

IM MOMENT SEIN

KOCHEN UND LEBEN MIT DEN JAHRESZEITEN

Liebe Leserin, lieber Leser!

Schon lange wollten wir eine ganze Ausgabe nur dem Backen und der süßen Seite der Küche widmen. Welche Zeit wäre dafür besser geeignet als der Winter?

Zudem können wir seit einiger Zeit geradezu eine Renaissance des Backens ausmachen. Auch junge Menschen interessieren sich für Selbstgebackenes und mit ihnen kommen natürlich auch die neuen Medien ins Spiel. Unter dem Motto Backen 2.0 haben wir diese gesellschaftlichen Phänomene näher unter die Lupe genommen.

Natürlich wollten wir auch die Akteurinnen aus der Blogger Szene selbst zu Wort kommen lassen und sie einladen, ein ausgewähltes Rezept zu präsentieren. Unsere Gastautorinnen Tina Ganser und Julia Mauracher steuern Beiträge zum Thema bei und geben eine Kostprobe ihrer Leidenschaft.

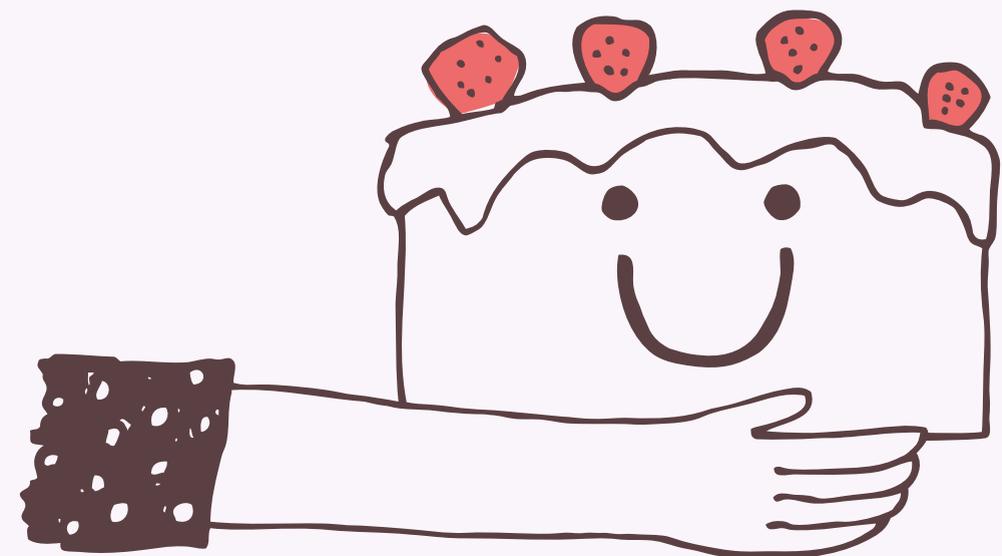
Die Hauptrolle in diesem Magazin spielt aber die Fotografin und Pâtissière Kathrin Koschitzki. Schon seit einiger Zeit fotografiert sie für MPREIS. In dieser Ausgabe stammen sowohl die Fotos als auch der Großteil der Rezepte von ihr. Dabei ist die für sie typische schlichte Ästhetik mit Überraschungseffekt und Augenzwinkern in beidem unverkennbar. Durch sie sind wir auch auf Stefan Wiesner gestoßen. Der Schweizer Haubenkoch ist zwar kein Blogger, hat aber ebenfalls einen sehr innovativen Stil und verwendet gerne ungewöhnliche Zutaten aus der unmittelbaren Umgebung.

Auf unseren Grafikseiten hat Irene Gonzalez Chana die Ergebnisse unserer Facebook Umfrage und allerlei Wissenswertes zum Thema Backen und Gewürze illustriert.

Mit dieser Ausgabe möchten wir Sie einladen auf eine Reise von der guten alten in die schöne neue Welt des Backens. Wir wünschen Ihnen unterhaltsames Lesen, gutes Gelingen und süßen Genuss!

Ihr Redaktionsteam

PS: Lassen Sie uns wissen, was Sie denken.
Schreiben Sie uns! rdm@mpreis.at



EINE PARTY
OHNE KUCHEN
IST NUR
EIN MEETING.

julia child

INHALT

- 1 EDITORIAL
- 4 BACKEN 2.0
- 6 KEKSE AUS ALLER WELT
- 7 UNSERE FACEBOOK UMFRAGE ZUM BACKEN
- 8 JENSEITS DES GUGLHUPFS
- 10 ZIMTSTERNBILDER
- 12 BAKING IS LOVE
- 14 WEIHNACHTSGEWÜRZE UND IHRE WIRKUNG
- 16 DIE PHOTISSERIE
- 18 SPECKULATIUS
- 20 BACKEN OHNE WAAGE
- 23 REZEPTE - KEKSE & CO
- 61 PROJEKTPOT SOS-KINDERDORF
- 64 IMPRESSUM

BACKEN 2.0

BACKEN IST HIP! VON DEN FREUDEN DES EINFACHEN LEBENS UND IHRER INSZENIERUNG IM VIRTUELLEN RAUM

Stefan Österreicher

Backen war mal was für Großmütter. Sie galten als oberste Instanz der Backautorität, ihr alchimistisches Wissen und ihre über Jahrzehnte gesammelte Erfahrung wurde auf den zerfledderten und mit allerlei einschlägigen Gebrauchsspuren versehenen Seiten handgeschriebener Kochbücher bewahrt. Damals waren manche Rezepte noch geheim. Dann kam lange nichts. Das Leben wurde modern, digital, urban und immer schneller, die Nebensächlichkeiten wurden delegiert. Irgendwann kam dann die Wende. Plötzlich war Selbermachen wieder angesagt, von Kleider nähen über häkeln, Gemüse anbauen bis zu kochen und backen. Trotzdem würde nie wieder alles so sein wie damals, denn plötzlich waren alle vernetzt.

Das neue Biedermeier

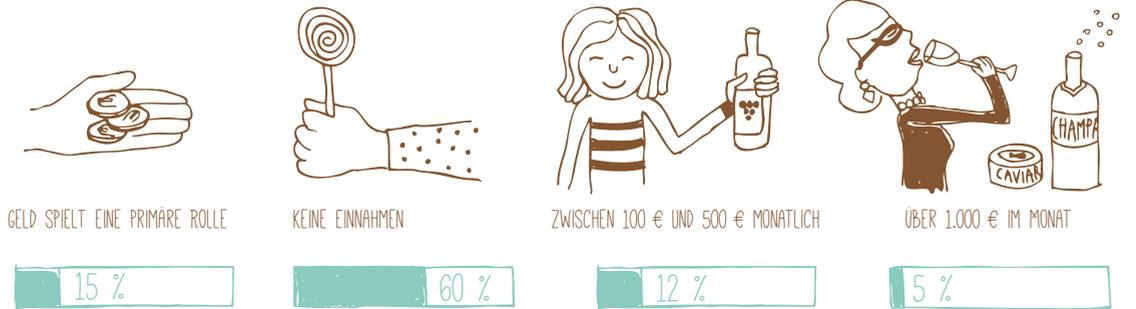
Aus dem urbanen Hipsterraum heraus wird eine heile Welt „wie früher“ inszeniert. Man zieht zumindest virtuell aufs Land, wo Hirschgeweihe die Wände schmücken und an langen Winterabenden Selbstgestricktes wärmt und das handwerklich dekorierte Heim kuschelig macht. Nachzulesen ist das in angesagten Lifestyle Zeitschriften wie *Landlust* oder *Päng*. Visuelle Inspirationen liefert die Bilderwelt von Blogs wie *murmuring cottage* auf *tumblr*. In einem Umfeld, in dem Zeit der neue Luxus ist und Individualität sich am besten darüber ausdrücken lässt, dass man keine für die Massen vorgefertigten Produkte kauft, sondern sich selbst etwas ganz Spezielles herstellt, werden ehemalige Alltagstätigkeiten zum neuen Kult. Man besinnt sich auf vergessene Werte und Fertigkeiten. Dazu gehören vor allem auch kochen und backen. Die flüchtigen Alltagskunstwerke wollen natürlich auch geteilt werden, zumindest virtuell. Wem das Posten auf Social Media Seiten zu wenig ist, macht den nächsten Schritt zum Blog und erreicht damit nicht nur „Freunde“, sondern die ganze Welt.

Das Blogger Phänomen

Millionen von Bloggern stellen heute Inhalte ins Netz. Der Themenkreis Essen und Trinken spielt dabei eine wesentliche Rolle. Bei den beliebtesten Pinterest Kategorien liegt dieses Thema mit 11 % an erster Stelle. Im Bereich der Mode sind manche BloggerInnen bereits so einflussreich geworden, dass sie von der Industrie hofiert und zu einschlägigen Veranstaltungen eingeladen und wie Prominente behandelt werden. Für einige brachte das nicht nur ein lukratives Einkommen, sondern sogar eine neue Karriere in der Branche mit sich. Bei den Foodbloggern geht es bisher mehr um die gegenseitige Anerkennung, das Feedback von LeserInnen aus der ganzen Welt und um die Gemeinschaft mit Gleichgesinnten. Die Szene hat bereits eine kritische Masse erreicht und schwappt aus dem virtuellen in den realen Raum zurück. Bei Foodblogger Treffen und Workshops wie etwa dem Salzburger *Salt and the City* begegnet man sich in der wirklichen Welt, tauscht sich aus und kann Gekochtes und Gebackenes nicht nur fotografisch inszeniert, sondern auch real erleben.

