

REZEPTE WEGE DER GENÜSSE:

Der Millstätter See Höhensteig

Küchenchef
Emanuel Stadler

Sommelière
Weinakademikerin **Angelika Stadler**

Restaurant-Hotel Metzgerwirt
Hauptstrasse 22
9545 Radenthein
Österreich

Tel.: +43 (0) 4246 2052

Fax: +43 (0) 4246 3976

Mail: stadler.emanuel@metzgerwirt.co.at
www.metzgerwirt.co.at

Reinanke mit Kapern und Lorbeer

Schwierigkeitsgrad: „Sehr leicht - nach 10mal machen, merkt man wie schwer es ist, die Reinanke richtig zu treffen!“ (Zitat: Emanuel Stadler)

Zubereitungszeit: 10 Minuten

FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

- 2 Reinanken ca. 350 g
- 50 cl Tafelöl
- Cayennepfeffer
- 80 g gewaschene Salzkapern
- 5 – 7 Lorbeerblätter
- 6 Cocktailtomaten
- 50 cl Olivenöl
- 50 g Mehl

ZUBEREITUNG

- „Die Reinanken, auch Felchen genannt, schuppen, außen und innen mit Cayennepfeffer würzen, mehlieren und in heißem Fett braten. Ja es ist einfach, aber wenn man es selten macht, fehlt es einem am Gespür. Am besten geht es über offenem Feuer, weil man die Hitze sieht. Mehrmalig wenden und nach ca. 10 Minuten das Fett

abgießen, die Salzkapern, halbierte Cocktailtomaten und Lorbeerblätter hineingeben. Kurz vor dem Essen mit dem Olivenöl überträufeln. Das war es auch schon. Wem das Salz in den Salzkapern nicht reicht, der kann den Teller salzen und beim Essen den Fisch durch das Salz ziehen.“ (Zitat: Emanel Stadler)

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG von Angelika Stadler

- Die Reinanke ist ein sehr zarter Fisch – zartes Fleisch und zart im Geschmack. Ich empfehle einen nicht zu „g’schmackigen“ Wein, wie z. B.:
- Weinviertel DAC 2009 (Grüner Veltliner) vom Weingut Hirtl aus Poysdorf oder
- Grüner Veltliner „Fass 4“ 2009 vom Weingut Ott aus Feuersbrunn, Wagram oder
- Weißburgunder 2009, Tschermonegg, Glanz, Südsteiermark

TIPPS von Emanuel Stadler

- Wenn sich die Rückengräte mit der Hand herausziehen lässt kann, sollte die Reinanke durch gebraten sein. Der Kenner wird eher riskieren, dass der Fisch am Rückgrat noch glasig roh ist als zu lange gebraten.
- Tipp: Salz, nicht auf den Fisch, sondern beim Anrichten auf den Teller geben.

TIPPS von Angelika Stadler

- Bei der Weinbegleitung der Reinanke kann man natürlich auch einen nicht zu alkoholreichen Rosé reichen.
- Wenn Sie auf Sauvignon blanc reflektieren, probieren Sie vielleicht einmal einen Sancerre aus dem Loire-Tal in Frankreich, die haben eine feine Säure und sind sehr mineralisch.
- Generell sollte man bei der Weinbegleitung zur Reinanke darauf achten, dass der Wein den Fisch unterstützt und nicht überlagert.

KüchenschefIn
Elisabeth Wacker

Gasthof Wacker
Untertweg Dorfstraße 34
9545 Radenthein
Österreich

Tel.: +43 (0) 4246 2760
Mail: gasthof-wacker@aon.at
www.gasthof-wacker.at

Kärntner Kasnudeln

Schwierigkeitsgrad: Mittel
Zubereitungszeit: 120 Minuten

FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

Teig:

- 500 g Mehl
- ¼ l Wasser
- 8 cl Öl
- 1 EL Salz

Fülle:

- 500 g Bröseltopfen
- 300 g gekochte Kartoffel
- 2 Eier

Für jede Nudel:

- 1 EL Minze (kann auch getrocknet sein)
- 1 EL feingeschnittenen Lauch
- 1 EL feingeschnittenen Schnittlauch
- Salz
- weißen Pfeffer

ZUBEREITUNG

Teig:

- Zuerst mische ich das Mehl, warmes Wasser (nicht zu heiß), Öl und Salz und
- knete diese Zutaten zu einem glatten Teig.
- Danach schneide ich den Teig in gleiche Teile und forme Kugeln (1 Port. 3 Stück).
- Zugedeckt lasse ich den Teig mindestens eine Stunde rasten.

