

# ESSEN IN SALZBURG

*mit Iris Köck*



**Rezepte aus der ORF-Salzburg-Fernsehgarten-Küche**



# INHALTSVERZEICHNIS

## Rezepte aus der Fernsehgarten-Sendung „Essen in Salzburg“

ausgestrahlt von 28. August 2024 bis 19. Februar 2025

- |  |   |                                       |
|--|---|---------------------------------------|
| <b>3</b> Eierschwammerl-Flammkuchen      | <b>12</b> Schokobananen-Mumien          | <b>22</b> Restl-Rauten                |
| <b>4</b> Käse-Speckstangerl              | <b>13</b> Gemüsecrumble                 | <b>23</b> Paprikakraut                |
| <b>5</b> Chili-Rezepte                   | <b>14</b> Spätzle süß oder sauer        | <b>24</b> Winter-Crinkle-Cake         |
| <b>6</b> Lungauer Topfennudeln           | <b>16</b> Handbrot                      | <b>25</b> Joghurtschmarren mit Beeren |
| <b>7</b> Zwetschken-Topfen-Kuchen        | <b>17</b> Panettone-Kekse               | <b>26</b> Brokkoli-Käse-Nuggets       |
| <b>8</b> Rösti-Auflauf                   | <b>18</b> Mini-Zimtschnecken            | <b>27</b> Brezenknödel mit Rahmlauch  |
| <b>9</b> Kartoffelrolle mit Wurzelgemüse | <b>19</b> Tannenbaum-Blinis             | <b>28</b> Mitten-ins-Herz-Muffins     |
| <b>10</b> Kürbisknödel mit Salbeibutter  | <b>20</b> Chai-Kekse mit Gewürzmischung | <b>29</b> Rahmbuchteln                |
| <b>11</b> Birnenkuchen                   | <b>21</b> Neujährchen                   |                                       |

# FLAMMKUCHEN mit Eierschwammerl



Flammkuchen mit Eierschwammerl

## Zutaten

Flammkuchenteig:

500 g glattes Dinkelmehl

¼ l Wasser

2 EL Öl

10 g Salz

Für den Belag:

25 g Crème fraîche

½ Lauchstange (in Ringe  
geschnitten)

300 g Eierschwammerl

5 Scheiben Frühstücksspeck

1 kleine rote Zwiebel (in feine  
Scheiben geschnitten)

80 g würziger Käse (gerieben)

frische Petersilie

Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Backofen auf 220 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Für den Teig alle Zutaten zusammenschütten, kneten und 20 Minuten ruhen lassen.

Lauch und Eierschwammerl bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten in einer Pfanne dünsten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Danach die Masse abkühlen lassen.

Den Teig auswalken und auf ein Backblech legen. Crème fraîche darauf verstreichen. Mit Käse bestreuen und darüber die Eierschwammerlmasse, Speck, Zwiebel und frische Petersilie streuen. Im Backofen 15–20 Minuten knusprig backen.

# KÄSE-SPECKSTANGERL



*Käse-Speckstangerl*

## Zubereitung

Milch und Wasser leicht erwärmen (max. 40 °C). Honig und Germ in der lauwarmen Flüssigkeit auflösen und beiseitestellen. Kümmel am besten grob zerstoßen. Alle trockenen Zutaten vermischen und die Milch-Germ-

mischung dazugeben. Den Teig mit der Küchenmaschine 5–10 Minuten kneten, bis er geschmeidig wird. Den Germteig zudecken und an einem warmen Ort ca. 45 Minuten rasten lassen. Anschließend den Teig auf einer bemehlten

Arbeitsfläche zu einer Rolle formen und in 12 Stücke teilen. Jedes Teigstück zu einer Kugel rund schleifen. Die Teigkugeln abgedeckt unter einem feuchten Tuch 10 Minuten rasten lassen.

Die Teigkugeln länglich ausrollen und mit einigen Speckwürfeln bestreuen. Den Teig von der längeren Seite her einrollen und die Enden gut verschließen. Die Stangerl auf ein Backblech legen und nochmals zugedeckt 10 Minuten rasten lassen.

Vor dem Backen die Stangerl mit Wasser besprühen und mit Käse bestreuen. Gebacken wird bei 200 °C für ca. 20 Minuten.

## Zutaten

- 1 Pkg. Speck (gewürfelt)**
- 100 g Käse (gerieben)**
- 300 g glattes Weizenmehl**
- 100 g Weizenvollkornmehl**
- 100 g Roggenmehl**
- 150 ml Wasser**
- 150 ml Milch**
- 1 EL Honig**
- 12 g Germ (frisch)**
- 1 EL Salz**
- 1 EL Kümmel (ganz)**

# CHILI-REZEPTE

## *Salz | Öl | Tabasco-Sauce*



Chili-Rezepte

### Chili-Salz

**ca. 500 g Chilis (je nach Schärfe)**

**ca. 10 EL Meersalz**

Grüne Stiele von den Chilis schneiden. Chilis klein schneiden und gemeinsam mit Meersalz zerkleinern.

Auf ein Backblech möglichst dünn aufstreichen und bei niedriger Temperatur in den Backofen schieben (am besten, wenn ein Backrohr auskühlt) bis eine harte Salz-Platte entsteht. Das Salz nochmal zermahlen und abfüllen.

