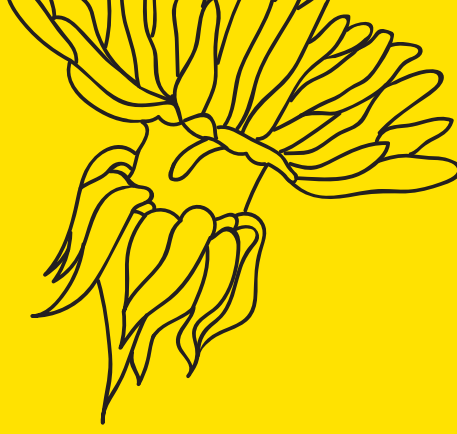








Löwenzahn



Taraxacum war ursprünglich in den gemäßigten Breiten Eurasiens heimisch.
Mit der Zeit hat sich die Pflanze auch auf der nördlichen Halbkugel weit verbreitet.
Der Gattungsname *Taraxacum* leitet sich vom griechischen »taraxis« (Entzündung) ab.
Das lässt auf die Verwendung als Heilpflanze schließen.

.....
Der Löwenzahn gehört zu den Ruderalpflanzen und siedelt sich schnell selbst an – auf Brachflächen, in Schutthalden, Mauerritzen und Gärten. Auch im Gebirge fühlt er sich bis 2.800 m. ü. M.



Die Pflanze wird zwischen 10 und 40 Zentimeter hoch.

Die Hauptblütezeit ist von April bis Mai. Blätter erntet man im Frühjahr, wenn sie noch frisch und jung sind. Die Blüten, sobald sie gelb blühen. Im Herbst kann man sich der Wurzeln bedienen.

Löwenzahn hat appetitanregende Eigenschaften. Er wird in der Volksheilkunde auch als leichtes Abführmittel, bei Diabetes, bei





Sacher Tort'n am Steckerl

22
STÜCK

 135 Min.
ZUBEREITUNG

  
MITTEL

90 g Schokolade
75 g zimmerwarme Butter
75 g Wiener Bio Kristallzucker
1 Pkg. Vanillezucker
2 Eier (Größe M)
100 g Mehl, 25 g Maisstärke
1 Prise Salz, 1 gestrichener TL Backpulver
5 EL Schlagobers
1 Schuss Rum
120 g Marillenmarmelade
200 g Schokoladenglasur



Wuchteln mit Vanillesauce

6
PORTIONEN

 150 Min.
ZUBEREITUNG

  
MITTEL

Vanillesauce

500 ml Milch, 2 Pkg. Vanillezucker, Mark einer
Vanilleschote, 2 Eidotter, 7 g Maisstärke

Wuchteln

250 ml lauwarme Milch, 2 Pkg. Germ (42 g pro
Würfel Germ), 520 g Mehl, 2 Eier, 130 g flüssige
Butter, 75 g Wiener Puderzucker, 1/2 Mark einer
Vanilleschote, 150 g Marillenmarmelade



G'sunda Äpfelstrudel im Glas

1
GLAS

 10 Min.
ZUBEREITUNG

  
LEICHT

1 großer Apfel (oder 2 kleinere Äpfel)
1 Banane
2 EL geschälte Haselnüsse
125 ml Milch
100 g Naturjoghurt
2 EL Wiener Staubzucker
2-3 Eiswürfel
1/4 TL gemahlener Zimt





Greenery & Jungle

Fudgy Avocado Brownies, Mojito-Styled Naked Cake & Easy-Summer-Drinks! Hört sich exotisch an? Soll es auch, denn diesen Sommer geht's ab in den Dschungel. Mit diesen ausgefallenen Rezepten und lässigen Dekotipps bringen wir einen Hauch von Jungle-Feeling in Ihr Zuhause, damit es drinnen so naturfrisch und grün wie draußen ist.

FOTOS: Carletto Photography
REZEPTE & FOODSTYLING: Catrin Neumayer »CookingCatrin«
BLUMENARRANGEMENTS: Isabella Horstik

12 FRÜHLING SOMMER 2018

13 FRÜHLING SOMMER 2018



Stoffservietten ...

... werden ganz lässig und unkompliziert arrangiert und mit Dekoration wie rustikalen Bändern, Sukkulente oder Ästen versehen. Wechseln Sie verschiedene gefaltete Leinenservietten ab.

Sessellehnen ...