Fülle:

- Für die Fülle nehme ich den Bröseltopfen,

dazu kommen:

- die passierten, warmen Kartoffeln,
- die Eier,
- grüne Minze (kann auch getrocknet sein),
- Lauch und
- Schnittlauch,
- sowie Salz und der weiße Pfeffer.

Diese Zutaten vermische ich zu einer Masse und stelle sie kalt.

- Aus den Teigkugeln forme ich mit beiden Händen kleine Teigschüsseln und gebe mit einem Löffel die Fülle hinein.
- Mit den Fingern verschließe ich die Nudeln und mache das Krändl.
- Im nicht zu stark kochenden Salzwasser werden die Nudeln ca. 20 Minuten gekocht
- mit zerlassener Butter angerichtet,
- mit Schnittlauch garniert, und
- mit Blattsalat serviert.

GETRÄNKE EMPFEHLUNG

- Die Kärntner Kasnudel sind ein Produkt der Hausmannskost. Da sie weder Fisch noch Fleisch beinhalten, kann von einem Bier bis zu einem guten Glas Wein alles dazu getrunken werden.
- Ich persönlich trinke gerne ein Glas kalte Milch dazu.

TIPPS von Elisabeth Wacker

- Beim Füllen der Nudeln muss der Teigrand frei von Fülle bleiben, da die Nudeln sonst „aufkochen“. D.h., beim Kochen öffnet sich der der Rand, und die Fülle löst sich aus den Teigtaschen.
- Beim Einkochen müssen Sie die Nudeln ständig umrühren, sonst kleben sie am Topfboden.

Ich wünsche Ihnen ein „Gutes Gelingen“!

Lis Mitter¹
Kräuterfrau

9545 Radenthein
Österreich

Tel.: +43 (0) 4246 32 11
Mail: mitter.liz@gmx.at

Gefüllte Butter

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

Verwendet man eine spezielle Präsentationsform – z.B. die eines Osterlammes – entsprechend länger.

FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

- 500 g Butter

Fülle:

- 200 g Mohn, gemahlen
- ca. 2 EL Honig
- etwas Rum
- 1 Pkg. Vanillezucker
- etwas abgeriebene Zitronenschale,
- etwas Zimt
- etwas Neugewürz
- ca. 50 g, gehackte und in Rum eingeweichte Rosinen.

Die Fülle soll eine streichfähige Masse ergeben.

ZUBEREITUNG

- Die Innenfläche eines Buttermodells wird ca. 1 cm dick mit Butter ausgestrichen.
- Man gibt die Fülle hinein und bedeckt das Ganze mit Butter.
- Diese „Gefüllte Butter“ wird dann kalt gestellt oder in Eiswasser gelegt.
- Nach zwei Stunden wird das Ganze auf einen Teller gestürzt.

Die „Gefüllte Butter“ wird gemeinsam mit einem Kärntner Reindling gegessen.

Sie wird vorwiegend zu Ostern hergestellt.

Dann werden mit dieser Köstlichkeit spezielle Butterlämmer geformt.

Traditionellerweise wird die „Gefüllte Butter“ auch zu Hochzeiten, zum Kirchtag und beim sogenannten Wächtn“, am Totenbett eines Verstorbenen, serviert.

¹ Die Rezepte von Lis Mitter findet man auch im Buch: „Der Millstätter See“ – Aus Natur und Geschichte. Verlag: Naturwissenschaftlicher Verein für Kärnten, 2008.
ISBN: 978-3-85328-047-8

VARIANTE

- Man kann als Variante mit der Fülle auch eine Kugel formen und gefrorene Butter darüberraaspeln.
- Oder man rollt die Butter – zusammen mit der aufgestrichenen Fülle – zu einer Roulade.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

- Kaffee
- Heiße Milch

Harber Kas

Schwierigkeitsgrad: Schwer

Das Gelingen hängt von vielen Faktoren ab, die man kaum beeinflussen kann. Zum Beispiel: Luftfeuchtigkeit des Ortes, an dem man den Topfen reifen läßt. Temperatur, Witterung, etc.