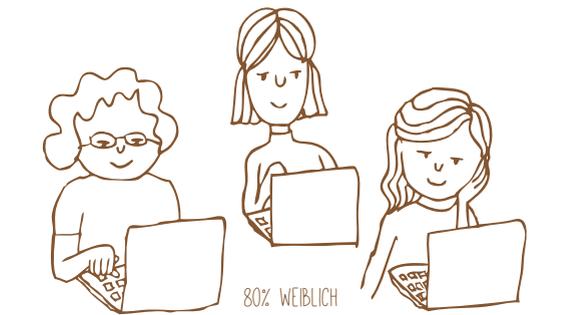
Backen boomt

Gerade das Backen ist populär wie noch nie. Vielleicht weil es ein Inbegriff des Nostalgischen ist, vielleicht weil es einen großen kreativen Spielraum erlaubt. Einerseits scheint man das authentische, regionale Backen wie bei Großmutter wieder aufleben zu lassen, andererseits beschäftigt man sich mit neuen Wegen und Trends oder dem so ganz anderen Backstil aus dem amerikanischen Raum. Die Salzburger Bloggerin Annina Huber verbindet die österreichische Küche mit internationalen Einflüssen, bleibt aber weitgehend traditionell. Zu ihrem Blog *10 dag Liebe* haben sie vor allem die Sehnsucht nach früher und ihre Kindheitserinnerungen inspiriert. Kathrin Runge dagegen experimentiert auf ihrem Blog *backenmachtgluecklich.de* gern mit neuen Methoden, um besonderen Ernährungsbedürfnissen gerecht zu



60 % DER FOOD-BLOGS BRINGEN KEINE EINKÜNFEN, ETWA 5 % ERZIELT EINKÜNFEN VON ÜBER 1.000 € IM MONAT

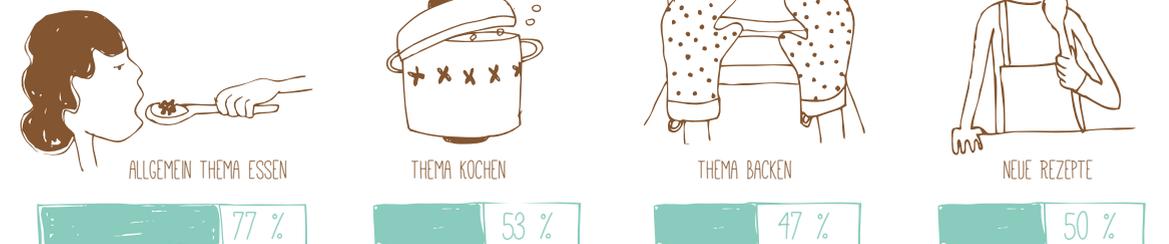
werden oder probiert Trends wie low carb, low sugar, vegan oder glutenfrei praktisch umzusetzen. Aber auch in anderen Formaten wird das Backen zelebriert. Der *Great British Bake-Off* der BBC ist die Mutter aller Amateur Backwettbewerbe im Fernsehen. Momentan läuft die sechste Staffel der beliebtesten Show von BBC 2. Ein stark ansteigendes Interesse am Backen zuhause, wachsende Verkaufszahlen von Backartikeln und einschlägiger Literatur gehen auf ihr Konto, im deutschen Fernsehen wurde das Modell kopiert. Auch hier haben einige der Teilnehmer ihren Einstieg in eine professionelle Karriere gefunden. Aus dem angelsächsischen Raum kommen auch die stärksten Trends beim Backen selbst: etwa mug cakes, cake pops, whoopie pies, blondies oder naked cakes. Wer wissen will was dahinter steckt, googelt am besten. Wer die Rezepte daheim ausprobieren will, dem sei zumindest beim Umrechnen der Einheiten mit der Tabelle auf Seite 20 geholfen. Und wenn es schief geht, kann man das Ergebnis immer noch posten – z.B. bei *pinterestfail.com*.



DER TYPISCHE BLOGGER IST WEIBLICH UND ZWISCHEN 31 UND 40 JAHREN JUNG, FAST DIE HÄLFTE DER FOOD-BLOGS DREHT SICH UMS THEMA BACKEN



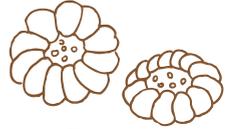
EIN GROSSTEIL BLOGGT SEIT 4 JAHREN, DAVON FAST DIE HÄLFTE ZWEI BIS DREIMAL PRO WOCHE



KEKSE UND IHRE HERKUNFT



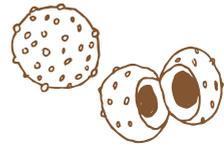
CANTUCCINI
ITALIEN (RÖMISCHES REICH)
1. JAHRHUNDERT



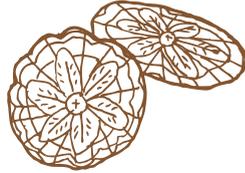
YAGWA
KOREA
6. JAHRHUNDERT



JUMBLE
NAHER OSTEN
7. JAHRHUNDERT



SESAMBÄLLCHEN
CHINA
7. JAHRHUNDERT



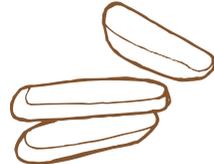
PIZZELLE
ITALIEN
8. JAHRHUNDERT



MAKRONEN
ITALIEN
9. JAHRHUNDERT



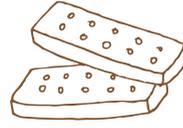
LEBKUCHEN
DEUTSCHLAND
11. JAHRHUNDERT



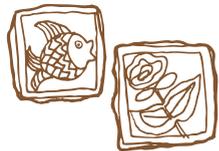
LOFFELBISKUIT
FRANKREICH
11. JAHRHUNDERT



ALFAJOR
PERU
12. JAHRHUNDERT



SHORTBREAD
SCHOTTLAND
12. JAHRHUNDERT



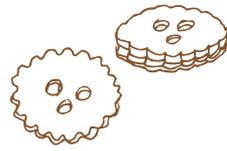
SPRINGERLE
DEUTSCHLAND
14. JAHRHUNDERT



SPRITZGEBÄCK
DEUTSCHLAND
16. JAHRHUNDERT



MANDELKEKSE
CHINA
16. JAHRHUNDERT



LINZER AUGEN
ÖSTERREICH
17. JAHRHUNDERT



BAISER ODER MERINGUE
GROßBRITANNIEN
17. JAHRHUNDERT



SPEKULATIUS
NIEDERLANDE
17. JAHRHUNDERT



MADELEINES
FRANKREICH
18. JAHRHUNDERT



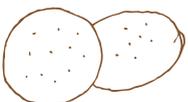
NAZARETH ODER AMISH SUGAR COOKIE
USA
18. JAHRHUNDERT



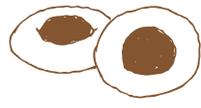
SEQUILHOS
BRASILIEN
19. JAHRHUNDERT



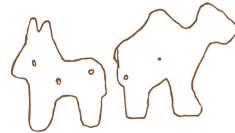
BROWNIES
USA
19. JAHRHUNDERT



SNICKERDOODLE
USA
19. JAHRHUNDERT



HALLONGROTTA
SCHWEDEN
19. JAHRHUNDERT



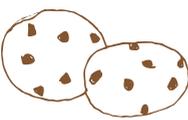
ANIMAL CRACKER
GROßBRITANNIEN
19. JAHRHUNDERT



ANZAC BISCUIT
AUSTRALIEN
20. JAHRHUNDERT



BLACK & WHITE COOKIE
USA
20. JAHRHUNDERT



CHOCOLATE CHIP
USA
20. JAHRHUNDERT



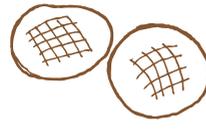
GLÜCKSKEKS
JAPAN
20. JAHRHUNDERT



MACARON
FRANKREICH
20. JAHRHUNDERT



PALMIERS
FRANKREICH
20. JAHRHUNDERT



PEANUT BUTTER COOKIE
USA
20. JAHRHUNDERT

MOTIVATION ZUM BACKEN



UM EINE FREUDE ZU BEREITEN



DIE FREUDE AM BACKEN SELBST



BESONDERE ANLÄSSE



MEIN MANN LIEBT KUCHEN ÜBER ALLES



WOHER KOMMEN DIE REZEPTE



AUS DEM INTERNET
Z.B. REZEPTSEITEN, BLOGS



AUS KOCH- UND BACKBÜCHERN



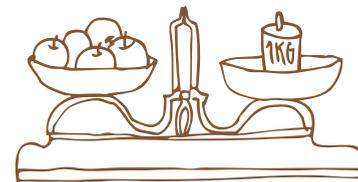
VON FAMILIE
& FREUNDEN



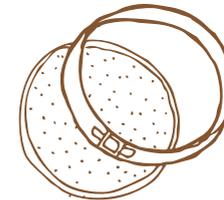
EXPERIMENTE



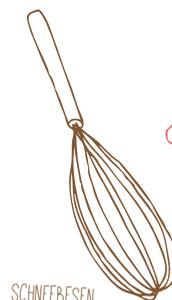
BACKUTENSILIEN



KÜCHENWAAGE



RUNDE BACKFORM



SCHNEEBESEN



MESSBECHER



JENSEITS DES GUGLHUPFS

WIE DAS GLOBALE DORF UND DER GESUNDHEITSTREND DAS BACKEN VERÄNDERT HABEN

Tina Ganser

Mehlspeisen sind ein Teil der österreichischen Tradition. Die Wiener Kaffeehauskultur zählt seit 2011 sogar zum UNESCO-Weltkulturerbe. Und was geht in Österreich Hand in Hand mit Kaffee? Natürlich Kuchen, der früher meist von Omas Backofen stammte. Doch der Sinn für Selbstgemachtes ging mit der Zeit verloren, kam aber mit der neuen „Do it Yourself“-Welle wieder. Plötzlich will die Generation Y keine Fertigprodukte, Zusatz- und Konservierungsstoffe mehr. Alte Rezepte von Oma werden wieder herausgesucht und ausprobiert.

