buden sind das Salz in der Suppe, hier kann man durchaus einige Entdeckungen machen ... wenn man sie denn findet – oder wiederfindet. Denn für die Kleinen gilt: Jeder darf mal in die erste Reihe, in die Wirtshausstraße. Und kommt im Jahr darauf vielleicht wieder in eine der seitlichen Schaustellerstraßen. Es soll ja schließlich gerecht zugehen.



ALTBAYERISCHER SCHIESSTAND

Von Anfang an war die Wiesn auch ein Schützenfest, die Schützen kamen von nah und fern, um sich hier in ihrer Kunst zu messen. Nicht nur das Schützen-Festzelt und das Armbrustschützenzelt künden bis heute davon, sondern auch die zahlreichen Schießbuden, die auf dem Festgelände stehen. Zur Tradition gehört eben auch, dass angeheiratete Burschen ihrer Angebeteten eine Rose schießen oder – wenn es sich um eher praktisch veranlagte Naturen handelt – einen Schraubenzieher. Das Schießen auf bunte Kunstblumen und andere Aufmerksamkeiten kam aber erst vor knapp hundert Jahren in Mode, anfangs zielte man in den Schießbuden auf kleine Objekte aus Ton, sogenannte „Scherben“ – Sterne, Tabakspfeifen, Tierfiguren oder kleine Zielscheiben. Seit den 1870er Jahren ist das auf dem Oktoberfest nachweisbar. Und den letzten Stand, auf dem man noch wie einst auf Tonobjekte zielen kann, betreibt Ursula-Josefine Steinkir. Ihr „Altbairisches Scherbenschießen“ findet sich meist in einer der Schaustellerstraßen.



122



HERZERL-MALEREI

Es soll schon eine Dame zu ihm gekommen sein, um ihren umgewandelten Lebensgefährten ein Herz aufzuschreiben. „Jahr zur Hölle!“ haben wollte, was vorstehenden Achtbühnenfahrt und weil der feilschen offensiv mit einer anderen geführten halbiert, sagt Michael Schifferl, kommen die Leute. Hiermit trägt er: „Nach ein, zwei Mäusen! Trau dich!“ Dann ist Schifferl mit seinem Herzerlstand gerne ge Anlaufstation. Er bemalt Lebkuchenherzen, in einer halben Stunde, meistens können sie schon eine halbe Stunde nach der Bestellung abgeholt werden. Am liebsten sind ihm natürlich die Lebkuchen, die da kommt es schon mal vor, dass es kurz davor ist, die Antwort auf Lebkuchen bannen darf. „Ja, Schifferl und seine Familie sind ganzjährig mit Lebkuchen beschäftigt und beschriftet auch für Firmenfeiern. Anlässe: www.lebkuchenherzen-bestellen.de“



123

Als in Bad Dürkheim geborene Pfälzerin kenne ich diesen Ausnahmezustand, in den eine Stadt in diesen Wochen gerät, sehr gut. In Bad Dürkheim steht nicht nur das weltgrößte Weinfass, sondern es wird auch das Pendant zum Oktoberfest, das weltgrößte Weinfest namens „Wurstmarkt“ gefeiert. Da fühle ich mich kulinarisch mehr zuhause, denn Bier habe ich mir seit dem Studium irgendwie völlig abgewöhnt, bis auf vielleicht ein Radler im Jahr. Wein ist mehr mein Ding.

Da ich aber total gerne in München bin, die bayerische Kultur (und Küche) sehr mag, finde ich auch die Geschichte des Oktoberfests spannend. Als (Kunst)Historikerin allemal und wenn ich mir diese wahnsinnige Logistik eines solchen Festes vorstelle und die ganzen Geschichten, die sich da verstecken – sei es bei den Schaustellern, den Wirten, den Musikern, von den Gästen ganz zu schweigen – dann gibt es da jede Menge zu

erzählen und zu erfahren.



Fun-Fact

Was ich bisher nicht wusste: auf dem Oktoberfest gibt es nicht nur Bier, sondern auch ein Weinzelt (sehr vernünftig!)! Und ein Kaffeezelt (auch sehr vernünftig!).

Aber schauen wir mal ins Buch.