### Tabasco-Sauce

500 g Chilis

500 ml Wasser

25 g Salz

Pefferkörner

1 Knoblauch (nur zerdrücken)

1 EL Apfelessig

Die grünen Pflanzenteile von den Chilis entfernen, Chilis in Ringe schneiden. Gemeinsam mit Wasser, Salz, Pfefferkörnern und dem Knoblauch mischen. Rund eine Woche kühl ziehen lassen.

Danach die Mischung kurz aufkochen lassen und pürieren. Mit 1 EL Apfelessig abschmecken. Noch heiß in sterile Gläser abfüllen.

### Chili-Öl

ca. 200 g Chilis (gemischt)

1 l Olivenöl (oder anderes hochwertiges Öl)

Grüne Stiele von den Chilis entfernen, Chilis halbieren und auf einem Backblech leicht antrocknen lassen – bis die Chilis leicht runzlig werden. Dann in eine sterile Flasche füllen und mit Öl aufgießen.

Etwa einen Monat lang durchziehen lassen. Dabei darauf achten, dass das Öl immer die Chilis bedeckt.

## Lungauer

# TOPFENNUDELN

### Zutaten

500 g Topfen

3 Eier

190 g glattes Mehl

2 EL Butterschmalz

oder anderes Fett

### Zubereitung

Topfen mit den Eiern und dem Mehl gut verrühren, sodass ein kompakter (eher weicher) Teig entsteht.

Das Fett (Butterschmalz oder Öl) in einer Pfanne erhitzen. Mit einem Esslöffel Nockerl abstechen und im heißen Fett von allen Seiten goldbraun backen.

Danach gut abtropfen lassen und mit Staubzucker und Kompott oder Röster der Saison servieren.

Lungauer Topfennudeln



Zwetschken-Topfen-Kuchen

## Zubereitung

Für den Boden Mehl, 50 g Zucker, Salz, Eigelb und kalte (!) Butter mit den Händen zu einem Mürbeteig verkneten. Zugedeckt ca. 1 Stunde kalt

stellen. In der Zwischenzeit Zwetschken waschen, trocknen, halbieren und den Kern herauslösen. 50 g Zucker und Zimt mischen. Für den Guss

# TOPFEN-KUCHEN

## Zwetschken-

### Zutaten

200 g Mehl

150 g Zucker

1 Prise Salz

1 Dotter

125 g kalte Butter

1 kg Zwetschken

1 Prise Zimt

100 g Schlagobers

150 g Topfen

1 EL oder 1 Pkg. Vanillezucker

2 Eier

2 EL Mandelblättchen

Schlagobers, Topfen, 50 g Zucker, Vanillezucker und Eier kräftig mixen.

Den Mürbeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Kreis ausrollen und in eine Springform legen, dabei den Rand ca. 2 cm hochziehen und an den Springformrand andrücken.

Boden mit Mandeln bestreuen. Zwetschken hineinstellen (mit den Spitzen nach oben). Mit Zimtzucker bestreuen, dann den Guss gleichmäßig über die Zwetschken verteilen.

Gebacken wird bei 180 °C für ca. 1 Stunde. Den Kuchen am besten lauwarm servieren.

# RÖSTI-AUFLAUF



Röstli-Auflauf

## Zutaten

- 1 Zwiebel
- 1 kg Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
- 20 g Butter
- 150 g Speckwürfel
- 250 g Frischkäse (Kräuter oder Natur)
- 2 EL Senf
- 200 g würziger Käse
- 1 ½ TL Salz
- gemahlene Muskatnuss
- frisch gemahlener Pfeffer
- Petersilie

## Zubereitung

Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Kartoffeln schälen und grob raspeln, danach kurz rasten lassen und die Flüssigkeit abgießen.

Frischkäse, Senf, Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss gut mischen. Die Zwiebel- und Speckwürfel anbraten, danach die ausgedrückten Kartoffeln dazugeben. Alles gut miteinander anrösten.

Dann die Frischkäsemischung und Petersilie dazugeben und gut mischen. Zum Schluss noch den Käse in die Masse geben und leicht anschmelzen lassen.

Die Masse in eine gefettete Auflaufform geben und bei 200 °C ca. 45 Minuten backen. Serviert wird der Röstli-Auflauf am besten mit frischem Salat.

# KARTOFFELROLLE

## mit Wurzelgemüse



Kartoffelrolle mit Wurzelgemüse

### Zubereitung

Die Kartoffeln kochen, abschrecken, schälen und noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Etwas über-

kühlen lassen. Dann mit den Eiern, Mehl, Butter, Grieß und den Gewürzen zu einem elastischen Teig kneten.

Das Wurzelgemüse putzen und entweder in dünne Streifen schneiden oder dünn hobeln. In einer Pfanne mit etwas Fett anrösten.

Mit Salz, Pfeffer und frischen Kräutern würzen, ablöschen und einkochen lassen, bis das Gemüse noch leichten Biss hat.

Den Kartoffelteig zu einem Rechteck auswalken (ca. 1 cm dick), mit dem Gemüse belegen und wieder einrollen.

Auf einem Backblech ca. 30 Minuten bei 200 °C backen.