... werden einfach und außergewöhnlich genutzt. Binden Sie Äste wie z. B. Bambus mit Bändern um die Stuhllehne und schon ist ein dekorativer Hingucker garantiert.



Stamm mit Teelichtern ...

... ist ein Highlight für Tisch und Terrasse oder Garten. Der große Stamm wird in einer mit Stoff umwickelten Blumenvase verankert. Dekoriert mit Sukkulente und Tillandsien, Eukalyptuszweigen und hängenden Glasgefäßen, die als Candles für Teelichter dienen, macht der Baum einen ganzen Sommer lang große Freude. Die hängenden Glasgefäße können mit Sand und Teelichtern oder auch mit frischen Blüten befüllt werden.

Flaschenvasen ...

... sind im Handumdrehen gebastelt und ein toller Blickfang. Die Etiketten von grünen Bierflaschen lösen, mit Bindfaden die Trinkhalse umwickeln und mit einzelnen Lorbeerzweigen und grünen Blättern dekorieren.

14 FRÜHLING SOMMER 2018



Mojito-Minzsirup

750 ml ZUBEREITUNG LEICHT

1 großer Bund Minze
1 Wiener Sirupzucker für Holunderblüten und Kräuter
3/4 l Wasser
optional: 4 cl weißen Rum

Die Minze ausschüteln und von den Stielen befreien. Sirupzucker in heißem Wasser auflösen. Aufkochen, bis die Lösung klar ist, und über die Minzblätter gießen. In der Zuckerlösung 48 Stunden kühl stellen. Wer möchte, kann an dieser Stelle den weißen Rum hinzufügen.

Sirup durch ein feines Sieb abseihen, in sterile Flaschen füllen, gut verschließen und kühl lagern. Für längere Haltbarkeit den Sirup vor dem Abfüllen 3 Minuten kochen.

Verdünnung: 1 Teil Sirup + 6 Teile Wasser. Nach dem Öffnen im Kühlschrank lagern und rasch verbrauchen.

Tipp:

Für den Sirup als Basis für Mojito-Cocktails eignet sich die winterharte Hemingway-Minze oder die Arabische Minze mit wenig Menthol und intensivem Duft.



Grüner Kräuter-Avocado-Hummus

2-4 PORTIONEN ZUBEREITUNG LEICHT

1/2 Dose Kichererbsen (entspricht 125 g)
1/2 Knoblauchzehe
2 Avocados
Saft einer halben Zitrone
1/2 Bund Petersilie
Salz und Pfeffer
etwas Olivenöl

50 g KräutercROUTONS und Petersilie zum Garnieren

Kichererbsen abseihen und gut abspülen. Knoblauch schälen und zerdrücken. Avocados von der Schale und vom Kern befreien. Die Kichererbsen mit dem Knoblauch, dem Avocado, Zitronensaft und der abgezupften Petersilie in einen Mixer geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Avocado-Hummus in einer Schüssel anrichten, mit einem Löffel eine kleine Mulde formen und mit etwas Olivenöl verfeinern. Mit gerösteten KräutercROUTONS und mit Petersilie garniert servieren.

Tipp:

Die Avocadokerne beim Kaltstellen zum Hummus geben, so verliert der Dip seine Farbe nicht.



Naked Mojito-Cake

1 TORTE ZUBEREITUNG MITTEL

Biskuit
6 Eier, 300 g Wiener Backzucker
150 g geschmolzene Butter, 300 g Mehl
1 1/2 Pkg. Backpulver, 2 TL Vanillemark

Creme
4 Eiklar, 200 g Wiener Puderzucker
300 g Butter, Mark von 2 Vanilleschoten

Minzsirup
siehe Rezept »Mojito-Minzsirup«

Minzblätter und 2 Limetten zum Garnieren

Für das Biskuit Eier mit Backzucker zu einer luftigen Masse aufschlagen. Ausgekühlte Butter und die restlichen Zutaten hinzufügen. In drei mit Backpapier ausgelegten Springformen (Ø 20 cm) etwa 30 Minuten bei 175 °C backen. Böden aus der Springform lösen und auskühlen lassen. Für die Creme Eiklar mit Puderzucker über einem Wasserbad für ca. 5 Minuten erhitzen und zu einer festen Creme aufschlagen. Ausgekühlte Butter und Vanillemark unterheben. Böden mit Minzsirup einstreichen. Ein Drittel der Creme auf dem Tortenboden verteilen, weiteren Boden aufsetzen, mit Sirup tränken und nochmals mit Creme bestreichen. Die dritte Tortenschicht ebenfalls setzen, wieder tränken und mit Creme bestreichen. Etwas Creme am Tortenrand verteilen, diese mit einer Spachtel abziehen, damit der Naked-Cake-Look entsteht. Mit Minzblättern und Limetten garnieren.