8
DAS
OKTOBERFEST
 MÜNCHENS WICHTIGSTER
 AUSNAHMEZUSTAND 10
 DAS FEST DES BIERES 12
 LAGEPLAN 16



18
AUGUSTINER
 AUGUSTINER FESTZELT 22
 FISCHER VRONI 26
 AMMER HÜHNER- UND
 ENTENBRATEREI 30
 ZUR BRATWURST 34

38
WIESN-MUSIK
 JOSEF MENZL 40

44
LÖWENBRÄU
 LÖWENBRÄU-FESTZELT 48
 SCHÜTZENFESTZELT 52
 HOCHREITERS HAXNBRATEREI 56
 KALBSBRATEREI 60

64
TRACHT

66
SPATEN
 SCHOTTENHAMEL
 FESTHALLE 70
 OCHSENBRATEREI 74
 MARSTALL FESTZELT 78
 GLÖCKLE-WIRT 82
 WIRTSHAUS IM SCHICHTL 86
 GOLDENER HAHN 90
 WILDSTUBEN 94

94
FAHRGESCHÄFTE
& SCHAUSTELLER
 YVONNE HECKL 100

102
HACKER-
PSCHORR
 HACKER-FESTZELT 106
 PSCHORR-BRÄUROS 110
 ENTEN- UND
 HÜHNERBRATEREI HEIMER 114
 ENTEN- UND HÜHNER-
 BRATEREI POSCHNER 118

122
BUDEN
& STANDL

126
HOFBRÄU
 HOFBRÄU FESTZELT 130

134
AFTER-WIESN

136
PAULANER
 PAULANER FESTZELT 140
 ARMBRUSTSCHÜTZENZELT 144
 KUFFLERS WEINZELT 148
 KÄFER WIESN-SCHÄNKE 152
 MÜNCHNER KNÖDELEI 156
 MÜNCHNER STUBN FESTZELT 160
 HEINZ WURST-UND
 HÜHNERBRATEREI 164
 METZGER STUBN 168



172
KLEINES
BAIRISCH-ABC

174
KAFFEEZELTE
 CAFÉ KASIERSCHMARRN 178
 BODO'S CAFÉZELT &
 COCKTAILBAR 182
 CAFÉ THERES 186
 SCHIEBL'S KAFFEEHAFFERL 190
 WIESN-GUGLHUPF 194

198
ALTERNATIVEN
ZUR WIESN



200
OIDE WIESN
 FESTZELT TRADITION 204
 HERZKASPERL-FESTZELT 208
 SCHÜTZENLISL 212

216
WELCHES ZELT FÜR
WELCHEN TYP?

220
REZEPTREGISTER

224
IMPRESSUM

Inhalt

Das Buch ist ein richtiger Schmöker, in dem man sich treiben lassen kann. Seiten über die verschiedenen Festzelte und

Brauereien wechseln sich ab mit historischen Einblicken, köstlichen Wiesn-Rezepten, Infos über die Wiesn-Musik oder die Fahrgeschäfte und Schausteller, und und und.



Kostprobe?

Natürlich gibt es die Wiesn-Klassiker wie „Knusprig gebratenes Bio-Hendl nach Ammers Art“, „Ofenfrischen Krustenbraten“ mit Knödeln, oder „Schweinshaxe“. Aber obwohl Fleisch definitiv dominiert, gibt es auch was für Fischliebhaber und Vegetarier, zum Beispiel „Hechtenkraut“ (Auflauf mit Hecht, Sauerkraut, Kartoffeln und Sahnesauce), „Obazda“, „Kaspressknödel“ (Knödel aus Quark, Brot und Käse) und „Spinatknödel“.

viel Hintergrundwissen, sicherlich nicht nur für „Fachfremde“. Auch treue Wiesn-Gänger dürften hier viel lernen.



Von mir gibt es eine absolute Lese-Empfehlung und euch wünsche ich viel Freude beim Schmökern, Nachkochen – und vielleicht ja auch Feiern!

Alles Liebe,

eure Judith

Franz Kotteder

Oktoberfest – Münchner G'schichten, Originalrezepte und Geheimtipps
Callwey Verlag
ISBN: 978-3-7667-2731-2
Gebunden, 45 Euro

Buchvorstellung: „Da hast du den Salat“ von Emily Ezekiel



Zeit für Lesefutter! Heute gibt es das perfekte Sommer-Kochbuch – wobei die Küche auch öfter mal kalt bleibt, denn es dreht sich alles um Salate.