Die Kartoffelrolle passt als Beilage zu einem herbstlichen Braten mit viel Sauce.

### Zutaten

#### Kartoffelteig:

500 g Kartoffeln

2 Eier

4 EL Mehl

20 g Butter

1 EL Grieß

Salz und Muskatnuss

#### Wurzelgemüse:

1 Knolle Sellerie

3–4 Karotten

1–2 Pastinaken

1 Petersilienwurzel

1 Zwiebel

Salz und Pfeffer

etwas Fett zum Anrösten

frische Kräuter, wie z.B. Thymian

# KÜRBISKNÖDEL

## mit Salbeibutter



Kürbisknödel mit Salbeibutter

### Zubereitung

Den Kürbis in Stücke schneiden und ca. 10 Minuten in Wasser weichkochen, danach abseihen und mit einer Gabel zerdrücken. Zwiebel in Würfel schneiden und in Butter an-

schwitzen. Petersilie schneiden. Die Milch (Zimmertemperatur), die Zwiebelbuttermischung, die Eier, den Kürbis und die Petersilie über das Knödelbrot geben und gut

mischen. Die Gewürze dazugeben. Etwas durchziehen lassen. Sollte der Teig zu weich sein, etwas Mehl unterrühren.

In der Zwischenzeit würzigen Käse in 1 x 1 cm große Stücke schneiden. Wasser erhitzen (Achtung: nicht kochen). Am besten mit nassen Händen aus der Knödelmasse Kürbisknödel formen, dabei in die Mitte jeweils ein Stück Käse einarbeiten. Die Knödel im Wasser ca. 10 Minuten sieden lassen.

Etwas Butter erhitzen und die Salbeiblätter darin ziehen lassen. Die Knödel abseihen und mit Salbeibutter servieren.

### Zutaten

- 300 g Semmeln vom Vortag oder Knödelbrot in Stücken
- 1 Zwiebel mittlerer Größe
- 320 g Hokkaido-Kürbis entkernt
- ½ Bund Petersilie
- 45 g Butter
- 325 ml Milch
- 4 Eier
- 2 TL Salz
- Prise Pfeffer
- Prise Muskatnuss
- ca. 100 g würziger Käse
- evtl. etwas Mehl
- 60 g Butter
- ca. 10 kleine Salbeiblätter

# BIRNENKUCHEN



Birnenkuchen

## Zubereitung

Birnen schälen. Vanillezucker, Nelken, Zimt, Saft einer Zitrone und 200 ml Wasser aufkochen. Die Birnen hineinlegen und ca. 20 Minuten

garen. Eventuell etwas Wasser nachgießen. Birnen herausnehmen und abkühlen lassen. Unterdessen die Butter mit der Hälfte des Zuckers

cremig rühren. Eier trennen, Eigelbe nacheinander zur Butter-Zucker-Mischung geben. Schokolade hacken, schmelzen, etwas abkühlen lassen und unterrühren. Mehl und Backpulver vermengen und unter die Mischung heben.

Den Apfel waschen, entkernen, reiben und zum Teig geben. Eiweiß mit dem restlichen Zucker steif schlagen und vorsichtig unter den Teig heben.

Den Teig in eine gefettete Kastenform füllen. Die Birnen sehr dicht nebeneinander in den Teig drücken (aufgestellt).

Den Kuchen im vorgeheizten Backofen bei 180 °C ca. 35 Minuten backen.

## Zutaten

- 3 Birnen
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 1 TL Zimt
- 1 Zitrone
- 2 Stk. Nelken
- 100 g weiche Butter
- 120 g Zucker
- 3 Eier
- 100 g Zartbitter-Schokolade (oder Schokoladereste)
- 100 g Dinkelmehl
- 1/2 Päckchen Backpulver
- 1 Apfel
- Staubzucker zum Bestreuen (nach Belieben)**

# HALLOWEEN-REZEPT

## Schokobananen-Mumien



Schokobananen-Mumien

### Zutaten

- 4 Stk. Bananen
- 250 g Schokolade nach Wahl
- 1 Rolle Blätterteig
- 1 Ei
- 1 Pkg. Zuckerguss-Augen
- etwas Staubzucker