Regional aber global

Das Traditionelle, das Regionale, die Bodenständigkeit sind noch immer im Vordergrund. Aber jetzt wird mehr experimentiert als zu Omas Zeiten. Schon lange schwappen die neuesten kulinarischen Trends von Amerika herüber. Hobbybäcker werden von diversen Blogs beeinflusst: Aus Sachertorten wurden plötzlich cake üops, aus Karottenkuchen cupcakes und aus Keksen cookies.

Neue Ernährungstrends

„[...] Eier und Schmalz, Butter und Salz, Milch und Mehl, Safran macht den Kuchen gebl.“ Laut dem bekannten Volkslied sind diese sieben Zutaten Voraussetzung für einen guten Kuchen. Jedoch lassen diese ihn auch zu einer wahren Kalorienbombe werden. Die Ernährung hat sich seit Oma stark verändert, es wird vermehrt auf gesunde, frische Lebensmittel gesetzt (Clean Eating – siehe Infobox). Heutzutage spart man bei Fett und Zucker ein und weiß, dass Gesundheit und Genuss kein Widerspruch sein müssen.

Gesund schlemmen ist die neue Devise!

Die meisten Rezepte beinhalten zu viel Zucker, daher kann man den Anteil ohne Geschmackseinbußen um ca. ein Drittel reduzieren. Vollkornmehl und Superfoods wie Nüsse, Leinsamen, Chia-Samen, Goji-Beeren peppen Kuchen, Muffins &

Co auf. Die Hälfte der angegebenen Ölmenge kann durch Mineralwasser ersetzt werden. So ist der Kuchen nicht immer gleich nur Sünde.

Vegan backen

Veganes Backen, d.h. der Verzicht auf tierische Lebensmittel, ist auch aus der österreichischen Mehlspeisen-Küche nicht mehr wegzudenken. Wobei aber gerade das Weglassen von Eiern viele Omas aufschreiben lässt. Folgende alternative Bindemittel sind in jedem Supermarkt zu finden: Lein- oder Chia-Samen – rund 2 El eingeweicht in 3 El Wasser entsprechen einem Ei
Stärkemehl – rund 2 El mit 3 El Wasser vermischt entsprechen einem Ei
Apfel- oder Bananenmus – rund 2 El entsprechen einem Ei

Glutenfreies Backen

Gluten ist das Klebereiweiß in Getreide und muss von Personen die an Zöliakie leiden vermieden werden. Es ist in Weizen, Roggen, Dinkel, Gerste, Hafer, Kamut, Einkorn und Grünkern enthalten. Glutenfrei sind hingegen: Hirse, Quinoa, Mais, Buchweizen, Amaranth und Reis. Folgendes ist beim glutenfreien Backen zu beachten: Glutenfreies Mehl benötigt bei der Zubereitung mehr Flüssigkeit. Eine saftigere Konsistenz kann durch die Zugabe von Apfelmus erreicht werden. Im Supermarkt ist backfertiges glutenfreies Mehl erhältlich, dieses enthält meist schon Stärke für eine bessere Konsistenz.

Perfekt war gestern

Backen ist nicht mehr nur (Haus)Frauensache, sondern Ausdruck der Identität. Durch den Einzug von Instagram, Pinterest, Instafood etc. hat das Backen und Dekorieren eine neue Ära erreicht. Alle wollen zeigen, was sie können und wie es geht. Der Trend zeigt ganz klar zum freien Backen. Der Kuchen muss

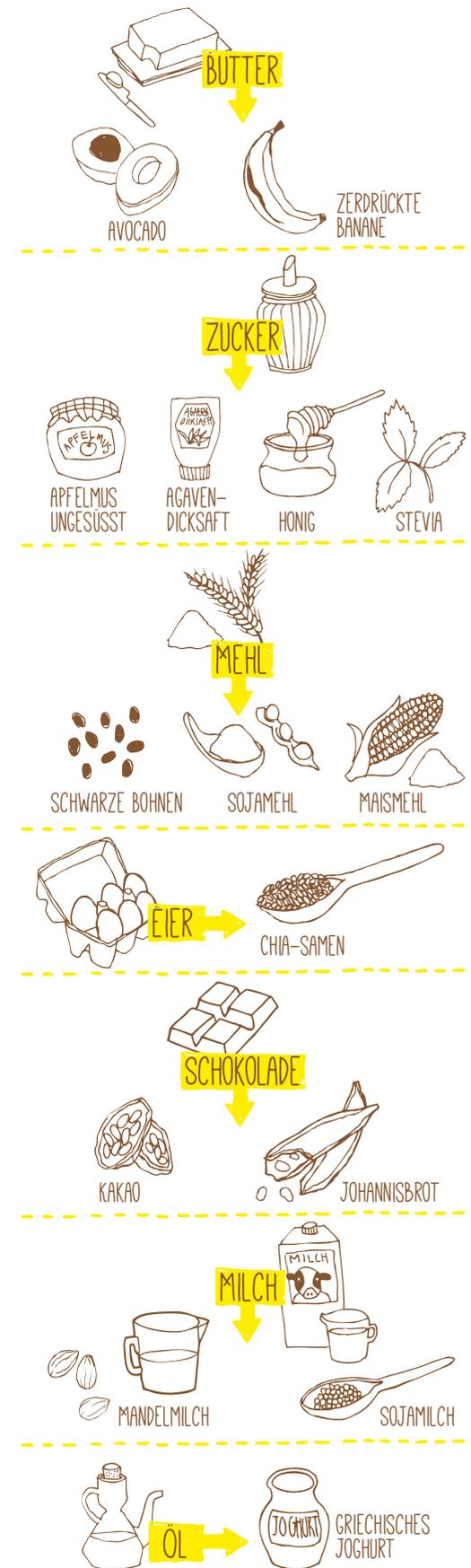
ERSATZPRODUKTE

nicht mehr perfekt aussehen, hoch leben die Schönheitsfehler! Cupcakes werden nach Lust und Laune verziert und die Cremeschicht bei Torten, sorry layer cakes, muss nicht durch eine Glasur verdeckt werden. Fusionsküche ist angesagt, traditionell wird mit modern verbunden: Der Kuchen wandert plötzlich auf den Stil (cake pops) oder wurde mit dem Keks in Form von whoopie pies, eine Art Doppelkeks, verbunden.

Neben Zubereitung und Selbstverwirklichung stehen natürlich Freude und Genuss im Vordergrund. Die Küche wird immer mehr zum Lebensmittelpunkt, zum Ausdruck von Lebensgefühl und zum Labor für Experimente, die auch mal nicht gelingen dürfen.

Clean Eating – ein neuer Ernährungstrend aus Amerika

Das Selbstzubereiten von Speisen steht im Vordergrund und somit auch die Verwendung von frischen, unverarbeiteten Lebensmitteln wie Obst, Gemüse, Fleisch, Fisch und nährstoffreichen Nahrungsmitteln wie Vollkornmehl, Nüssen etc.





REZEPT ZU DEN
ZIMTSTERNEN AUF
SEITE 43.

BAKING IS LOVE!

EINE BACK-BLOGGERIN AUS TIROL STELLT SICH VOR



Wie bist du zum Bloggen gekommen?

Nachdem ich öfters mal Kuchen für Freunde mitgebracht habe, wurde ich immer wieder nach den Rezepten gefragt und da ich schon damals gerne Blogs las, entstand die Idee, einen eigenen Blog aufzuziehen und meine Rezepte so für alle zugänglich zu machen.

Was fasziniert dich an Foodblogs?

Vor allem die Bilder, die teilweise richtige Kunstwerke sind und die dadurch vermittelte Liebe zum Essen. Außerdem sind Foodblogs tolle Inspirationsquellen, um auch mal was Neues auszuprobieren.

Welche Foodblogs verfolgst du besonders gerne?

„Call me Cupcake“ von Linda Lomelino, „Klitzeklein“ von Daniela Klein, „Foodlovin“ von Denise Renee, „Monsieur Muffin“ von Jennifer Friedrich und viele, viele mehr!!

Welche Back- und Kochtrends beobachtest du aktuell auf Foodblogs?

Immer mehr Blogs orientieren sich in die „gesunde“ Richtung, mit Trends wie Low-Carb Ernährung, Green Smoothies, Fitness-Lifestyle und Co.

Woher bekommst du deine Ideen für die Rezepte?

Wo findest du Inspiration für neue Beiträge?

Viele, viele Backbücher und Blogs für die Rezepte, Social Networks wie Instagram inspirieren mich täglich, aber auch Café-Besuche, Reisen und Filme sind super Inspirationsquellen.

Welche Auswirkungen hat das Bloggen auf dein eigenes Koch- und Essverhalten?

Ich esse eindeutig mehr Kuchen und Gebäck als vor dem Bloggen und achte auch deshalb inzwischen viel mehr auf die Qualität und Regionalität der Produkte. Außerdem esse ich selten in einem Café oder Restaurant (und auch zuhause), ohne vorher meinen Teller zu fotografieren.

Welche Zukunftspläne gibt es für dein Blogger-Dasein?

Ich würde gerne weiterhin mit Firmen wie zum Beispiel Dr. Oetker und MPREIS zusammenarbeiten, gemeinsam Rezepte entwickeln, Produkte testen und irgendwann mal mein eigenes Backbuch schreiben.