Als Kind mochte ich keinen Salat (meine armen Eltern!), aber mittlerweile bin ich ein wahres Salatmonster – Salat in allen möglichen Varianten geht einfach immer!

Umso mehr habe ich mich gefreut, an der deutschen Ausgabe dieses tollen Buchs mitwirken zu können. Das Buch „[Da hast du den Salat](#)“ erschien vor ein, zwei Wochen im Callwey Verlag und enthält „köstliche Rezepte für jeden Tag“. Ich finde, es ist wunderschön geworden – und macht großen Appetit, zumal etwas Leichtes, Gesundes an heißen Sommertagen perfekt ist.

Aber schauen wir mal ins Buch...

Inhalt

..

Grundlagen & Ausstattung 6

Frühling 11

.... Frühlingssalat zum Teilen **33**

.... Salat im Glas **46**

Sommer 55

.... Sommersalat zum Teilen **73**

.... Salat im Glas **92**

Herbst 103

.... Salat im Glas **132**

.... Herbstsalat zum Teilen **135**

Winter 147

.... Wintersalat zum Teilen **163**

.... Salat im Glas **176**

Dressings, Eingelegtes, Toppings & Öle 185

Register 204

Die Gliederung richtet sich nach den vier Jahreszeiten.

Nach einigen Worten zu Basisvorräten, Küchenausstattung und Lagerung von Obst und Gemüse folgen bunte, kreative Salate für den Frühling, Sommer, Herbst und Winter, jeweils mit saisonalen Zutaten für maximale Frische und Nachhaltigkeit.



Zum Schluss gibt es noch ein Kapitel mit Basis-Rezepten wie Dressings, Ölen, Eingelegtem und Toppings.



Jedes Salat-Rezept nimmt eine Doppelseite ein und ist sehr schön bebildert. Die Anleitungen sind übersichtlich, sogar Vorbereitungs- und Kochzeit sind angegeben. Oft gibt es Tipps, wie man das Rezept veganisieren kann. Oder man erfährt, wie man Reste am besten aufbewahrt.

Thematisch ist für jeden etwas dabei: Ob Fisch, Fleisch, vegetarisch oder eben vegan – jeder dürfte fündig werden. Sogar süße Salate mit Früchten sind vorhanden oder Salate für größere Runden, wenn man Gäste oder eine große Familie hat.

Manche Rezepte sind recht „exotisch“ mit Gewürzen aus der Levante oder asiatischem Touch, manche sehr „europäisch“ mit Zutaten, die alle regional erhältlich sein dürften.



Kostprobe?

Lecker und leicht (und toll als Resteverwertung) klingt der „Smashed Cucumber-Salat“ mit Gurke, Reis, Sprossen und Chili-Öl. Sommerlaune kommt sicher auch beim „Melonen-Prosciutto-Salat mit Pangrattato & Zitrus-Dressing“ auf.

Köstlich finde ich auch die Aromen-Mischung des „Birnen-Chicorée-Salats mit Gorgonzola, Haselnüssen & Chili-Dressing“ oder des „Zitronigen Grünkohl-Thunfisch-Salats mit Ei & Pecorino“.



Ich hoffe, ihr habt jetzt Appetit bekommen! Ich werde sicher einige Rezepte aus diesem Buch ausprobieren. Sicherlich wird es in meiner Sammlung zu einem meiner Favoriten werden.

Euch viel Spaß beim Schmökern, Nachkochen und Genießen!

Eure Judith

Emily Ezekiel:

„Da hast du den Salat. Köstliche Rezepte für jeden Tag“

Callwey Verlag

Gebunden, 22 Euro

ISBN: 978-3-7667-2730-5

**Buchvorstellung: „Das
Gemüseboxenkochbuch“ von
Stefanie Hiekmann**



Stefanie Hiekmann

DAS GEMÜSE KISTEN KOCHBUCH

Saisonal kochen
das ganze Jahr

100
REZEPTE

Über 300 Varianten

Heute gibt es mal wieder Lesefutter und zwar ein wirklich tolles! „Das Gemüsekistenkochbuch“ von Stefanie Hiekmann,

kürzlich erschienen im DK Verlag, begleitet die Leser durch die Jahreszeiten und bietet saisonale 100 Rezepte mit allem, was jeweils gerade Saison hat. Zudem gibt es unter den Rezepten die Rubrik „Tausch mal“, mit Vorschlägen, wie man die Rezepte mit anderen Zutaten abwandeln kann.