### Zubereitung

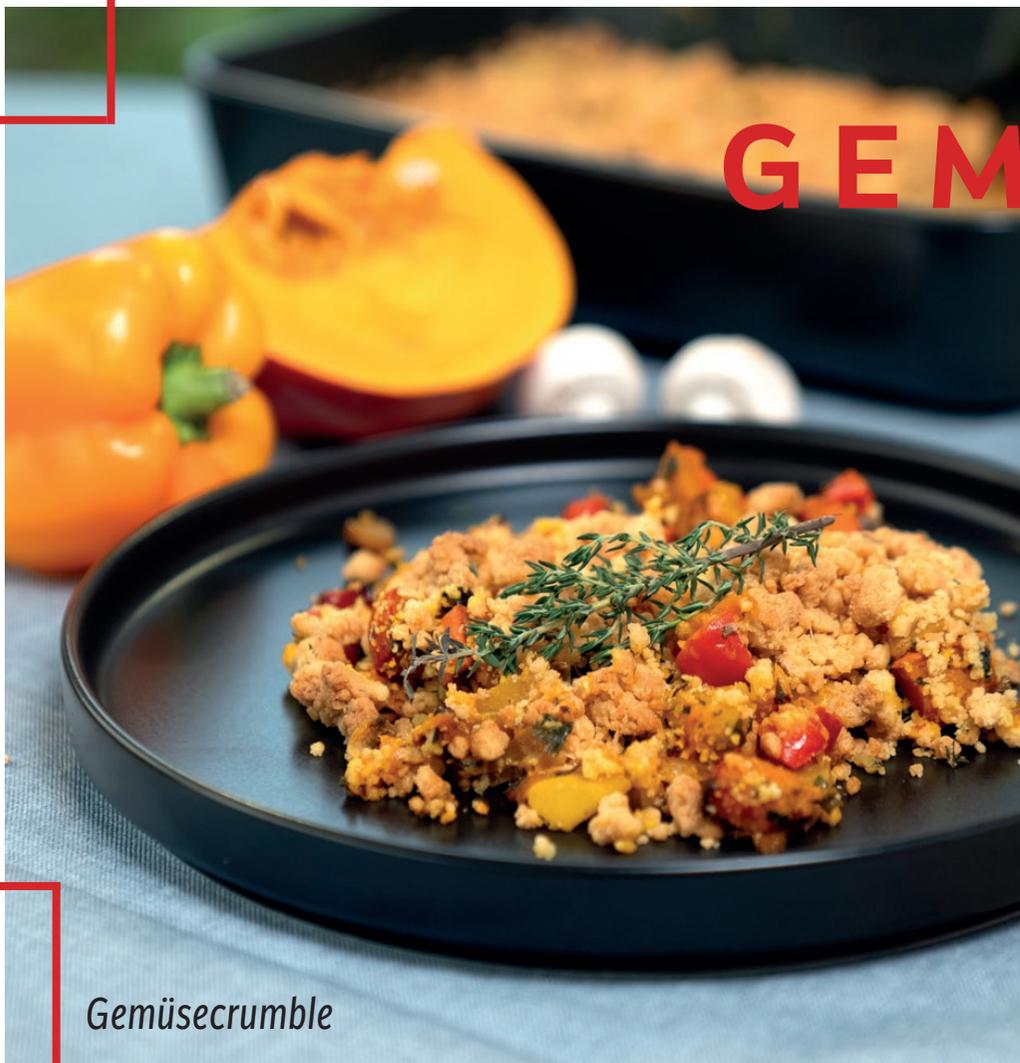
Die Bananen schälen und ein Stück (Längsseite) der Banane herausschneiden. Den Blätterteig in ca. 1 bis 2 cm dicke Streifen schneiden. Die Schokolade in Stücke brechen.

In den ausgeschnittenen Teil der Banane die Schokolade legen und mit dem Blätterteig umwickeln. Dabei einen Ausschnitt für die Augen aussparen.

Die eingewickelten Bananen mit einem Ei bestreichen und bei 180 °C für ca. 20 Minuten backen.

Vor dem Servieren mit etwas Staubzucker bestreuen und mit den Zuckerguss-Augen verzieren.

# GEMÜSECRUMBLE



Gemüsecrumble

## Zubereitung

Den Kürbis in ca. 1 cm große Würfel schneiden, die Champignons, die Karotten sowie

die Paprika putzen und in Scheiben schneiden und mit der gehackten Zwiebel und

dem Knoblauch in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken.

Die Thymianblättchen abzupfen. Die Butter in kleine Stückchen schneiden. Mehl, Butter, Eigelb, Parmesan und Thymian mischen und alles zu krümeligen Streuseln verkneten. Nach Geschmack salzen.

Die Gemüsemischung in kleine Förmchen füllen und die Streusel darüber verteilen.

Den Crumble ca. 30 Minuten bei 200 °C backen, bis die Streusel goldbraun und schön knusprig sind.

## Zutaten

### Gemüse:

800 g Kürbis

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

3 Stk. Paprika (bunt)

2 Stk. Karotten

10–15 Champignons

2 EL Olivenöl

2 EL gehackte Petersilie

Salz, Pfeffer

### Crumble:

90 g Mehl

2 EL frisch geriebener Parmesan

50 g kalte Butter

1 Eigelb

1 Zweig Thymian

# SPÄTZLE

## süß oder sauer

### Zutaten Spätzle

250 g griffiges Weizenmehl

140 g Sauerrahm

3 Eier

Salz

### Zubereitung

Alle Zutaten für den Teig vermengen und etwa 10 Minuten rasten lassen. Nach dem Rasten den Teig durch einen Spätzlehobel in gesalzenes heißes, aber nicht kochendes Wasser streichen. Schwimmen die Spätzle an der Wasseroberfläche auf, die Spätzle mit einem Schaumlöffel abschöpfen und in kaltem Wasser abschrecken. Die Spätzle können süß oder pikant serviert werden.

### Variante 1:

#### Butter-Nuss-Brösel

4 EL Brösel

2 EL geriebene Nüsse (Hasel- oder Walnüsse)

2 EL Butter

1 EL Zucker

½ TL Zimt gemahlen

Butter schmelzen lassen. Brösel, Nüsse und Zucker hinzufügen und miteinander anrösten. Zum Schluss etwas Zimt untermengen. Die Spätzle hinzufügen und mit der Brösel-Masse mischen. Mit Apfel- oder Birnenmus oder mit Beeren- oder Zwetschkenröstern servieren.

