

Winter 2022 | NR. 1

SEASONING

Wohlige Abendessen

Geheimes Fiakergulasch Rezept sowie es die Welt noch nie gesehen hat.

Gutes ist Saisonal

und aus der Schweiz

Warm gegen kalt

Was gibt es besseres als einen Herzerwärmenden Tee in der Kälte?

*Winterlich
herrlich*



CHF 11.90





EDITORIAL

Liebe Kochende

Es gibt viele Wege der nassen Kälte zu entkommen. Einer der vielen produktiven und kreativen Wege um dies zu tun, ist das Kochen. Machen Sie es so wie ich; es gibt nämlich nichts über eine heisse Tasse Gifferschtee in den Händen und knusprige Federkohlchips zwischen den Zähnen.

Doch mit diesen simplen, aber herrlich leckeren Rezepten können Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihren Lieben einen Gefallen bereiten. Ausserdem braucht man nicht ein fünf Sternen Koch zu sein um etwas Leckeres auf den Tisch zu zaubern.

herzlichste Grüsse,

Anouk Frei
Chefredakteurin



3. Fiakergulasch

Ein Familienrezept von Onkel Thomas



5. Gifferschtee

Eine Erwärmung in einer kalten Winternacht



10. Schoggistern

Ein Zvieri für gross und klein

INHALTSVERZEICHNIS



8. Was hat Saison

Das kann man ohne schlechtes Gewissen in der Schweiz einkaufen.



10. Orangen-Dattel Salat

Der schnell zubereitete, saftige Salat.



4. Federkohlchips

Der Gesunde Knusper Apéro

-  Vegan
-  Glutenfrei
-  Laktosefrei
-  Vegetarisch
-  Familienrezept

Federkohl chips

Apero



250 g
2 EL

1/2 TL

1 TL
ein wenig

Federkohl
Bratcrème oder
Rapsöl
Salz, Pfeffer
oder Chili aus
der Mühle,
andere beliebige
Gewürze
Paprikapulver
Olivenöl



30 Min.

1. Federkohl herrichten

Federkohl waschen und in mundgerechte Stücke zerstückeln.

2. Ofen vorheizen

Nun verteilt man die Teile auf einem vorbereiteten, mit Backpapier belegten Backblech und heizt den Backofen auf 130°C Umluft vor

3. Ölen

Vor dem Würzen das Ganze mit Pflanzenöl mischen. Hierbei rate ich Olivenöl.

4. Würzen

Zum Würzen kann man beliebige Gewürze verwenden. Meine Präferenzen sind ganz simpel; Salz, Pfeffer und ein wenig Paprika. Um es ein bisschen scharf zu machen, Chili hinzufügen.

5. Backen

Das Blech jetzt in den Backofen schieben. Für ca. 30 Min mehr trocknen als backen. Am besten einen Holzlöffel in die Backofentüre einklemmen. Aufpassen, dass der Federkohl nicht zu dunkel wird, den sonst wird er bitter.



Gifferschtee

Getränk



10 Min.



5-7 Tassen

2 Teebeutel

200 g

2 Stangen

2

5 l

1 l

Schwarztee

Kandiszucker

Zimt

Anissterne

Wasser

Rotwein

1. Zutaten zusammenfügen

In das Wasser kommen die Teebeutel, der Kandiszucker, Zimt und die Anissterne. Das Ganze wird aufkochen und für 30 Minuten ziehen lassen.

2. Rotwein

Nun den Rotwein hinzufügen und heiss werden lassen.

3. Absieben


Zum Schluss wird die Flüssigkeit abgeseigt und heiss serviert.



Fiahergulasch

Hauptspeise 

Dazu passt:
Kartoffelbrei
Brokkoli

 4.5-5 Std.  4-5 Portionen

- 700 g Rindsragout
- 2 grosse Zwiebeln, fein gehackt
- 2 EL Paprikapulver
- 1 EL Tomatenpüree
- 5 dl Fleischbouillon
- 1/2 TL Majoran gemahlen
- 150 g Crème Fraîche
- 1 EL weiche Butter
- 1 EL Mehl
- 1/2 Bund Peterli
- Salz, Pfeffer
- Bratbutter