Name: Julia Mauracher

Geburtsort: Innsbruck

Wohnort: München

Gelerntes Handwerk: Schauspielerin

Web: www.juliabake.blogspot.co.at

Ich blogge, weil... es mir großen Spaß macht, Rezepte auszuprobieren, meine Werke zu stylen, fotografieren und dann der Welt zu präsentieren

Instagram oder Pinterest? Instagram!

Wie oft kochst/backst du pro Woche? Kochen täglich, backen 1-2 Mal

Mein Lieblingsgericht: die Gemüselasagne meiner Mama

Das würde ich nie essen: Tiere, die meiner Meinung nach wirklich nicht zum Essen gedacht sind – Lamm, Kaninchen, Haifisch...

Wen bekochst du am liebsten? Freunde & Familie

Meine Lieblings Foodblogs: „Call me Cupcake“ von Linda Lomelino, „Klitzeklein“ von Daniela Klein, „Foodlovin“ von Denise Renee, „Monsieur Muffin“ von Jennifer Friedrich

Ich bin Julia, 24, gebürtige Tirolerin und frisch eingewanderte Münchnerin. Backen ist mein zweitgrößtes Hobby, mein größtes habe ich zum Beruf gemacht und arbeite seit einem Jahr als freiberufliche Schauspielerin. Ich reise gerne, liebe Krimis, Filmmusik und den Sommer.

Seit Oktober 2012 blogge ich auf „Julia Bakes!“ über süße und pikante Bäckereien aus aller Welt, am liebsten kombiniere ich dabei die traditionelle österreichische Backkultur mit den neuesten Trends aus Frankreich, Großbritannien, Skandinavien und Amerika. Ich arbeite mit dezenter Dekoration und natürlichen Produkten, lege Wert auf Bio-Qualität und backe meine Kreationen am allerliebsten für andere, ganz nach meinem Motto „baking is love“.

WEIHNACHTSGEWÜRZE UND IHRE WIRKUNGEN



GRÜNER KARDAMOM, *Elettaria cardamomum*
Beschreibung: Kapsel Früchte einer Ingwerart
Herkunft: Südindien, Sri Lanka
Wirkung: regt Verdauung und Appetit an, gegen Blähungen, gilt als Aphrodisiakum

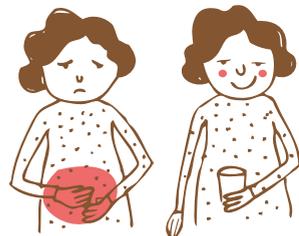
MUSKATNUSS, *Myristica fragrans*
Beschreibung: Kern der Frucht eines tropischen Baumes. Auch der Samenmantel (Muskatblüte oder Macis) wird verwendet
Herkunft: Molukken, Indonesien
Wirkung: verdauungsfördernd, krampflösend, lindert Erkältungen, gilt als Aphrodisiakum



KAMILLE, *Matricaria chamomilla*
Beschreibung: Blüte einer einjährigen, krautigen Pflanze
Herkunft: Süd- und Osteuropa
Wirkung: beruhigend, entzündungshemmend, krampflösend, beruhigt den Magen



INGWER, *Zingiber officinale*
Beschreibung: Wurzelstock einer krautigen Pflanze der Tropen und Subtropen
Herkunft: tropisches Ostasien
Wirkung: verdauungsfördernd, wärmend, antibakteriell



ZIMT, *Cinnamomum verum*
Beschreibung: Rinde des Ceylon-Zimtbaumes, hochwertiger als chinesischer Cassia-Zimt
Herkunft: Sri Lanka
Wirkung: verdauungsfördernd, kann Blutzucker und Blutfette senken



VANILLE, *Vanilla planifolia*
Beschreibung: fermentierte Kapsel Früchte einer tropischen Orchideengattung
Herkunft: ursprüngl. Mexiko und Mittelamerika
Wirkung: beruhigend, stimmungsaufhellend, gilt als Aphrodisiakum



SCHWARZER PFEFFER, *Piper nigrum*
Beschreibung: halbreif geerntete und getrocknete Samen einer tropischen Kletterpflanze
Herkunft: Südindien
Wirkung: appetitanregend, verdauungsfördernd



ROSMARIN, *Rosmarinus officinalis*
Beschreibung: Blätter und Zweige eines mediterranen Halbstrauches
Herkunft: Mittelmeerraum
Wirkung: antiseptisch, regt Durchblutung an (äußerlich), appetitanregend, gegen Blähungen



GEWÜRZNELKEN, *Syzygium aromaticum*
Beschreibung: getrocknete Blütenknospen eines tropischen Baumes
Herkunft: Gewürzinseln (Molukken, Indonesien)
Wirkung: betäubend, entzündungshemmend, verdauungsfördernd, hoher Gehalt an Antioxidantien



KAFFEE, *Coffea arabica*
Beschreibung: geröstete Samen eines immergrünen tropischen Baumes
Herkunft: tropisches Afrika und Madagaskar
Wirkung: anregend, fördert Konzentration, entwässernd



PHOTISSERIE

= PHOTOGRAPHIE + PÂTISSERIE



Wie bist du zum Bloggen gekommen?

Als ich noch in Paris lebte und meine Ausbildung zur Pâtissière machte, produzierten wir jeden Tag die schönsten Köstlichkeiten: Pralinen, Tartes, Croissants, Torten und vieles mehr. Und die wurden oft schon am gleichen Tag verputzt. Da hat es mich als Fotografin natürlich schon gereizt, das alles festzuhalten, und so habe ich meinen Blog „Photisserie“ gestartet. Zum Glück, denn schon bald hatte ich mehr und mehr Besucher auf meiner Seite und auch die ersten Jobanfragen. Als Fotografin hatte ich zwar meine Website und mein Portfolio, auf dem Blog konnte ich aber ein wenig experimenteller und verspielter arbeiten. Interessanterweise hat das dann wirklich Wellen geschlagen und mir wichtige Aufträge eingebracht.

Wenn man sich verschiedene Foodblogs ansieht, merkt man, wie viel Zeit, Kreativität und Professionalität da hineinfließen. Dabei machen die meisten Leute das sozusagen nebenbei. Was ist die Motivation dafür?

Ja, das ist doch unglaublich! Und eigentlich einfach zu erklären: Wo viel Leidenschaft mitspielt, egal ob es um Mode oder Backen oder Fliegenfischen geht, da gibt es automatisch die richtige Motivation... und dann eben auch ein schönes und meist erfolgreiches Ergebnis. Hinzu kommt der Austausch, der beim Bloggen entsteht, die Möglichkeit die ganze Welt zu erreichen.

Selber backen ist wieder sehr populär. Beinahe die Hälfte der Foodblogs sind auf Backen spezialisiert. Was glaubst du, woran das liegt?

Für mich war der süße Teil der Küche immer der interessanteste. Ich mag es, mit Cremes und Massen zu arbeiten, Zucker zu Karamell zu schmelzen, Schokoladenflecken an der Schürze. Und letztlich ist das Dessert auch der krönende Abschluss eines jeden Essens, der den Abend erst rund macht (und hoffentlich nicht die Gäste). Was ist schon ein Geburtstag ohne einem selbst gebackenen Kuchen von den Liebsten oder Weihnachten ohne Kekse ausstechen? Wenn selbst gebacken wird, können wir natürlich

auch über alle Zutaten und deren Qualität und Herkunft selbst entscheiden.

Du hast das Emotionale in Bezug auf Essen angesprochen. Welche Rolle spielt das in deiner Fotografie?

Ich würde den Rührkuchen meiner Oma, der am Boden immer etwas zu dunkel geworden ist, immer einem perfekten aus der 3 Sterne Pâtisserie vorziehen. Genauso ist das in der Fotografie. Ein Bild, das eine Geschichte erzählt, eine Idee transportiert, jemanden zum Schmunzeln oder Grübeln bringt, ist für mich ein gutes Bild, egal ob es mit dem Handy oder einer teuren Kamera aufgenommen wurde.

Was sind die aktuellen Trends beim Backen?

Vegane Rezepte spielen sicher eine große Rolle, außerdem Superfoods, Glutenfreiheit, Laktosefreiheit... Ich selbst habe nichts gegen Kohlenhydrate und auch ein Päckchen Butter im Kuchen lässt meine Stimmung eher steigen.

Was ist dein Rezept für ein gelungenes Leben?

Optimistisch, unvoreingenommen und experimentierfreudig zu sein... und sich gleichzeitig Ziele setzen. Das ist eine sehr gute Mischung, sowohl privat als auch beruflich.

* „Fabelhaft Französisch“, Cathleen Clarity und Kathrin Koschitzki, Callwey, 2015

Kathrin Koschitzki wollte ursprünglich eigentlich Köchin werden. Die Ausbildung dazu hatte sie bereits angefangen, aber die Realität der Branche entsprach nicht so ganz ihren Vorstellungen. Und ihre Vorstellungskraft ist eine ihrer großen Stärken. Sie wechselte an die FH Nürnberg und studierte dort Design mit Schwerpunkt Fotografie. Doch die Liebe zum Kochen ließ sie nicht los und so zog sie nach Paris, wo sie an der renommierten Ecole Ferrandi das Pâtissier Handwerk erlernte. Heute kombiniert Kathrin sehr erfolgreich ihre beiden Leidenschaften Fotografie und Pâtisserie, fotografiert für zahlreiche bekannte Zeitschriften sowie auch für MPREIS, hat ein Buch über die französische Küche* veröffentlicht und betreibt ihren viel beachteten Food- und Foto-Blog „Photisserie“. Für diese Ausgabe des Rezept des Moments hat sie die Rezepte entwickelt und fotografiert. In einem Interview plaudert sie mit uns aus dem Küchenkästchen...