Spätzle

# SPÄTZLE

## *süß oder sauer*



Spätzle

### **Variante 2: Mohn- Buttermischung**

4 EL geriebener Mohn

2 EL Zucker

4 EL Butter

Butter schmelzen lassen, Mohn und Zucker hinzufügen und gut mischen. Die Spätzle zur Masse geben und gut durchschwenken.

Mit Apfel- oder Birnenmus oder mit Beeren- oder Zwetschkenröstern servieren.

### **Variante 3: Gemüse-Mischung**

ca. 250 g klein geschnittenes

Gemüse nach Wahl

2 EL Öl

2 EL würziger Käse (gerieben)

**Salz und Pfeffer**

Gemüse in etwas Öl in einer Pfanne anrösten, die Spätzle dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und gut durchschwenken.

Mit dem geriebenen Käse bestreut servieren.

# HANDBROT



Handbrot

## Zubereitung

Mehl und Brotgewürz in einer großen Rührschüssel mischen und eine Mulde machen. Den Zucker und das Salz in die Mulde geben. Das lauwarme Wasser in die Mulde leeren und Germ hineinbröseln. Die Flüssigkeit mit etwas Mehl bedecken und ca. 20 Minuten

an einem warmen Ort rasten lassen. Danach sollte sich das Dampf gebildet haben. Den Teig gut verkneten und eine Stunde, wieder an einem warmen Ort, rasten lassen. In der Zwischenzeit den Käse reiben und den Schinken in Stücke schneiden. Für den Dip Jo-

ghurt und Sauerrahm mit Salz, Pfeffer, Öl und, wer möchte, klein gehacktem Knoblauch vermischen. Den Teig noch einmal durchkneten und in zwei Stücke teilen. Jeden Teil auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3 mm dick auswalken. Schinken und Käse darauf verteilen, die Ränder einschlagen, den Teig aufrollen und auf ein Backblech legen. Mit einem Kochlöffel Unterteilungen machen (in ca. 5 cm Abständen) und jeden Teil an der Oberseite einschneiden.

Gebacken wird das Handbrot ca. 25 Minuten bei 240 °C. Das Handbrot wird dann Stück für Stück abgebrochen und mit dem Dip und Frühlingszwiebeln oder Schnittlauch serviert.

## Zutaten

### Handbrot:

**500 g Dinkelmehl**

**1 Würfel Germ**

**1 TL Zucker**

**1 TL Salz**

**2 EL Brotgewürz**

**300 ml lauwarmes Wasser**

**150 g geriebener Käse**

**100 g Kochschinken**

### Dip:

**1/2 Becher Joghurt**

**1/2 Becher Sauerrahm**

**Salz und Pfeffer**

**1 TL Öl**

**evtl. 1 Knoblauchzehe**

**2 Stk. Frühlingszwiebeln**

**oder 1 Bund Schnittlauch**

# PANETTONE-KEKSE



Panettone-Kekse

## Zutaten

- 220 g Butter
- 100 g Zucker
- 300 g Dinkelmehl
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- 1/2 TL Nelken und Zimt
- 1 TL Orangenschale
- 1 TL Zitronenschale
- 75 g Zitronat
- 75 g Orangeat
- Pistazien (gehackt)
- 200 g Schokolade  
(dunkel oder hell)

## Zubereitung

Mehl, Butter, Zucker, Ei, eine Prise Salz, Nelken und Zimt sowie Orangen- und Zitronenschale rasch zu einem Teig verkneten.

Den Teig für eine halbe Stunde kühl stellen. Danach den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer Rolle formen und gleichmäßige Scheiben davon abschneiden. Die Kekse auf mit Backpapier belegte Bleche geben und bei 180 °C ca. eine Viertelstunde backen, danach auskühlen lassen.

Verziert werden die Kekse mit geschmolzener Schokolade und dem gehackten Zitronat, Orangeat sowie den Pistazien.

# MINI-ZIMTSCHNECKEN

## *für den Nikolaus*



*Mini-Zimtschnecken für den Nikolaus*

### Zubereitung

Mehl in eine große Schüssel geben und eine Mulde machen. In die Mulde den Zucker, die Prise Salz sowie die

Mischung aus Milch und Germ geben. Ca. 20 Minuten gehen lassen. Wenn sich Blasen gebildet haben (Dampf),

die Butter zum Mehl geben und zu einem Teig kneten. Diesen Teig dann gut eine Stunde an einem warmen Ort gehen lassen. Danach den Teig am besten in vier Teile teilen und dünn auswalken. Den Teig mit Butter bestreichen und mit der Zimt-Zucker-Mischung bestreuen. Den Teig wieder zusammenrollen und Scheiben abschneiden. Diese auf ein Backblech legen und bei 180 °C ca. 10 Minuten backen.

Die Mini-Zimtschnecken am besten gleich frisch vernaschen. Sollten sie allerdings hart werden, sind sie auch eine großartige Einlage in einer Schüssel mit frischer Milch zum Frühstück.