15 FRÜHLING SOMMER 2018



Urlaub auf Balkonien

REZEPTFOTOS: Trizeps
REZEPTE & FOODSTYLING: Valentino Brienza

22 FRÜHLING SOMMER 2018

23 FRÜHLING SOMMER 2018



Ceniche von der Bachforelle

4 PORTIONEN ZUBEREITUNG MITTEL

4 Forellenfleis (à ca. 140 g)
Saft von 2 Zitronen
20 g Wiener Feinkristallzucker
1 EL Korandersamen
10 Radishes
100 g gelaunene Erdnüsse
1 rote Zwiebel
2 Paradeiser
1 Bund Koriander
1 Msp. Cayennepfeffer
etwas grobes Meersalz

Für das Ceniche die Forellenfleis entgräten und mit einem scharfen Messer die Haut abziehen. Fisch in dünne Streifen schneiden. Zitronensaft mit Feinkristallzucker zum Fisch hinzufügen.

Korandersamen trocken in einer Pfanne leicht rösten und anschließend grob zerhacken. Radishes fein würfeln, Erdnüsse grob hacken und rote Zwiebel und Paradeiser in Streifen schneiden. Koriander mit den Stielen fein schneiden. Alle Zutaten zu der Forelle geben, mit Cayennepfeffer und Salz würzen und gut vermengen. Ceniche kurz in den Kühlschrank stellen und kalt genießen.

Korandersamen trocken in einer Pfanne leicht rösten und anschließend grob zerhacken. Radishes fein würfeln, Erdnüsse grob hacken und rote Zwiebel und Paradeiser in Streifen schneiden. Koriander mit den Stielen fein schneiden. Alle Zutaten zu der Forelle geben, mit Cayennepfeffer und Salz würzen und gut vermengen. Ceniche kurz in den Kühlschrank stellen und kalt genießen.

Korandersamen trocken in einer Pfanne leicht rösten und anschließend grob zerhacken. Radishes fein würfeln, Erdnüsse grob hacken und rote Zwiebel und Paradeiser in Streifen schneiden. Koriander mit den Stielen fein schneiden. Alle Zutaten zu der Forelle geben, mit Cayennepfeffer und Salz würzen und gut vermengen. Ceniche kurz in den Kühlschrank stellen und kalt genießen.

Korandersamen trocken in einer Pfanne leicht rösten und anschließend grob zerhacken. Radishes fein würfeln, Erdnüsse grob hacken und rote Zwiebel und Paradeiser in Streifen schneiden. Koriander mit den Stielen fein schneiden. Alle Zutaten zu der Forelle geben, mit Cayennepfeffer und Salz würzen und gut vermengen. Ceniche kurz in den Kühlschrank stellen und kalt genießen.

Korandersamen trocken in einer Pfanne leicht rösten und anschließend grob zerhacken. Radishes fein würfeln, Erdnüsse grob hacken und rote Zwiebel und Paradeiser in Streifen schneiden. Koriander mit den Stielen fein schneiden. Alle Zutaten zu der Forelle geben, mit Cayennepfeffer und Salz würzen und gut vermengen. Ceniche kurz in den Kühlschrank stellen und kalt genießen.

Korandersamen trocken in einer Pfanne leicht rösten und anschließend grob zerhacken. Radishes fein würfeln, Erdnüsse grob hacken und rote Zwiebel und Paradeiser in Streifen schneiden. Koriander mit den Stielen fein schneiden. Alle Zutaten zu der Forelle geben, mit Cayennepfeffer und Salz würzen und gut vermengen. Ceniche kurz in den Kühlschrank stellen und kalt genießen.

Korandersamen trocken in einer Pfanne leicht rösten und anschließend grob zerhacken. Radishes fein würfeln, Erdnüsse grob hacken und rote Zwiebel und Paradeiser in Streifen schneiden. Koriander mit den Stielen fein schneiden. Alle Zutaten zu der Forelle geben, mit Cayennepfeffer und Salz würzen und gut vermengen. Ceniche kurz in den Kühlschrank stellen und kalt genießen.