Name: Kathrin Koschitzki

Geburtsort: Göttingen

Wohnort: München

Gelerntes Handwerk:

Fotografin, Pâtissière

Web: www.kathreinerle.de,

www.photisserie.com

Ich blogge, weil... ich gerne meine Rezepte und Bilder teile

Instagram oder Pinterest? Beides: [instagram.com/photisserie](https://www.instagram.com/photisserie),

www.pinterest.com/kathreinerle/pins

Wie oft kochst/backst du pro Woche: jeden Tag

Mein Lieblingsgericht: eine auf dem Kopf gebackene Tarte Tatin mit einem Klecks kalter Crème fraîche und einem „Tataaaa!“ nach dem Stürzen

Das würde ich nie essen: ich brauche nicht unbedingt Blattgold auf dem Essen und weiß gern, wo mein Fleisch herkommt, ansonsten probiere ich gern alles aus

Wen bekochst du am liebsten: meine Liebsten

Meine liebsten kulinarischen Websites: FOOD52: [food52.com](https://www.food52.com),

Kinfolk: www.kinfolk.com, Manger: [mimithorisson.com](https://www.mimithorisson.com)



SPECKULATIUS FÜR VEGETARIER

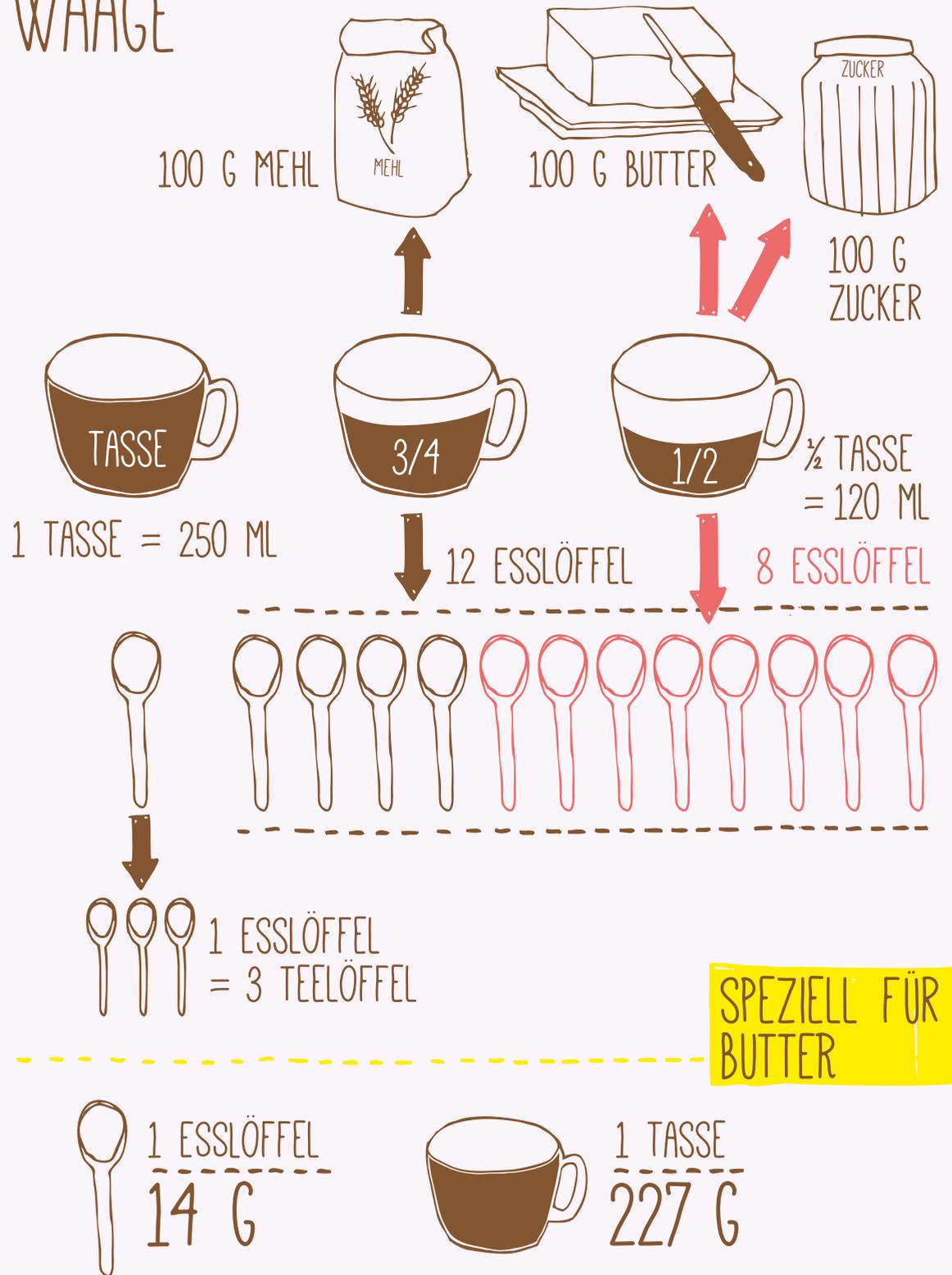
Ja es ist wieder soweit, die Zeit im Jahr in der es nach Zimt und Nelken duftet, wir uns auf knirschende Kufen, weisse Liftfahrten und wärmende Musik, zu voll geschmückte Bäume und voll gegessene Bäuche freuen.

Mein Specklatiusteig wird mit einer würzigen Mischung eingerieben. Der schönste Teil ist ihn vor dem Backen in dünne Streifen zu schneiden, die dann mit Honig zu glasieren und zu sehen wie sie im Ofen knusprig gebacken werden.

Euch allen (auch den Vegetariern) eine speckige Weihnacht.

**Das Rezept zu diesen Keksen findest du auf Kathrins Blog:
www.photisserie.com**

BACKEN OHNE WAAGE



GEDANKEN ZU DEN REZEPTEN

Anlässlich dieser Herbst- und Winterausgabe mit dem Schwerpunktthema „Backen 2.0“ gab es für uns keinen Zweifel, die langjährige Zusammenarbeit mit unserer Fotografin Kathrin Koschitzki zu vertiefen und die gelernte Pâtissière und erfolgreiche Food-Bloggerin zu bitten, einen Großteil der Rezepte für diese Ausgabe zu entwickeln und fotografisch umzusetzen.

Die Begeisterung, mit der Kathrin ihre beiden Berufe kombiniert, ist auf den folgenden Seiten zu entdecken. Beim Entwickeln der Rezepte war es Kathrin besonders wichtig, dass sie in der eigenen Küche einfach und unkompliziert nachgebacken werden können. „Backen muss Spaß machen und Freude bereiten“, so Kathrin. „Speziell in der Vorweihnachtszeit ist es toll, wenn Freunde und Familie zusammenkommen, gemeinsam backen und naschen, und es im ganzen Haus nach Keksen duftet.“

Eine wichtige Information möchten wir unseren LeserInnen auf keinen Fall vorenthalten: Die Kekse wurden, entsprechend Kathrins Fotografieansatzes, weder mit Farbe, Haarspray oder Ähnlichem bearbeitet. Wir haben alle Kekse nach dem Fotografieren mit großer Freude verzehrt. Auch die Fotos sind ganz in Kathrins Stil in vollkommen natürlichem Licht und ohne große Nachbearbeitung entstanden.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei Kathrin Koschitzki für die tolle Zusammenarbeit sowie für die für diese Ausgabe eigens entwickelten, hervorragenden Backrezepte. Ein großes Dankeschön auch an die beiden Back-Bloggerinnen Julia Mauracher und Tina Ganser, die uns zwei ganz besondere Rezepte aus ihrem Repertoire zur Verfügung stellen. Und schließlich geht auch noch ein herzliches Dankeschön an den Schweizer Koch Stefan Wiesner, der uns mit seinen außergewöhnlichen Schokotörtchen die avantgardistische Naturküche näher bringt. Alles in allem ist für diese Ausgabe des „Rezept des Moments“ eine einzigartige Vielfalt zeitgeistiger Backrezepte entstanden.

INFO

Bei allen Rezepten ist bei der Temperaturangabe im Ofen Umluft (nicht Ober-/Unterhitze) gemeint. Zeitangaben sind immer ungefähre Angaben (jeder Ofen funktioniert anders). Als Mehl hat Kathrin den Typ 480 oder „doppelgriffig“ verwendet. In Deutschland wird dieser Mehltyp als 405 bezeichnet.