### Zutaten

500 g Mehl

20 g Germ (frisch)

50 g Butter

250 g Milch

50 g Zucker

Prise Salz

**Für die Fülle:**

100 g Brauner Zucker

3–4 EL Zimt

100 g Butter

# TANNENBAUM-BLINIS



Tannenbaum-Blinis

## Zubereitung

Milch erwärmen. Germ zerbröseln und zusammen mit dem Zucker und 2 EL Mehl in die Milch rühren. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 15 Minuten gehen lassen. Butter

schmelzen, etwas abkühlen lassen und diese mit dem restlichen Mehl, Salz sowie den Eiern zum Germ-Gemisch geben. Alles zu einem glatten Teig kneten und nochmals 20

Minuten gehen lassen. In der Zwischenzeit aus dem Käsestück mit einem Keksausstecher Sterne ausstechen. Die Zucchini in dünne Scheiben hobeln. Den Paprika in kleine Stücke schneiden.

2 EL Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und pro Blini 1 EL Teig in die Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten. Die Blinis überkühlen lassen, danach mit etwas Frischkäse bestreichen. Eine Scheibe vom Räucherlachs darauflegen. Die Zucchinischeiben auf einem Zahnstocher falten, sodass ein Baum entsteht, zum Schluss mit dem Käsestern fixieren, in das Blini stecken und mit den Paprikastücken dekorieren.

## Zutaten

- 200 ml Milch
- 10 g Germ
- 1 TL Zucker
- 200 g Weizenmehl
- 1 EL Butter
- 1 Prise Salz
- 2 Eier
- 3 EL Rapsöl
- 3 Zucchini
- 1 Stk. Käse (0,5 cm dick)
- 1 Paprika rot (in kleinen Stücken)
- 1 Becher Kräuterfrischkäse
- 1 Pkg. Räucherlachs



Chai-Kekse mit Gewürzmischung

# CHAI-KEKSE

## mit Gewürzmischung

### Zutaten

#### Gewürzmischung:

- 1 EL Zimt
- 1 EL Nelken
- 1 EL Kardamom
- 1 EL gemahlener Ingwer
- 1 EL Zucker

- 330 g Mehl
- 1/2 Pkg. Backpulver
- 170 g Zucker
- 3 Eier
- 100 g Butter
- 1 EL Chai-Gewürz

Schokolade zum Verzieren

### Zubereitung

Gewürzmischung herstellen. Zucker, Eier, Butter, Mehl und Backpulver mit einem Esslöffel der Gewürzmischung mischen und schnell zu einem Teig verkneten. Danach den Teig gut eine Stunde kühl rasten lassen.

Nach der Ruhezeit den Teig ca. 5 mm dick auswalken, Kekse ausstechen und bei 180 °C ca. eine Viertelstunde backen. Danach die Kekse noch mit Schokolade verzieren.

Die Gewürzmischung passt z.B. auf den Milchschaum eines Weihnachtskaffees oder in eine Tasse Schwarz-Tee mit etwas Milch. Dazu die Chai-Kekse servieren.

# NEUJÄHRCHEN



Neujährchen

## Zubereitung

Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde machen, Zucker und Salz dazugeben. Lau-

warme Milch und Germ verrühren, in die Mulde gießen. Mit etwas Mehl bedecken und

an einem warmen Ort ca. 20 Minuten gehen lassen (Dampf entsteht). Danach Butter, Ei und Mandeln zugeben und gut verkneten. Den Teig rund eine Stunde rasten lassen.

Dann den Teig noch einmal durchkneten und in 14 gleich große Stücke teilen. Jedes Stück zu einem 20 cm langen Strang rollen, die Teigenden zu einer Schnecke formen, jeweils zwei Teigstücke übereinanderlegen.

Auf ein Backblech geben und 30 Minuten ruhen lassen. Vor dem Backen die Teiglinge noch mit einem Gemisch aus Eigelb und Milch bepinseln und mit gehackten Mandeln bestreuen.

Gebacken wird bei 180 °C für ca. 20 Minuten.

## Zutaten

- 450 g Mehl**
- 200 ml lauwarme Milch**
- 25 g Germ**
- 40 g Zucker**
- 70 g weiche Butter**
- 1 Ei (L)**
- 1 Prise Salz**
- 25 g gehackte Mandeln**
- 1 Eigelb zum Bestreichen**
- 1 TL Milch zum Bestreichen**
- 15 g gehackte Mandeln zum Bestreuen**

# RESTL-RAUTEN

## *Blätterteig mit Fülle*

### Zutaten

- 2 Stk. Blätterteig
- 1 Schüssel Restlgemüse
- 250 g Restlkäse
- 250 g Restlschinken/Wurst
- 1 Becher Kräuterfrischkäse
- 1 Ei
- 2 TL Sesam  
oder Schwarzkümmel
- Salz/Pfeffer
- evtl. frische Kräuter
- Knoblauchdip:
- 1/2 Becher Naturjoghurt
- 1/2 Becher Sauerrahm
- 2 Knoblauchzehen
- Salz/Pfeffer
- Schuss Öl

### Zubereitung

Gemüse, Schinken, Wurst klein schneiden. Käse grob hobeln. Den Blätterteig auf ein Backblech legen, mit dem Frischkäse bestreichen und zur Hälfte mit Gemüse, Schinken, Wurst und Käse belegen. Die zweite Teighälfte darüber klappen und fest andrücken.