Hier in Freiburg gibt es einige sogenannte SoLaWis, solidarische Landwirtschaften. Mit einem festen Monatsbeitrag wird man Teil einer SoLaWi und unterstützt damit die Landwirte, die sehr viel sicherer planen und arbeiten können und feste Abnehmer ihrer Produkte haben. Umgekehrt haben alle Teilnehmer immer saisonale Produkte aus der Region, mit kurzen Wegen, biologisch angebaut und absolut frisch.

Alternativ gibt es auch Gemüsekistenabos diverser Produzenten, die jede Woche nach Hause geliefert werden. Solche Kisten hat dieses Buch zum Thema – aber ich finde das Buch für jeden Klasse, der saisonal kochen möchte, ob selbst gekauft, aus der Gemüsekiste oder bei der SoLaWi abgeholt!

6 Vorwort			
8 So nutzt du dieses Buch			
14 Saisonkalender			
			
20 Januar	68 April	116 Juli	164 Oktober
Lauch	Rhabarber	Blumenkohl	Hokkaidokürbis
Chicorée	Grüner Spargel	Erbsen	Shiitakepilze
Rotkohl	Weißer Spargel	Gurken	Wirsing
Schwarzer Rettich	Rucola	Zucchini	Petersilienwurzeln
Topinambur	Kopfsalat	Zuckerschoten	Zwiebeln
36 Februar	84 Mai	132 August	180 November
Rote Zwiebeln	Spinat	Tomaten	Rosenkohl
Meerrettich	Fenchel	Kartoffeln	Steckrüben
Urkarotten	Frühlingszwiebeln	Auberginen	Chinakohl
Austernpilze	Spitzkohl	Paprika	Butternutkürbis
Weißkohl	Mairübchen	Bohnen	Schwarzwurzeln
52 März	100 Juni	148 September	196 Dezember
Gelbe Bete	Ackerbohnen	Süßkartoffeln	Knollensellerie
Champignons	Mangold	Mais	Grünkohl
Pak Choi	Bundkarotten	Rote Bete	Radicchio
Pastinaken	Kohlrabi	Romanasalatherzen	Feldsalat
Radieschen	Brokkoli	Staudensellerie	Kräuterseitlinge
			214 Register

Inhalt

Inhalt

Das Buch ist nach Monaten gegliedert und dann nach Zutaten. Vorneweg gibt es nach dem Vorwort eine Einführung, wie man das Buch am besten nutzt und einen ausführlichen Saisonkalender.