REZEPTE

SCHERZKEKSE	25
LINZER KNÖPFE	27
SAURE ZITRONENMÜNDER	29
KARAMELLBONBONS MIT KÜRBISKERNEN UND MEERSALZ	31
TIROLER BERGSPITZEN	33
WUNDERKEKSE	35
BUNTE HONIG-NUSS-TALER	37
HEISSE SCHOKOLADENLÖFFEL	39
WALDPILZE	41
ZIMTSTERNE	43
KÜRBISBROWNIES	45
SCHOKO-PFEFFER-BOMBEN	47
KRÄUTERKRACHER	49
GEWÜRZ-MASCHEN	51
SCHNEEBÄLLE	53
WHOOPIE PIES	55
SCHOKOLADENTÖRTCHEN MIT KAMILLE	57
KASTANIENHERZEN	59



SCHERZKEKSE

Zutaten

500 g Weizenvollkornmehl
1 Tl Backpulver
½ Tl Salz
225 g Butter (Raumtemperatur)
450 g Zucker
2 Eier

Zum Verzieren nach Belieben:
Vollmilchkuvertüre,
Zartbitterkuvertüre,
weiße Kuvertüre,
etwas Mohn für die Bärte

- 1** Mehl, Backpulver und Salz in einer Rührschüssel miteinander vermengen
- 2** In einer weiteren Schüssel Butter und Zucker mit dem Rührgerät (Quirlaufsatz) schaumig schlagen, Eier zugeben und weiterschlagen, dann die Mehlmischung zugeben und mit dem Knetbalken zu einem homogenen Teig verarbeiten
- 3** Teig zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie wickeln und im Kühlschrank mindestens 2 Stunden kaltstellen
- 4** Auf der bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit dem Nudelholz ca. 4-5 mm dick ausrollen und daraus kleine Kreise (ca. 4 cm Durchmesser) ausstechen
- 5** Im vorgeheizten Backofen bei 175° C ca. 8-12 Minuten (nach gewünschter Tönung) backen, auf dem Rost auskühlen lassen
- 6** Kuvertüre im Wasserbad schmelzen und Kekse damit zu Scherzkeksexen verzieren



LINZER KNÖPFE

Zutaten

350 g Mehl
200 g Butter
100 g Staubzucker
1 Vanillestange
Abrieb einer halben,
unbehandelten Bio-Zitrone
1 Ei
100 g gemahlene Mandeln

zum Füllen:
Marillenmarmelade
Ribisgelee

1 Vanillestange der Länge nach aufschneiden, das Mark mit dem Messer herausschaben

2 Mehl, Butter, Zucker, Vanillemark, Zitronenabrieb, Ei und gemahlene Mandeln in eine große Schüssel geben und mit dem Knethaken des Rührgerätes zu einem homogenen Teig verarbeiten

3 Teig zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie wickeln und im Kühlschrank mindestens eine Stunde kaltstellen

4 Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen, Teig ca. 3 mm dick ausrollen und kleine Kreise ausstechen, in die Hälfte der Kreise z.B. mit einem Strohhalm kleine Knopflöcher einstechen

5 Im vorgeheizten Backofen bei 175° C ca. 6-8 Minuten goldbraun backen

6 Knöpfe auf dem Rost auskühlen lassen, Böden mit Marmelade oder Gelee bestreichen, Deckelchen aufsetzen und anschließend mit Staubzucker bestreuen

SAURE ZITRONENMÜNDER

Zutaten

150 g Butter (Raumtemperatur)
50 g Staubzucker
Abrieb von 2 unbehandelten
Bio-Zitronen
1 El Zitronensaft
2 El Mohn
200 g Mehl
2 El Maisstärke
¼ Tl Salz

Für den Guss:
200 g Staubzucker
Zitronensaft und Zesten von einer
unbehandelten Bio-Zitrone

1 Butter und 50 g Staubzucker in einer Schüssel mit dem Rührgerät (Quirlaufsatz) schaumig schlagen, Zitronenzesten und Zitronensaft zugeben und weiterschlagen

2 In einer weiteren Schüssel Mohn, Mehl, Stärke und Salz vermengen und anschließend zur Buttermischung geben, mit dem Knetbalken vermengen

3 Teig zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie wickeln und im Kühlschrank mindestens 2 Stunden kaltstellen

4 Auf der bemehlten Arbeitsfläche Teig mit dem Nudelholz ca. 4 mm dick ausrollen und mit dem Mond-Ausstecher Münder ausstechen (das geht auch mit einem Kreisausstecher: erst Kreise, dann ein zweites Mal zu einem Mund stechen)

5 Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech im vorgeheizten Ofen bei 160° C ca. 12 Minuten hell backen, auf dem Rost auskühlen lassen

6 Für den Guss Staubzucker und Zitronensaft mit dem Schneebesen gut verrühren und mit dem Pinsel auf die Münder streichen, mit Zitronenzesten bestreuen



SAUER MACHT LUSTIG!



GANZ HINTEN IM HEFT GIBTS DIE
FALTVORLAGE FÜR DIESE BOX!

KARAMELLBONBONS MIT KÜRBISKERNEN UND MEERSALZ

Zutaten

500 g Zucker
90 g Blüten-Honig (z.B. Alnatura)
100 g Wasser
200 g Rahm
400 g Butter (Zimmertemperatur)
4 g Meersalz, plus etwas mehr
zum Bestreuen
Eine Handvoll Kürbiskerne,
gehackt

1 Zucker und Honig mit dem Wasser zu einem goldenen Karamell kochen, dabei möglichst wenig umrühren

2 Karamell mit leicht erwärmtem Rahm vorsichtig ablöschen (Achtung! Der Zucker ist sehr heiß und könnte beim Zugeben des Rahms spritzen) und unter ständigem Rühren kochen, bis die Masse 145° C erreicht

3 Vom Herd nehmen, leicht abkühlen lassen und dann nach und nach die Butter zugeben und sehr gut verrühren, bis eine homogene Masse entsteht, zuletzt Salz zugeben

4 Die Masse in eine mit Backpapier ausgelegte Form gießen (ca. 25 x 30 cm), mit etwas grobem Meersalz und den gehackten Kürbiskernen bestreuen und auskühlen lassen

Nach dem Auskühlen kann das Karamell in die gewünschte Größe geschnitten werden und z.B. in geschnittenes Butterbrotpapier gewickelt werden.

TIPP

Die Temperatur ist wichtig für die richtige Konsistenz des Karamells. Zur Not geht es aber auch ohne Thermometer.

TIROLER BIO-HAFERFLOCKEN MIT SCHWARZHAFER

TIROLER BIO-HAFERFLOCKEN ENTHALTEN OBERBERGER SCHWARZHAFER, DER BIS VOR 50 JAHREN IN DER BRENNERREGION ANGEBAUT WURDE, UM DIE PFERDE DER FUHRLEUTE AUF TRAB ZU BRINGEN. AUF INITIATIVE DER TIROLER UMWELTANWALTSCHAFT UND DER BIO AUSTRIA TIROL KONNTE DER ANBAU IM VALSERTAL UND IN SISTRANS WIEDERBELEBT UND DIE WERTVOLLE ALTE SORTE ZUR ERHALTUNG DER ARTENVIelfALT BEWAHRT WERDEN.



TIROLER BERGSPITZEN

Zutaten

300 g Tiroler Bio-Haferflocken
100 g Alnatura Amaranth gepufft
50 g Sonnenblumenöl
100 g Agavendicksaft
150 g Vollmilchschokolade
60 g Wasser

Staubzucker zum Beschneien

1 Schokolade klein hacken und mit Haferflocken, Amaranth, Öl, Agavendicksaft und dem Wasser in einem Topf vermengen

2 Unter ständigem Rühren auf dem Herd auf kleinster Stufe ca. 10 Minuten erhitzen, bis die Schokolade vollständig geschmolzen und die Masse klebrig ist

3 Etwas abkühlen lassen und anschließend mit den Händen kleine Berge formen, zum Abkühlen beiseite stellen

Wenn die Berge vollständig ausgekühlt sind, können sie in Staubzucker getunkt werden und davon eine Schneespitze bekommen.



WUNDERZUTATEN:

- ✓ CHIA
- ✓ AMARANTH
- ✓ SESAM
- ✓ QUINOA
- ✓ LEINSAMEN

WUNDERKEKSE

Zutaten

1 P dünne, neutrale Grissini
200 g dunkle Schokolade

als Wunderkörner (nach Belieben):

Chia-Samen
Amaranth
Leinsamen
Sesam
gepuffte Quinoa

1 Wunderkörner in einer Schüssel vermengen

2 Schokolade im Wasserbad schmelzen

3 Grissini erst in die Schokolade, dann in die Körnermischung tunken, auf einem Backpapier ablegen und vollständig erkalten lassen

TIPP

Die Wunderkekse sind so wunderbar einfach wie köstlich und sehr gut zum Backen mit Kindern geeignet!



BUNTE HONIG-NUSS-TALER

Zutaten

2 El Butter
2 El Rohrzucker
2 El Honig
2 El Mehl
eine Prise Salz

Nüsse und Trockenfrüchte
nach Wahl, z.B.:
Datteln, Mangos, Pflaumen,
Rosinen, Gojibeeren, Cranberries,
Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne,
Mandeln, Pistazien, Haselnüsse,
Cashewnüsse, Walnüsse

1 Trockenfrüchte in kleine Stücke schneiden, Nüsse hacken

2 Ein Backblech mit Backpapier auslegen

3 In einem mittelgroßen Topf Butter, Zucker und Honig leicht erhitzen, bis sich alles gut vermischt hat und der Zucker aufgelöst ist

4 Masse in eine Schüssel gießen, Mehl und Salz zugeben und gut vermengen

5 Masse mit einem Teelöffel mit genügend Abstand auf ein Backblech geben und mit Nüssen und Früchten bestreuen

6 Im vorgeheizten Backofen bei 180° C ca. 5-7 Minuten goldbraun backen



HEISSE SCHOKOLADENLÖFFEL

Zutaten

200 g Vollmilchschokolade
 200 g weiße Schokolade
 200 g Zartbitterschokolade
 1 P Einweg-Holzlöffelchen

Zum Bestreuen (nach Belieben):
 Zuckerstreusel, Schokostreusel,
 Marshmallowstücke, gehackte
 Karamellbonbons etc.

1 Schokolade im Wasserbad schmelzen, Holzlöffel darin eintunken und auf ein Backpapier legen

2 Mit gehackten Karamellbonbons, Streusel, klein geschnittenen Marshmallows nach Belieben bestreuen

3 Gut auskühlen lassen, bis die Schokolade wieder fest ist

Die Löffel können nun beschriftet und verschenkt werden oder direkt in einer Tasse heißer Milch zu einem Kakao gerührt werden.