Die Seitenränder mit einer Gabel andrücken. Das Ganze in Rauten schneiden. Mit einem verquirlten Ei bestreichen und mit Sesam und/oder Schwarzkümmel bestreuen.

Gebacken wird bei 180 °C für ca. 25 Minuten. Danach die einzelnen Rauten abbrechen und mit etwas Knoblauchdip genießen.

Restl-Rauten

# PAPRIKAKRAUT



Paprikakraut

## Zutaten

ca. 1/2 Kopf Weißkraut

(mittlere Größe)

1 Zwiebel

2 EL Tomatenmark

1 EL Paprikapulver

ca. 1/4 l Wasser

Salz/Pfeffer/Kümmel

etwas Fett zum Anrösten

## Zubereitung

Das Kraut am besten mit einer Gemüsehobel dünn in Streifen hobeln. Die Zwiebel in Würfel schneiden. Zwiebel und Kraut in etwas Fett anrösten. Wenn das Kraut beginnt Farbe anzunehmen, mit Paprikapulver mischen, dann das Tomatenmark dazugeben und noch einmal gut umrühren. Mit Wasser aufgießen.

Mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und auf mittlerer Hitze langsam weichkochen lassen.

Fertig ist das Paprikakraut, wenn es eine schöne sämige Konsistenz entwickelt hat. Paprikakraut schmeckt besonders gut zu deftigen Knödeln.

*Tipp: Bei Bedarf noch mit einem Esslöffel Sauerrahm verfeinern.*

# WINTER-CRINKLE-CAKE

## *Gemüsestrudel mal anders*



Winter-Crinkle-Cake

### Zutaten

ca. 500 g Wintergemüse

1 Stk. würziger Käse

in Scheiben

3 Eier

1 Becher Frischkäse

1 Bund Schnittlauch

etwas Öl

2 Pkg. Strudel- oder Filoteig

1 Knoblauchzehe

Salz/Pfeffer

### Zubereitung

Gemüse in Scheiben schneiden. Eier mit Frischkäse, dem Knoblauch und dem geschnittenen Schnittlauch verquirlen und kräftig würzen.

Den Strudel- oder Filoteig rafften, damit möglichst viele Falten entstehen und in eine gebutterte Auflaufform legen. Das Gemüse und den Käse verteilt in die einzelnen Falten stecken. Mit etwas Öl beträufeln, dann den Eier-Mix darüber leeren.

Gebacken wird bei 180 °C für ca. eine halbe Stunde, bis der Teig schön knusprig ist. Serviert wird der winterliche Crinkle-Cake am besten mit frischem Salat.

# JOGHURTSCHMARREN

## mit Beeren



Joghurtschmarren mit Beeren

### Zutaten

- 65 ml Milch
- 65 ml Naturjoghurt
- 25 g Zucker
- 2 Eier
- Prise Salz
- 80 g Mehl
- 125 g tiefgekühlte Beeren
- + 1 EL Zucker
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 1 EL Butter
- Staubzucker und Zimt
- zum Bestreuen

### Zubereitung

Für den Teig die Eier in Dotter und Eiklar trennen und das Eiklar mit einer Prise Salz steif schlagen. Joghurt, Milch, Vanillezucker, Zucker und Dotter schaumig rühren. Mehl und Schnee abwechselnd unter die Joghurtmasse heben. In einer Pfanne 1 EL Butter schmelzen, Teig eingießen und kurz anbacken. Pfanne ins Rohr stellen. Masse ca. 10 Minuten bei 170 °C fertig backen, bis die Oberfläche goldbraun ist. In der Zwischenzeit die tiefgekühlten Beeren mit einem Esslöffel Zucker in einem Topf erwärmen. Den Joghurtschmarren aus dem Rohr nehmen und in Stücke zerteilen. Den Schmarren mit den erwärmten Beeren anrichten und mit Staubzucker und Zimt bestreuen.

# BROKKOLI-KÄSE-NUGGETS

## mit Knoblauchsauce



Brokkoli-Käse-Nuggets mit Knoblauchsauce

### Zutaten

Für die Nuggets:

- 1 Brokkoli
- 3 EL Mehl
- 3 EL Parmesan (gerieben)
- 3 EL würziger Käse (gerieben)
- 1 Ei
- 4 EL Paniermehl/Brösel
- Salz und Pfeffer
- Öl zum Braten

Für den Dip:

- 2 EL Sauerrahm
- 2 EL Naturjoghurt
- 1 Knoblauchzehe
- Salz und Pfeffer
- 1 TL Öl

### Zubereitung

Den Brokkoli waschen und in kleine Stücke teilen, dann in heißem Wasser kochen bis er weich, aber noch leicht bissfest ist. Abseihen und in kleine Stücke schneiden. Brokkoli, Käse, Ei, Brösel, Mehl und Gewürze in einer Schüssel gut mischen.

Aus dieser Masse kleine Taler formen und in einer Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Dazu servieren Sie am besten eine Knoblauchsauce. Dafür Joghurt und Sauerrahm zu gleichen Teilen, Salz, Pfeffer, eine gepresste Knoblauchzehe und 1 TL Öl miteinander verrühren und durchziehen lassen.