Korandersamen trocken in einer Pfanne leicht rösten und anschließend grob zerhacken. Radishes fein würfeln, Erdnüsse grob hacken und rote Zwiebel und Paradeiser in Streifen schneiden. Koriander mit den Stielen fein schneiden. Alle Zutaten zu der Forelle geben, mit Cayennepfeffer und Salz würzen und gut vermengen. Ceniche kurz in den Kühlschrank stellen und kalt genießen.

Ziegenkäse-Creme-brûlée mit Rinschparadeiser

8 PORTIONEN ZUBEREITUNG MITTEL

Ziegenkäse-Creme-brûlée
4 Zweigige Thymian, Knoblauchzehe
1 Chilischote, 2 EL Olivenöl, 400 ml Milch
600 g Ziegenfrischkäse, 1 Eidotter
2 Eier, Salz, Pfeffer

Geschmorte Kirschparadeiser
250 g Kirschparadeiser, 2 EL Olivenöl
2 EL Wiener Staubzucker, 4 Zweigige Thymian
Salz, Pfeffer

ca. 100 g Wiener Braunzucker zum Karamellisieren, etwas frisches Basilikum

Für die Creme brülée Thymian, Knoblauch, Chili grob hacken und mit Olivenöl kurz anschwitzen. Milch hinzugeben, aufkochen und ca. 15 Minuten auf kleiner Stufe ziehen lassen. Ziegenkäse hinzugeben und gut vermengen. Eidotter und Eier einzeln klüppeln und in feines Sieb passieren, würzen und auf 8 flache Schalen verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 95 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 50 Minuten stocken lassen. Für die geschmorte Kirschparadeiser diese mit den restlichen Zutaten mischen, auf ein Backblech geben und raschen lassen. Creme brûlée aus dem Rohr nehmen, 30 Minuten auskühlen lassen. Für weitere 30 Minuten in den Tiefkühler geben. Paradeiser ins heiße Backrohr schmeißen und für 20 Minuten bei gleicher Temperatur schmoren. Braunzucker dünn auf die Creme brûlée geben und mit einem Flämmchen karamellisieren. Mit Kirschparadeiser und Basilikum garnieren.

Für die Creme brülée Thymian, Knoblauch, Chili grob hacken und mit Olivenöl kurz anschwitzen. Milch hinzugeben, aufkochen und ca. 15 Minuten auf kleiner Stufe ziehen lassen. Ziegenkäse hinzugeben und gut vermengen. Eidotter und Eier einzeln klüppeln und in feines Sieb passieren, würzen und auf 8 flache Schalen verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 95 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 50 Minuten stocken lassen. Für die geschmorte Kirschparadeiser diese mit den restlichen Zutaten mischen, auf ein Backblech geben und raschen lassen. Creme brûlée aus dem Rohr nehmen, 30 Minuten auskühlen lassen. Für weitere 30 Minuten in den Tiefkühler geben. Paradeiser ins heiße Backrohr schmeißen und für 20 Minuten bei gleicher Temperatur schmoren. Braunzucker dünn auf die Creme brûlée geben und mit einem Flämmchen karamellisieren. Mit Kirschparadeiser und Basilikum garnieren.

Für die Creme brülée Thymian, Knoblauch, Chili grob hacken und mit Olivenöl kurz anschwitzen. Milch hinzugeben, aufkochen und ca. 15 Minuten auf kleiner Stufe ziehen lassen. Ziegenkäse hinzugeben und gut vermengen. Eidotter und Eier einzeln klüppeln und in feines Sieb passieren, würzen und auf 8 flache Schalen verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 95 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 50 Minuten stocken lassen. Für die geschmorte Kirschparadeiser diese mit den restlichen Zutaten mischen, auf ein Backblech geben und raschen lassen. Creme brûlée aus dem Rohr nehmen, 30 Minuten auskühlen lassen. Für weitere 30 Minuten in den Tiefkühler geben. Paradeiser ins heiße Backrohr schmeißen und für 20 Minuten bei gleicher Temperatur schmoren. Braunzucker dünn auf die Creme brûlée geben und mit einem Flämmchen karamellisieren. Mit Kirschparadeiser und Basilikum garnieren.