WALDPILZE

Zutaten

100 g Eiweiß
200 g Zucker
50 g gemahlene Haselnüsse
150 g Vollmilchschokolade
2 El echter Kakao

1 Aus dem Eiweiß und Zucker eine sehr feste Baisermasse schlagen (Eiweiß anschlagen und nach und nach Zucker einrieseln lassen, bis der Schnee fest ist)

2 Ein Drittel der Masse vorsichtig in einen Spritzbeutel füllen (runde Tülle, ca. 10er Öffnung) und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech die Pilzstiele spritzen, dabei am Blech ansetzen und die Tülle nach oben, also in die Luft ziehen

3 Unter die restliche Masse vorsichtig die Haselnüsse heben, ebenfalls in einen Spritzbeutel (gleiche Tülle) füllen und kleine Kreise (gerne auch unterschiedlich große) auf ein zweites Backblech spritzen – die Masse ist nun etwas flüssiger und lässt sich gut zu Pilzköpfen spritzen

4 Im Ofen bei ca. 90° C Umluft trocknen, bis das Baiser fest ist (ca. eine Stunde, die Backofentür dabei einen kleinen Spalt offen lassen)

5 Schokolade im Wasserbad schmelzen, je ein Pilzdeckelchen damit bestreichen und einen Stiel ankleben, zuletzt mit etwas Kakao bestäuben

TIPP

Meine Stiele waren innen noch etwas feucht, dadurch zerfallen sie wunderbar im Mund, sind aber auch etwas empfindlicher. Bei längerer Trocknung werden sie stabiler.



ZIMTSTERNE

Zutaten

150 g gemahlene Mandeln
150 g gemahlene Haselnüsse
250 g Zucker
125 g Marzipan
75 g Orangeat
75 g Zitronat
10 g Zimt
1 Prise Salz
Abrieb einer unbehandelten
Orange
4 Eiweiß

für den Guss:
3 Eiweiß
450 g Staubzucker

1 Marzipan in kleine Stücke schneiden, Orangeat und Zitronat fein hacken

2 In einer großen Schüssel gemahlene Nüsse, Zucker, Marzipan, Orangeat und Zitronat, Zimt, Salz und Orangenabrieb miteinander vermischen, Eiweiß zugeben und mit dem Rührgerät (Knethaken) gut vermengen

3 Teig ca. 4 mm dick ausrollen, Sterne ausstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen

4 Für den Guss Eiweiß steifschlagen, Staubzucker sieben und darunterschlagen, bis die Masse schön streichbar ist

5 Zimtsterne damit bestreichen und bei 150° C 10-15 Minuten backen



KÜRBISBROWNIES

Zutaten

½ Tiroler Bio-Hokkaido Kürbis
(ca. 500 g)
100 g BIO vom BERG Dunkle
Alpenmilch-Schokolade
125 g Tiroler Bio-Fasslbutter
(Raumtemperatur)
150 g Zucker
2 BIO vom BERG Eier
70 g Mehl
eine Prise Salz
3 El echtes Kakaopulver
150 g BIO vom BERG Helle
Alpenmilch-Schokolade

1 Ofen auf 180° C vorheizen

2 Den halben Kürbis entkernen, mit der Haut nach oben auf ein gefettetes Backblech legen und so lange backen, bis das Fruchtfleisch schön weich ist (ca. 30-40 Minuten)

Auskühlen lassen, anschließend mit dem Löffel das Fruchtfleisch auskratzen und 300 g abwiegen

3 Dunkle Schokolade im Wasserbad schmelzen

4 Butter und Zucker in einer Schüssel schaumig schlagen, Kürbis zugeben und gut vermischen, bis keine Kürbisstücke mehr zu sehen sind, Eier einrühren, dann die geschmolzene (nicht mehr heiße) Schokolade unterrühren

5 Vollmilchschokolade hacken, Mehl, Kakao, Salz und Schokostücke zur Mischung geben und mit dem Teigschaber vorsichtig verrühren

6 In eine gefettete Form ca. 4 cm dick streichen (ca. 18 x 27 cm) und ca. 25-30 Minuten bei 180° C backen – der Kern soll noch schön saftig und feucht sein

Unabgedeckt auskühlen lassen und in beliebig große Stücke schneiden.



SCHOKO-PFEFFER-BOMBEN

Zutaten

200 g Mehl
100 g Kakao
¼ Tl Salz
¼ Tl schwarzer Pfeffer und etwas
mehr zum Bestreuen
1 gehäufter El Instant-Kaffeepulver
180 g Butter (Zimmertemperatur)
200 g Rohrzucker
1 Ei

1 Mehl, Kakao, Salz, Pfeffer und Kaffeepulver in einer Rührschüssel miteinander vermengen

2 In einer weiteren Schüssel Butter und Zucker mit dem Rührgerät (Quirlaufsatz) schaumig schlagen, Ei zugeben und weiterschlagen

3 Mehlmischung zugeben und mit dem Knethaken zu einem homogenen Teig verarbeiten

4 Teig zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie wickeln und im Kühlschrank mindestens 1 Stunde kaltstellen

5 Teig in kleine Stücke schneiden, dann zwischen den Handflächen zu kleinen Kugeln formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen

6 Im vorgeheizten Ofen bei 180° C ca. 8 Minuten backen und mit etwas Pfeffer bestreuen, während sie noch warm sind

PFEFFER IST EIN NATÜRLICHER GESCHMACKSVERSTÄRKER!



KRÄUTERKRACHER

Zutaten

125 g Zucker
125 g Butter (Raumtemperatur)
1 Ei
1 P Vanillezucker
125 g Mehl
¼ Tl Salz
ein Zweig frischer Thymian
ein Zweig frischer Rosmarin

1 1 El Zucker beiseitenehmen, restlichen Zucker und Butter mit dem Rührgerät schaumig schlagen, Ei und Vanillezucker zugeben und weiterschlagen, Mehl und Salz zugeben und ebenfalls unterrühren

2 Mit dem Teigschaber oder Löffel den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen, mit den gezupften Kräutern und dem restlichen El Zucker bestreuen

3 Im vorgeheizten Backofen bei 175° C ca. 15 Minuten goldbraun backen

Auf dem Blech auskühlen lassen und in mundgerechte Stücke brechen.



GEWÜRZ-MASCHEN

Zutaten

250 g Mehl
½ Tl Natron
¼ Tl Salz

100 g Butter (Raumtemperatur)
170 g Vollrohrzucker
(z.B. Alnatura)
1 Ei

¼ Tl Muskatnuss, frisch gerieben
1 Tl Ingwer, gemahlen
¼ Tl Nelken, gemahlen

eine Handvoll (ca. 50 g)
ganze Mandeln, geschält
2 El Staubzucker

1 Mehl, Natron und Salz in einer Schüssel miteinander vermengen

2 In einer weiteren Schüssel Butter und Zucker mit dem Rührgerät (Quirlaufsatz) schaumig schlagen, Ei und Gewürze zugeben und weiterschlagen

3 Mehlmischung zugeben und mit dem Knethaken zu einem homogenen Teig verarbeiten

4 Teig zu einer Scheibe formen, in Klarsichtfolie wickeln und im Gefrierschrank ca. eine Stunde kaltstellen

5 Auf der bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit dem Nudelholz dünn ausrollen (übrigen Teig wieder kaltstellen, solange er nicht bearbeitet wird) und mit dem Messer in kleine Rechtecke schneiden

6 Je ein Rechteck mit den Fingern in der Mitte leicht zu einem Mascherl zusammendrücken und eine Mandel in die Mitte setzen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen (fertig geformte Maschen kühl halten, damit sie nicht zerlaufen)

7 Im vorgeheizten Backofen bei 200° C ca. 8-9 Minuten backen

Mit Staubzucker bestreuen.



SCHNEEBÄLLE

Zutaten

200 g weiße Schokolade
50 g Bio-Mandelmus
(z.B. Alnatura)
ca. 30 geschälte Mandeln
200 g Kokosflocken

1 Weiße Schokolade klein hacken und im Wasserbad schmelzen, vom Herd nehmen und Mandelmus einrühren

2 Diese "Ganache" (Masse) in einen Suppenteller füllen, mit Folie abdecken und im Kühlschrank fest werden lassen

3 Kokosflocken in einen großen Teller geben, jeweils eine Mandel mit einem Teelöffel in die Ganache drücken (sollte diese zu fest sein, einfach bei Raumtemperatur wieder weicher werden lassen) und sie zusammen mit einer kleinen Nocke der Masse wieder entnehmen, in die Kokosflocken fallen lassen, darin rollen und mit den Händen vorsichtig zu einer Kugel formen

TIPP

Sollte es keine geschälten Mandeln geben, kann man auch ungeschälte Mandeln mit heißem Wasser überbrühen. Die Haut lässt sich dann ganz einfach abziehen.