# BREZENKNÖDEL

## mit Rahmlauch



Brezenknödel mit Rahmlauch

### Zutaten

<b>Knödel:</b>	<b>60 g Speck</b>
<b>4 Stk. Brezen (alt/hart)</b>	<b>80 g Bergkäse</b>
<b>200 ml Milch</b>	<b>2 Eier</b>
<b>1 Stk. Zwiebel</b>	<b>2 EL Petersilie</b>
<b>1 EL Butter</b>	<b>Salz und Pfeffer</b>

### Rahmlauch:

- 600 g Lauch**
- 2 EL Butter**
- 1 EL Mehl**
- 400 ml Gemüsesuppe**
- 200 g Schlagobers**
- 1–2 EL Senf**
- Salz und Pfeffer**

### Zubereitung

Altbackene Brezen vom Vortag in dünne Scheiben schneiden. Milch erwärmen, darübergießen und ca. 30 Minuten einweichen und zwischendurch immer wieder mischen. Zwiebel und Speck fein würfeln und in heißer Butter ca. drei Minuten glasig dünsten. Den Käse reiben. Zwiebel, Speck und Käse

mit den Eiern und der Petersilie zu den Brezen geben und kräftig verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse ca. fünf Minuten rasten lassen. Aus der Masse acht Knödel formen und im leicht siedenden (nicht mehr kochenden) Salzwasser ca. 15 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit den Lauch putzen und in Ringe schneiden. In heißer Butter zwei Minuten andünsten. Mit Mehl stauben, dann mit Suppe und Schlagobers aufgießen. Den Lauch aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze ca. fünf Minuten garen. Mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken.

Knödel gut abtropfen lassen und mit dem Rahmlauch anrichten.

# MUFFINS

## *mitten ins Herz*



*Mitten-ins-Herz-Muffins*

### Zubereitung

Zartbitterschokolade grob hacken. Butter mit Zucker und Vanillezucker verrühren. Eier dazugeben. Mehl mit Kakao-

pulver, Salz und Backpulver vermischen. Mehlmischung mit der Milch zur Butter-Zuckermischung geben und

alles gut verrühren. Die Schokoladestücke zur Masse hinzufügen. Die Mulden eines Muffin-Blechs mit Förmchen auslegen. Den Teig auf die Förmchen verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C ca. 25 Minuten backen.

Jeweils einen Holzspieß durch den abgekühlten Muffin stecken. Die Spitzen von den Erdbeeren (oder eine Himbeere) abschneiden und auf einer Seite des Holzspießes aufstecken, den Rest der Erdbeere (oder weitere Himbeeren) auf der anderen Seite des Holzspießes aufstecken. Das Ganze soll nach einem Pfeil ausschauen, der durch den Muffin geht.

### Zutaten

- 125 g weiche Butter
- 150 g Zucker
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 2 Eier
- 200 g Zartbitterschokolade
- 200 g Mehl
- 4 EL Kakao
- 1 Prise Salz
- 2 TL Backpulver
- 175 ml Milch
- Erdbeeren oder Himbeeren
- Holzspieße

# RAHMBUCHTELN



Rahmbuchteln

## Zubereitung

Für das Dampfli alle Zutaten mischen und ca. 20 Minuten an einem warmen Ort reifen

lassen, bis es beginnt Blasen zu bilden. Das reife Dampfli mit allen anderen Zutaten in

die Rührschüssel geben und gut verkneten. Der Teig soll seidig glatt sein und sich von der Schüssel lösen. Eine Stunde bei Raumtemperatur zugedeckt ruhen lassen.

Den Teig in ca. 40 g schwere Portionen teilen, dann die Teiglinge in zerlassene Butter tunken, flachdrücken, mit Marmelade füllen und den Teig wieder gut verschließen und dicht an dicht in eine gebutterte Auflaufform setzen. Zugedeckt weitere 25 Minuten aufgehen lassen.

Bei 190 °C ca. 25–30 Minuten backen, bis die Buchteln eine goldbraune Farbe auf der Oberfläche bekommen. Mit Staubzucker bestreut oder mit heißer Vanillesauce servieren.

## Zutaten

### Dampfli:

250 g Weizenmehl

18 g frische Germ

250 g Milch

### Hauptteig:

250 g Weizenmehl

50 g Schlagobers

2 Eigelb

70 g Butter

45 g Kristallzucker

20 g Honig

9 g Salz

5 g Vanillezucker

20 g Rum

Abrieb einer halben Bio-Zitrone

### Fülle:

Marmelade

# IMPRESSUM

## *„Essen in Salzburg“ mit Iris Köck*

Jeden Mittwoch nach „Salzburg heute“ in ORF 2

Rezepte aus der ORF-Salzburg-Fernsehgarten-Küche (2, 2024/2025)

19.02.2025

**Redaktion und Rezepte** Iris Köck  
**Design und Layout** Anja Liedl  
**Fotos** Moritz Aichriedler

ÖSTERREICHISCHER RUNDFUNK, ORF  
Landesstudio Salzburg  
Nonntaler Hauptstraße 49d  
5020 Salzburg

salzburg.ORF.at  
@orfsalzburg