

Buchvorstellung:
„Heimwehküche vegetarisch“
von Madeleine & Florian
Ankner



Madeleine & Florian Ankner

Heimwehküche vegetarisch

Klassiker
von damals
für heute



Nach der „[Apfelküche](#)“ ist die „Heimwehküche vegetarisch“ das zweite Buch der Ankners in meiner Sammlung. Gerade traditionelle Küche ist ja häufig recht fleischlastig und obwohl ich hin und wieder gerne Fleisch esse, ernähre ich mich größtenteils vegetarisch/vegan, weshalb ich diese Sammlung von „Klassikern

von damals und heute“ ohne Fleisch großartig finde!

Die Autoren möchten mit diesem Buch dazu beitragen, fast vergessene Rohstoffe und Zutaten wieder ins Bewusstsein zu rücken und zu vermitteln: „Deutsche Küche schmeckt auch ganz ohne Fleisch.“



Blättert man durchs Buch und sieht die Vielfältigkeit der Gerichte – manche traditionell, manche moderner interpretiert – bekommt man sofort Appetit auf all diese vegetarischen Köstlichkeiten, die unsere Großeltern, Urgroßeltern und deren Vorfahren gekocht und genossen haben und man wird sich bewusst, dass die deutsche Küche eben nicht nur aus Sauerbraten und Bratwurst besteht.

Inhalt

Von den insgesamt 11 Kapiteln enthalten 7 Kapitel Rezepte. Viele Gerichte kennt man oder man hat zumindest mal von ihnen gehört. Natürlich ist die traditionelle Küche regional sehr

unterschiedlich, weshalb sicher jeder neue Gerichte entdeckt. Zu manchen Rezepten gibt es noch einen kleinen Infotext über regionale Unterschiede der Gerichte, über Inhaltsstoffe, Namensgebung oder wie man das Gericht traditionell isst.

6	Vorwort
9	Die Wiederentdeckung der deutschen Küche
11	Im Gespräch mit Slow Food
16	Kleinigkeiten und Abendbrot
48	Gemüsevielfalt
50	Suppen und Eintöpfe
82	Hülsenfrüchte, die kleinen Energiewunder
84	Deftige Hauptgerichte
128	Alte Getreidesorten
130	Initiative Urgetreide
134	Süß
168	Vorratskammer
188	Register

Kostprobe?

Fast alles sieht köstlich aus und ich bin sicher, mir würde jedes Gericht schmecken. Erinnerungen an meine Oma kamen bei den „Eiern in Senfsauce mit Bröseln und Petersilienkartoffeln“, denn Senfeier hat meine Oma Gerda auch öfter gekocht. Ebenfalls ein leckerer Klassiker: „Kraut-Schupfnudeln“, die es bei uns auch immer auf dem Weihnachtsmarkt gibt. Gefreut habe ich mich über die „Hoorische mit Spinat-Sauerrahm-Sauce und Röstzwiebeln“, denn Hoorische sind bei uns in der Pfalz Kartoffelklöße halb/halb, also zur Hälfte mit rohen und gekochten Kartoffeln, weshalb sie ein „haariges/hoorisches“ Aussehen bekommen. Und besonders glücklich war ich über die „Kartoffelsuppe mit Dampfnudeln“ auf pfälzische Art. Die „Grumbeersupp“ wird bei uns nämlich gern mit Zwetschkuchen oder Dampfnudeln gegessen. Letztere allerdings mit salziger Kruste, denn wir garen sie mit Fett und Salzwasser.

Als süßer Abschluss käme mir ein „Hirsebrei mit Erdbeerkompott“ gerade recht, denn Hirse ist so lecker und wird viel zu selten aufgetischt. Spannend klingen auch die „Apfelklöße mit Nussbröseln und Beerenröster“.

Sauerkrautpuffer mit Kürbiskernpesto und Pastinaken-Bohnen-Dip

Ergibt etwa 10 Puffer
Zubereitungszeit: 1 Stunde

Für den Pastinaken-Bohnen-Dip

150 g Pastinaken
Salz
250 g weiße Bohnen
(aus der Dose)
½ Knoblauchzehe
2 EL Rapsöl
1 EL Zitronensaft

Für die Sauerkrautpuffer

1 kg Sauerkraut
2 Zwiebeln
½ Bund Schnittlauch
100–120 g Dinkel-
vollkornmehl
2 Eier (Größe M)
2 TL Senf
Salz
Pfeffer
3–4 EL Öl zum Anbraten

Für das Kürbiskernpesto

200 g Kürbiskerne
Bund Petersilie
Knoblauchzehe
20 ml Rapsöl
100 g Hartkäse, gerieben

Für den Pastinaken-Bohnen-Dip die Pastinaken schälen und in kleine Würfel schneiden. In reichlich Salzwasser bei mittlerer Hitze in etwa 15 Minuten weich kochen. Durch ein Sieb abgießen, das Kochwasser dabei auffangen.