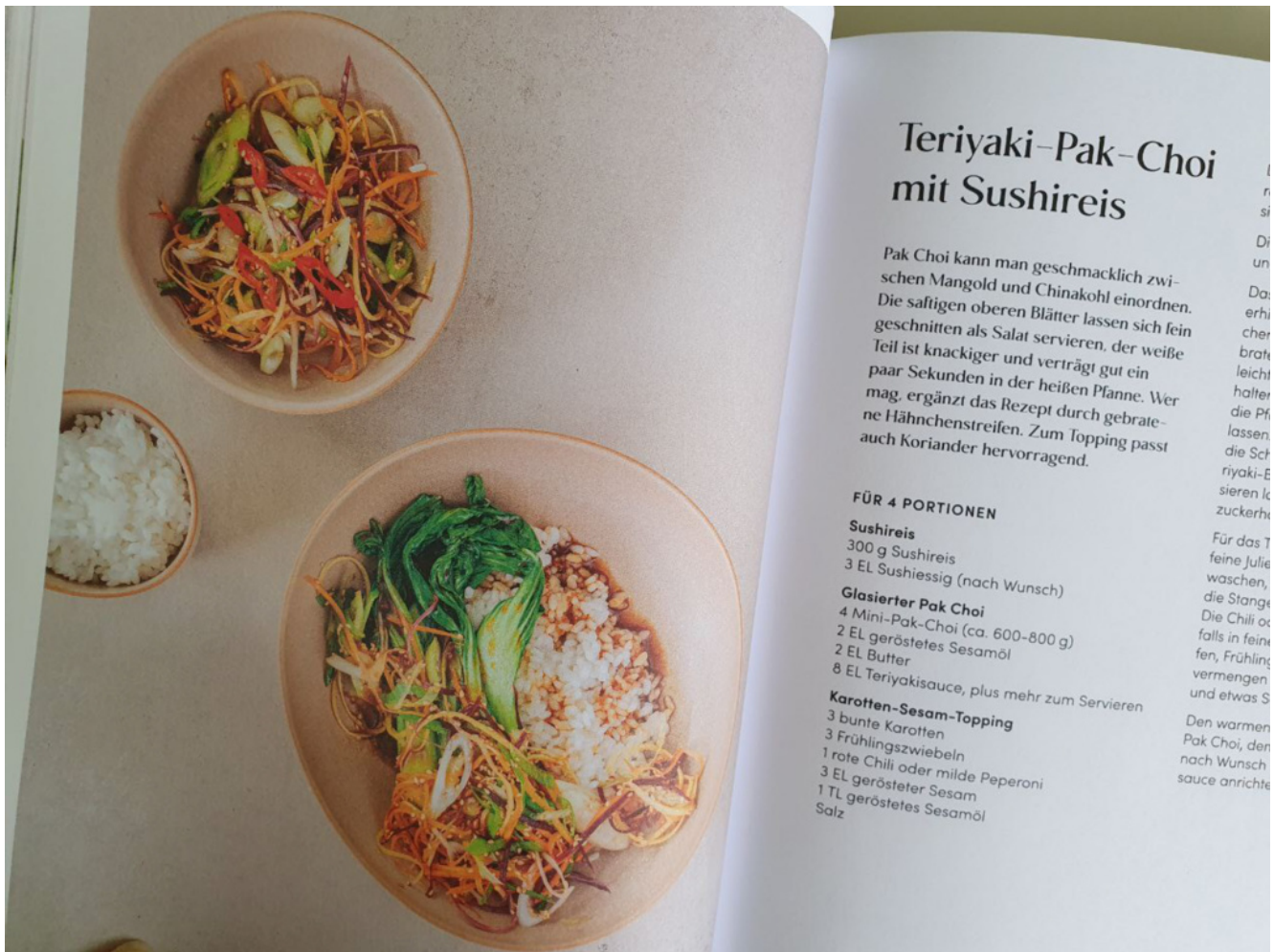
Die Rezepte sind übersichtlich dargestellt und jeweils von einigen Sätzen der Autorin begleitet und appetitlich bebildert.

Zwischen den Rezepten finden sich immer wieder Infoseiten zu saisonalen Produkten und wie man sie am besten verwenden kann. Darunter sind auch „No-waste-Tipps“, nützliche Infos („Bohnen: wie lange kochen?“) und weitere Rezeptideen, wie beispielsweise Pesto aus Karottengrün.



Kostprobe?

Bereits ausprobiert habe ich „[Okonomiyaki – japanische Kohlpfannkuchen](#)“ mit Miso-Mayonnaise, die absolut köstlich waren. Lecker klingen auch der „gebratene Rhabarber mit Quinoa, Rucola und Hirtenkäse“ oder die „Tomatentarte mit Pfirsichen und Parmesan“.



Sowohl vegetarische als auch fischige und fleischige Rezepte sind dabei, also sollte für jeden etwas zu finden sein.

Die meisten Rezepte sind recht übersichtlich von der Zutatenliste und eher unkompliziert, eignen sich also prima für den Alltag. Ich werde sicher noch so einige ausprobieren!

Für alle, die sich gerne regional und somit saisonal ernähren wollen und dabei Umwelt und lokalen Produzenten Gutes tun möchten, ist dieses Buch in meinen Augen ein must-have. Es bietet wirklich viel Inspiration, sensibilisiert für den Umgang mit „Gemüseabfällen“ und macht Appetit darauf, Gemüse immer wieder neu zu entdecken.



Ich wünsche euch viel Spaß beim Schmökern, Nachkochen und Genießen!

Eure Judith

Stefanie Hiekmann
 „Das Gemüsekistenkochbuch“
 DK Verlag, gebunden, 24,95 Euro
 ISBN: 978-3-8310-4853-3