- 1. Anbraten**
Das Fleisch erst in Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. In Bratbutter scharf anbraten.
- 2. Dünsten**
Nun die Zwiebeln, Paprikapulver und das Tomatenpüree in dieselbe Pfanne geben und glasig dünsten.
- 3. Zusätzliche Zutaten**
5 dl Bouillon und den Majoran dem Fleisch hinzufügen, mischen und aufkochen.
- 4. Kochen lassen**
Bei kleiner Schalterstellung 3 1/2 bis 4 Stunden weich schmoren lassen. Regelmässig kontrollieren und falls es zu stark einkocht, einfach etwas Bouillon nachgiessen.
- 5. Butter und Mehl**
Die Butter und Mehl kommt dazu. Dafür werden zuerst diese Zutaten zusammen gemischt. So wird das Ganze in Flocken in die leicht kochende Sauce gegeben.
- 6. Crème fraîche**
Crème Fraîche hinzufügen und gut durchmengen
- 7. Abschmecken**
Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Noch einmal für 5 Minuten kochen lassen.
- 8. Anrichten**
Beim Anrichten noch mit fein gehacktem Peterli bestreuen

Was hat Saison von Dezember bis Februar?

Gemüse
Chinakohl
Federkohl
Kabis
Kartoffel
Knollensellerie
Knoblauch
Kürbis
Lauch
Radieschen
Rande
Rosenkohl
Wirz
Zwiebeln

Obst
Apfel
Birnen
Kiwi
Quitten

Pilz
Austernpilze
Champignons
Kräuterseitlinge
Shiitake

Schoggistern

Zvieri



2-2.15 Std. 16+ Portionen

250 ml Milch
1/2 Würfel frische Hefe (ca. 20g)
500 g Mehl
100 g Zucker
200 g Schokocrème deiner Wahl
1 Ei
80 g Butter

1. Zutaten zusammenführen

Die Milch lauwarm erwärmen. Hefe zerbröseln und mit dem Mehl in einer Schüssel verkneten. Zucker und Butter zugeben und später die lauwarne Milch. Alles zu einem glatten Teig verkneten.

2. Aufgehen

Den Teig mit einem Geschirrtuch überdecken. Anschliessend an einem warmem Ort für ca. 1 Stunde auf das doppelte aufgehen lassen.

3. Teig vorbereiten

Wenn der Teig aufgegangen ist, noch einmal kurz durchkneten. In vier gleich grosse Stücke teilen, diese ausrollen, sodass sie ungefähr die Grösse einer Springform haben.

4. Schichten

Nun kann man sie schichten. Auf den untersten Fladen kommt eine Schicht Schoko-Creme dabei einen Rand von ca. 2 cm frei lassen. Darauf wird der zweite Teig gelegt. Diesen Vorgang noch einmal wiederholen. Nicht zuviel Schokolade auftragen, sonst quillt diese heraus. Der vierte Fladen wird nicht mehr bestrichen.

5. Einschneiden

In die Mitte der Teigfladen ein Glas stellen - dort nicht einschneiden. Nun beginnt man von dort aus Viertel einzuschneiden. Diese wieder in vier Teile schneiden. Am Schluss soll es 16 Stränge haben.

6. Stränge bearbeiten

Jetzt geht es zu den Drehungen. Je zwei nebeneinander liegende Stränge und diese ca. 360° nach aussen drehen.

7. Formen

Die Enden einfach leicht unterschlagen oder zusammedrücken
Den Ofen 180° Umluft vorheizen

8. Backen

Wie auch bei anderen Gebäck, wird das Ganze mit verquirltem Eigelb bestrichen. Den Stern 30 Minuten backen lassen.



Orangen-Dattelsalat

Dessert



20-30min. 5-6 Portionen

5 Blondorangen
20 Datteln

1. Schälen

Die Enden der Orange abschneiden. Die Schale nun vollständig abschneiden, es sollte keine weisse Haut mehr übrig bleiben.

2. Filetieren

Jetzt kann man die einzelnen Scheiben noch erkennen. Diese schneidet man an der Haut entlang heraus. Am Schluss bleibt nur noch der mittlere Teil und die Haut als Überreste übrig.

3. Saften

Die Überreste jetzt nicht in den Abfall werfen, denn man kann sehr gut einfach noch den restlichen Saft in den Salat pressen.

NÄCHSTE AUSGABE



The Greater Good

CHF. 19.90



HOLY PIG!
GOURMET BURGER Co.

**BETTER FOOD
BETTER MOOD
AMEN**