Die Bohnen in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und gründlich abtropfen lassen. Knoblauch schälen und fein hacken. Pastinaken, Bohnen, Knoblauch, Öl und Zitronensaft mit dem Stabmixer pürieren. Dabei so viel Kochwasser dazugießen, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Beiseite stellen.

Für die Puffer Sauerkraut in einem Sieb abtropfen lassen und mit den Händen fest ausdrücken, bis keine Flüssigkeit mehr austritt. Anschließend mit einem Messer etwas zerkleinern.

Zwiebeln schälen und fein hacken. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und ebenfalls hacken. Zusammen mit den Zwiebelwürfeln, dem Sauerkraut, dem Mehl, den Eiern und dem Senf zu einem Teig vermengen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und etwa 15 Minuten quellen lassen. Ist der Teig zu feucht zum Formen, noch etwas Mehl dazugeben.

Für das Kürbiskernpesto die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten, bis sie zu duften und zu knacken beginnen. Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Knoblauch schälen und grob würfeln. Kürbiskerne, Petersilie, Knoblauch, Öl und geriebenen Hartkäse in einen Mixer geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Puffer das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Sauerkrautmasse mit feuchten Händen zu flachen Bratlingen formen und im heißen Öl von beiden Seiten in jeweils 3 Minuten knusprig braten. Mit Pastinaken-Bohnen-Dip und Kürbiskernpesto servieren.

Sauerkraut muss nicht immer nur eine Beilage sein – das beweisen diese Puffer, die eine tolle und schnell gemachte Alternative zum klassischen Reibekuchen aus Kartoffeln sind. In Kombination mit Kürbiskernpesto und einem cremigen Bohnen-Dip wird's besonders aromatisch und lecker.



Mein Fazit: In diesem Buch entdeckt man viele alte Zutaten und Gerichte neu, lernt bisher unbekannt regionale Spezialitäten kennen und wenn man es bis jetzt noch nicht wusste, merkt man hoffentlich bei diesem Buch, dass auch vegetarische Heimwehküche „lecker und zeitgemäß“ ist.

Ich hoffe, ihr habt genauso große Lust, alte Gerichte (wieder) zu entdecken und sicher in der einen oder anderen kulinarischen Erinnerung zu schwelgen.

Eine genussvolle Herbstzeit wünscht euch eure
Judith

Madeleine & Florian Ankner

„Heimwehküche vegetarisch“

DK Verlag, 19,95 Euro

ISBN: 978-3-8310-4247-0

Buchvorstellung: „Apfelküche“ von Madeleine & Florian Ankner (DK)



Vor einigen Wochen flatterte ein fantastisches neues Kochbuch des DK Verlags ins Hause Naschkatze. Schon als ich das Buch online angekündigt sah, war ich verliebt.

Madeleine und Florian Ankner sind die Autoren des Blogs „Das Backstübchen“, dem ich seit Jahren folge. Die beiden machen wunderschöne Fotos und das Buch „Apfelküche“ ist ein echtes Gesamtkunstwerk geworden, finde ich.

Und mal ehrlich, wer mag keine Äpfel?

...mens und leckeres Essen gehören für uns zu Weihnachten dazu. Ein Klassiker ist eine knusprig gebratene Ente, die wir mit Äpfeln, Datteln und Maronen füllen. Dazu passen Kartoffelknödel und Apfel-Rotkohl (siehe Seite 66).



Gebratene Ente mit Dattel-Apfel-Maronen-Füllung

Für 4 Personen
Zubereitung: 25 Minuten
Garen: 1½–2 Stunden

Für die Ente
1 Freilandente (ca. 2,2 kg; mit Innereien)
3 Äpfel
200 g getrocknete Datteln
200 g gekochte Maronen
1 TL Anissamen
Salz
Pfeffer
2 rote Zwiebeln
5 Sternanis
2 getrocknete Chilischoten
1 TL Kardamomkapseln
1 TL gemahlener Piment
250 ml Geflügelfond

Für die karamellisierten Äpfel
1 Apfel
1 EL Öl
20 g Zucker
60 ml Patis (oder Apfelsaft)

Für die Sauce
3 Schalotten
1 EL Öl
1 TL Puderzucker
150 ml Portwein
Salz
Pfeffer
1 TL Speisestärke (nach Belieben)

Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Die Ente unter fließendem Wasser abspülen und trocken tupfen. Mit einer Pinzette etwaige Gefiederreste entfernen. Den Bürzel (das Schwänzchen) abschneiden. Den Hals bei Bedarf entfernen. Hals und Innereien beiseitestellen. Die Äpfel waschen, vierteln und entkernen. Datteln, Maronen und vier der Apfelviertel würfeln und vermengen. Mit Anis, Salz und Pfeffer abschmecken. Drei Viertel der Füllung in die Ente geben. Das untere Ende der Ente mit einem Zahnstocher verschließen. Die Keulen mit Backgarn zusammenbinden.

Die Zwiebeln vierteln und zusammen mit den restlichen Äpfeln lose in einen Bräter geben. Die restliche Füllung dazugeben und mit Sternanis, Chili, Kardamom und Piment würzen. Die Ente darauflegen und in den Ofen schieben. Ein ofenfestes Gefäß oder eine Auflaufform mit 500 ml kochend heißem Wasser füllen und auf den Backofenboden stellen. Die Ente im Ofen (unten) 1½–2 Stunden garen. Nach 20 Minuten mit etwas Geflügelfond übergießen. Vorgang

regelmäßig wieder gebraten. Die Ente ist gar, wenn am Keulenansatz der Saft klar ist.

Inzwischen den Äpfel trocken reiben und Scheiben schneiden. In einer Pfanne erhitzen. Apfelscheiben dazugeben. Nach 3 Minuten den Zucker darüber streuen. Patis angießen und flambieren.

Für die Sauce die Schalotten fein hacken und gebraten. Die Sauce mit dem Fond anrösten. Den Patis dazugeben und die Sauce mit dem Portwein und dem Apfelsaft ablöschen. Die Sauce kochen und nach Belieben mit Stärke andicken. Dazugeben 4 EL Sauce glatt rühren, zur Sauce unter Rühren kurz aufkochen lassen. Innereien, Bürzel und Hals entfernen, die Sauce mit Pfeffer abschmecken. Die Ente mit den Äpfeln und der Sauce servieren.

Das Buch bietet „über 70 herzhaft & süße Rezepte“. Madeleine und Florian verbinden mit Äpfeln ihre schönsten Kindheitserinnerungen in den Gärten ihrer Großeltern und lieben diese besondere Frucht somit nicht nur wegen ihrer Vielfältigkeit und des köstlichen Aromas.



Inhalt

Im **Vorwort** erklären die Autoren, wie dieses Buch entstanden ist, was den Blog inspirierte und was den Apfel für sie so besonders macht.

Die folgende **Einleitung** führt den Leser zu den Wurzeln des modernen Apfels und umreißt die lange Geschichte und weite Reise dieser Frucht. Von Pomologe Meinolf Hammerschmidt lernt man viel über die verschiedenen Sorten, von denen viele bereits ausgestorben sind oder gerade noch vor dem Verschwinden gerettet werden konnten. 2 Doppelseiten führen dann die bekannteren Apfelsorten auf.

5 weitere Kapitel schließen sich an: „**Vorspeisen & Snacks**“, „**Hauptgerichte**“, „**Gebäck & Kuchen**“, „**Desserts, Kleinigkeiten & Getränke**“ und „**Vorräte**“.



Jedes Rezept ist bebildert und von einigen persönlichen Worten begleitet. Die Gliederung ist klar und übersichtlich.

Kostprobe?

Unbedingt ausprobieren möchte ich den „Apfel-Bulgur-Salat mit frischen Kräutern und Feta“, den „Flammkuchen mit Apfel-Crème-fraîche, Parmaschinken und Roquefort“ und die „Apfel-Quark-Torte“.

Aber auch „Kartoffelbrötchen mit Äpfeln und Walnüssen“ klingen lecker oder das „Apfel-Zwiebel-Chutney“.



Insgesamt finde ich es großartig, wie vielseitig der Apfel in allen möglichen Rezepten Verwendung findet und wie schön die Gerichte in Szene gesetzt wurden.

Wer Apfel mag, wird dieses Buch lieben! Und sicherlich viele neue Ideen bekommen, was man mit der gesunden Frucht so alles anstellen kann!

Viel Freude beim Schmökern wünscht
eure Judith

Madeleine Ankner, Florian Ankner

[Apfelküche](#)

Vom Baum auf den Tisch – über 70 herzhaft & süße Rezepte

ISBN 978-3-8310-4008-7

192 Seiten, fester Einband

22,00 Euro