Für die Creme brülée Thymian, Knoblauch, Chili grob hacken und mit Olivenöl kurz anschwitzen. Milch hinzugeben, aufkochen und ca. 15 Minuten auf kleiner Stufe ziehen lassen. Ziegenkäse hinzugeben und gut vermengen. Eidotter und Eier einzeln klüppeln und in feines Sieb passieren, würzen und auf 8 flache Schalen verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 95 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 50 Minuten stocken lassen. Für die geschmorte Kirschparadeiser diese mit den restlichen Zutaten mischen, auf ein Backblech geben und raschen lassen. Creme brûlée aus dem Rohr nehmen, 30 Minuten auskühlen lassen. Für weitere 30 Minuten in den Tiefkühler geben. Paradeiser ins heiße Backrohr schmeißen und für 20 Minuten bei gleicher Temperatur schmoren. Braunzucker dünn auf die Creme brûlée geben und mit einem Flämmchen karamellisieren. Mit Kirschparadeiser und Basilikum garnieren.

Für die Creme brülée Thymian, Knoblauch, Chili grob hacken und mit Olivenöl kurz anschwitzen. Milch hinzugeben, aufkochen und ca. 15 Minuten auf kleiner Stufe ziehen lassen. Ziegenkäse hinzugeben und gut vermengen. Eidotter und Eier einzeln klüppeln und in feines Sieb passieren, würzen und auf 8 flache Schalen verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 95 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 50 Minuten stocken lassen. Für die geschmorte Kirschparadeiser diese mit den restlichen Zutaten mischen, auf ein Backblech geben und raschen lassen. Creme brûlée aus dem Rohr nehmen, 30 Minuten auskühlen lassen. Für weitere 30 Minuten in den Tiefkühler geben. Paradeiser ins heiße Backrohr schmeißen und für 20 Minuten bei gleicher Temperatur schmoren. Braunzucker dünn auf die Creme brûlée geben und mit einem Flämmchen karamellisieren. Mit Kirschparadeiser und Basilikum garnieren.

Für die Creme brülée Thymian, Knoblauch, Chili grob hacken und mit Olivenöl kurz anschwitzen. Milch hinzugeben, aufkochen und ca. 15 Minuten auf kleiner Stufe ziehen lassen. Ziegenkäse hinzugeben und gut vermengen. Eidotter und Eier einzeln klüppeln und in feines Sieb passieren, würzen und auf 8 flache Schalen verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 95 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 50 Minuten stocken lassen. Für die geschmorte Kirschparadeiser diese mit den restlichen Zutaten mischen, auf ein Backblech geben und raschen lassen. Creme brûlée aus dem Rohr nehmen, 30 Minuten auskühlen lassen. Für weitere 30 Minuten in den Tiefkühler geben. Paradeiser ins heiße Backrohr schmeißen und für 20 Minuten bei gleicher Temperatur schmoren. Braunzucker dünn auf die Creme brûlée geben und mit einem Flämmchen karamellisieren. Mit Kirschparadeiser und Basilikum garnieren.

25 FRÜHLING SOMMER 2018

Pulled-Chicken-Burger mit Mango-Coleslaw

4 PORTIONEN ZUBEREITUNG LEICHT

Pulled Chicken
4 kleine Hendlchen, 2 fein gehackte Knoblauchzehen, 30 g Wiener Staubzucker
1 EL Kreuzkümmel, 100 ml Ananassaft
1/2 Bund Petersilie, Salz

Mango-Coleslaw
1/4 Kopf Weißkraut, 2 Karotten
1 EL Wiener Braunzucker, 30 ml Weißweinessig
60 ml Mayonaisse, 30 ml Sesamöl
Salz, Cayennepfeffer, 1 Mango

Burger
4 Burgerbuns, einige Salatblätter

Für das Pulled Chicken Hendlchen im Gekochten aufzulegen, in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backrohr bei 180 °C (Heißluft) ca. 60 Minuten backen. Dabei gelegentlich wenden. Nach dem Backen das Hendlchen von den Knochen lösen und mit den Fingern faserig zupfen. Für den Mango-Coleslaw Weißkraut in feine Streifen schneiden und mit dem Braunzucker, Essig, Mayonaisse und Sesamöl kräftig kneten. Karotten raseln und mit Salz und Cayennepfeffer pikant abschmecken. Mango schälen, das Fruchtfleisch in feine Streifen schneiden und mit dem Coleslaw vermengen. Burgerbuns halbieren und in einer Pfanne leicht bräunen. Lauwarmes Hendlchen, einige Salatblätter und Mango-Coleslaw darauflegen und servieren!



24 FRÜHLING SOMMER 2018