STATT MANDELMUS KANN AUCH
CASHEWMUS VERWENDET WERDEN



WHOOPIE PIES

(ergibt ca. 17 Stück) Rezept von Tina Ganser

Zutaten

Für den Teig:

120 g Butter
100 ml Mineralwasser
160 g Zucker
200 ml Buttermilch
3 El Vanillejoghurt
1 großes Ei
125 g Weizenmehl
125 g Weizenvollkornmehl
1 Tl Natron
1 Tl Backpulver
20 g echter Kakao

Für die Füllung:

80 g Marshmallow Fluff*
150 g Frischkäse

1 Backofen auf 160° C vorheizen

2 Für die Whoopie Pies Butter mit Mineralwasser kurz mixen, bis sich die Zutaten vermengt haben, anschließend Zucker beimengen und gut mixen; das Ei hinzugeben und für mindestens 1 Minute aufschlagen; Buttermilch und Joghurt unterrühren

3 Mehl mit Natron, Backpulver und Kakao vermischen, dann die trockenen Zutaten portionsweise unter die Eimasse heben und rund 10 Minuten rasten lassen

4 Nun den Teig entweder mit einem Löffel auf das mit Backpapier belegte Backblech verteilen (ca. 4 cm Durchmesser) oder mit einem Spritzbeutel mit runder Tülle Kreise aufspritzen

5 Im Ofen ca. 10 Minuten backen, herausnehmen und abkühlen lassen

6 In der Zwischenzeit für die Füllung Marshmallow Fluff und Frischkäse cremig rühren und die Creme für 20-30 Minuten im Kühlschrank kaltstellen

7 Auf die untere Seite eines Kuchleins etwas Füllung streichen und jeweils ein unverarbeitetes Kuchlein draufsetzen, vor dem Servieren erneut 20 Minuten kaltstellen

*Marshmallow Fluff ist ein in den USA beliebter Brotaufstrich. Wer keinen Onkel in Amerika hat, kann ihn auch selber machen:
3 Eiweiß mit einer Prise Salz am besten in einer Küchenmaschine rühren, bis die Masse Spitzen wirft. 250 g Wasser und 250 g Zucker ca. 7-10 Minuten in einem Topf aufkochen, bis die Konsistenz etwas sirupartig wird und viele kleine Blasen bildet (idealerweise bei 118° C). Etwas abkühlen lassen, dann langsam zum Eiweiß hinzufügen und alles 10 Minuten lang rühren. Nach Belieben mit Lebensmittelfarbe einfärben und/oder aromatisieren (z.B. mit Vanille).

TIPP

Die Creme muss nicht perfekt in die Whoopie Pies gestrichen werden, es macht nichts, wenn etwas Füllung herausrinnt.

STEFAN WIESNER

DER UNGEWÖHNLICHE SCHWEIZER HAUBENKOCH VERWENDET GERNE „NATURMATERIALIEN“ WIE STEINE, TORF, HOLZ ODER STAHL IN SEINER KÜCHE. KEIN WUNDER, DASS ER UNTER ANDEREM ALS „KÜCHEN-ALCHIMIST“, „ERDVERBUNDENER GASTROSOPH“ ODER „SCHRÄGER HEXER“ BESCHRIEBEN WURDE. NACH EIGENER DEFINITION VERBINDET WIESNER AUF KREATIVE UND EXPERIMENTELLE WEISE GENUSS MIT PHILOSOPHISCHEM GEDANKENGUT. AUSGANGSPUNKT SIND ABER IMMER REGIONALE UND SAISONALE GRUNDZUTATEN, DIE OFT IN STUNDENLANGEN SPAZIERGÄNGEN IN DEN UMLIEGENDEN FELDERN, WÄLDERN UND GEWÄSSERN GESAMMELT WERDEN.



SCHOKOLADENTÖRTCHEN MIT KAMILLE

(ergibt ca. 7 Küchlein) Rezept von Stefan Wiesner

Zutaten

40 g Butter
40 g Zartbitterschokolade
(65 % Kakaoanteil)
10 g Staubzucker
1 Ei
1 Eigelb
1 gehäufter Tl Mehl
1 gehäufter Tl Johannisbrotmehl
2 Tl getrocknete Kamille,
gemahlen
½ Prise Salz
1 Messerspitze Cayennepfeffer

1 Butter und Schokolade zusammen langsam schmelzen

2 Staubzucker, Ei und Eigelb mischen und mit dem Handrührgerät zu einer schaumigen Masse schlagen; die geschmolzene Schokoladen-Butter-Mischung langsam darunterziehen und weiter mixen

3 Mehl, Johannisbrotmehl, Kamille, Salz und Cayennepfeffer mischen und vorsichtig unter die Masse ziehen

4 Jeweils etwa 20 g Teig in gut eingefettete Förmchen füllen und diese mindestens 6 Stunden kühlstellen

5 Die Törtchen im Ofen bei 190° C für 3 bis 3½ Minuten backen, anschließend herausnehmen und etwa 1 Minute ruhen lassen (damit sich die äußere Schicht um den cremig-flüssigen Kern etwas setzt und das Küchlein beim Stürzen nicht reißt)

Küchlein vorsichtig stürzen und sofort servieren.

TIPP

Dieses Rezept stammt aus Stefan Wiesners Buch „Avantgardistische Naturküche“, erschienen im AT-Verlag.



KASTANIENHERZEN

(ergibt 25-30 kleine Herzen) Rezept von Julia Mauracher

Zutaten

600 g Esskastanien, geschält
und gekocht
ein Schuss Rum
Mark ½ Vanilleschote
100 g Staubzucker
300 g Vollmilchkuvertüre
150 g Zartbitterkuvertüre

EIN INTERVIEW MIT
BLOGGERIN JULIA
GIBTS AUF SEITE 12.

1 Die gekochten Kastanien klein schneiden und in einem Standmixer zu einer fein-bröseligen Masse hacken (alternativ kann man die Kastanien auch mit einem Kartoffelstampfer zu einem feinen Brei verarbeiten)

2 Den Kastanienbrei mit dem Rum, der Vanille und dem Staubzucker vermengen, die Masse mit den Händen fest kneten, zu einem Ball formen und etwa eine halbe Stunde kühlstellen

3 Dann die Masse mit einem Nudelholz ca. 1 cm dick ausrollen und mit einem Keksausstecher kleine Herzen ausstechen, die Herzen wieder eine halbe Stunde kühlstellen

4 In der Zwischenzeit die Vollmilchkuvertüre über einem Wasserbad schmelzen und in einen tiefen Suppenteller, eine große Teetasse oder eine kleine, tiefe Schüssel geben

5 Die gekühlten Herzen auf eine Gabel legen und in die Vollmilchkuvertüre eintauchen, die Schokolade etwas abtropfen lassen und dann die Herzen auf ein Backpapier setzen, am besten im Kühlschrank fest werden lassen

6 Die Zartbitterkuvertüre ebenfalls schmelzen, beim nächsten Schritt am besten mit Einweghandschuhen oder sehr kalten Händen arbeiten, sonst schmilzt der Schokoladenüberzug!

7 Die überzogenen Herzen nun zur Hälfte in die dunkle Zartbitterkuvertüre tauchen und wieder gut abtropfen lassen oder alternativ einen Kaffeelöffel in die Kuvertüre tauchen und den Löffel über den Herzen schwenken, sodass eine Art Streifenmuster entsteht; anschließend wieder auf dem Backpapier trocknen lassen

TIPP

Frisch schmecken die Herzen am besten, sie lassen sich aber gekühlt bis zu einer Woche aufbewahren.



Ein



für einen guten Zweck!

www.facebook.com/MPREIS.at



 **SOS KINDERDORF**
Jedem Kind ein liebevolles Zuhause



HILFE FÜR KINDER AUF DER FLUCHT

Unterstützen Sie jetzt die wichtige Arbeit von SOS-Kinderdorf mit einem Mausclick! Jeder „Like“ der MPREIS Facebook Seite sorgt für Aufmerksamkeit und wird von MPREIS mit einer Spende von einem Euro belohnt.

Ziel ist es, 10.000 UnterstützerInnen und damit die Summe von 10.000 € zu erreichen!

Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge (UMF) haben auf der Flucht und im Krieg große Unsicherheit und persönliche Bedrohung erlebt. Sie mussten von ihren Familien alleine in die Flucht geschickt werden oder haben diese unterwegs bzw. bereits davor in den Kriegswirren verloren. Die Einrichtungen von SOS-Kinderdorf geben ihnen ein kleines Stück Kindheit zurück und bereiten sie auf eine positive Zukunft vor. Die Spenden kommen unmittelbar dem SOS-BIWAK in Hall und dem Clearing House in Salzburg zugute.

JETZT MPREIS-FAN
WERDEN! 

WIR SPENDEN
PRO FACEBOOK FAN
1 €



UNSERE LIEBLINGSPRODUKTE
AUS TIROL



 **ALNATURA** *Sinnvoll für Mensch und Erde*





Baguette



MPREIS
shop.mpreis.at

IMPRESSUM

MedieninhaberIn

© MPREIS Warenvertriebs GmbH
Landesstraße 16
6176 Völs
Telefon +43 (0) 50 321-0
Fax +43 (0) 512 3131-4000
rdm@mpreis.at
mpreis.at

Redaktion Simone Höllbacher, Ja. M., Stefan Österreicher, Lisa Riess, Alina Spota

AutorInnen Tina Ganser, Stefan Österreicher

Rezepte Kathrin Koschitzki, Tina Ganser, Julia Mauracher, Stefan Wiesner

Gestaltung Simone Höllbacher

Illustration Irene Gonzalez Chana

Fotografie Kathrin Koschitzki

Lektorat Stefan Österreicher

Druck Sterndruck Tirol

Auflage 100.000



Das „Rezept des Moments“ wird klimaneutral gedruckt.

Durch unsere CO₂-Kompensationszahlung wird ein Klimaschutzprojekt der BOKU Wien in Äthiopien unterstützt.



Ausklapper

KEKSBOX ZUM SELBERBASTELN

WIR HABEN DARIN UNSERE LECKEREN KARAMELLBONBONS
MIT KÜRBISKERNEN VERPACKT (SEITE 30)



Du brauchst:
Karton, Stift und Kleber

Vorlage ausschneiden oder auf Karton
oder Geschenkpapier legen und mit
einem Stift die Konturen nachfahren
(fest durchdrücken). Karton an den
durchgedrückten Linien ausschneiden.
Rote Linien einschneiden.
Grau markierte Quadrate werden nach
dem Zusammenfalten an die Innenseite
der Schachtel geklebt.



Cover