Zubereitungszeit: Aufwändig

FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

- 500 g Bauerntopfen (Quark direkt vom Bauern), trocken
- etwas Salz
- etwas Kümmel

ZUBEREITUNG

- Den trockenen Bauerntopfen in einem Tuch siedend heiß abschwemmen, im Tuch aufhängen und abtrocknen lassen.
- Topfen am nächsten Tag fein aufbröseln, und mit Salz und Kümmel würzen.
- Anschließend läßt man den Topfen in einer Schüssel ein paar Tage vorreifen.
- Ein Gefäß mit feuchtem Salz bestreuen, und den vorgereiften Topfen in das Gefäß drücken.
- Am nächsten Tag wird der Topfen herausgestürzt, auf ein mit Salz bestreutes Holzbrett gegeben und etwa fünf Wochen lang an einem warmen Ort zum Nachreifen gestellt.

In der Zeit muss er öfters gedreht, und bei Bedarf – frisch mit Salz bestreut werden.

Der ausgereifte „Harbe Kas“ schmeckt am besten auf einem Bauernbrot mit guter Bauernbutter oder zu einem Speck.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

- Kalte Milch
- Buttermilch

Je nach Geschmack auch:

- Most
- Bier
- ein Schnaps'l

Glundner Kas

Schwierigkeitsgrad: Schwer

Zubereitungszeit: Aufwändig

FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

- 500 g guter Bauertopfen (Quark direkt vom Bauern), trocken
- 1 großes Stück Butter

- etwas Salz
- etwas Kümmel

ZUBEREITUNG

- Den Bauertopfen fein aufbröseln und in eine große Schüssel geben.
- An einem warmen Ort etliche Tage reifen lassen und jeden Tag mit einem Holzkochlöffel umrühren.

- Warten, bis der Topfen „meschig“ (glasig, reif) ist, und am Schluss mit Salz und Kümmel würzen.

- In einer beschichteten Pfanne ein großes Stück Butter schmelzen, meschigen (reifen) Topfen hineingeben.
- Bei schwacher Hitze langsam unter Rühren köcheln lassen, bis alles fein geschmolzen ist.

- Eine Schüssel kalt ausschwemmen, die geschmolzene Topfenmasse hineingießen und kalt stellen.

- Nach ein paar Stunden kann man den „Glundenen“ schon verkosten.

Glundner Kas schmeckt am besten auf einem Bauernbrot mit Butter.

**Andy Gösseringer
Alpengasthof Bergfried**

Gschriet 19
9702 Ferndorf /Millstätter See
Österreich

Tel.: +43 (0) 4246 7317
Fax: +43 (0) 4246 7317-4
e-Mail: info@bergfried.net
www.bergfried.net

Frigga

Schwierigkeitsgrad: Einfach
Zubereitungszeit: 20 Minuten

FÜR 4 PERSONEN ZUTATEN

- 160 g Käse
- 160 g gewürfelter Speck
- 8 Eier
- Salz, Pfeffer

- Schwarzbrot

ZUBEREITUNG

- In einer großen Pfanne den klein gewürfelten Speck leicht anbraten, die verrührten Eier mit dem gewürfelten Käse zum Speck geben und sofort umrühren, bis die Masse zu stocken beginnt.

- Würzen mit Salz und Pfeffer aus der Mühle dann gleich essen.

- Dazu isst man Schwarzbrot.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

- Holundersaft, ein Schnapsperl, Bier

VARIATION

- eventuell mit Schnittlauch oder Petersilie verfeinern

TIPP von Andy Gösseringer

- Das Holzknechtfrühstück isst man original mit der Gabel aus der Pfanne.

KüchenschefIn
Edith Klammer

Gasthaus Klammer
Mooswald 22
9712 Fresach
Österreich

Tel.:+43(0) 4245 4833
Fax:+43(0) 4245 4833-4
e-Mail: gasthaus.klammer@aon.at

Kärntner Reindling

Schwierigkeitsgrad: Mittel
Zubereitungszeit: 90 Minuten

FÜR 4 PERSONEN
ZUTATEN

Teig:

- * 500 g glattes Mehl
- * 40 g Germ
- * 80 g Butter
- * 1 Ei + 2 Dotter
- * ¼ l Milch
- * 60 g Zucker
- * Prise Salz

Fülle:

- * 80 g Butter
- * 250 g Staubzucker
- * 1 EL Zimt
- * 200 g Rosinen

ZUBEREITUNG

- * Mehl in eine große Schüssel geben und salzen.
- * Germ in wenig lauwarmen Milch einrühren, etwas Mehl dazugeben - kurz gehen lassen.
- * Restliche Milch erwärmen, mit Zucker, Butter, Ei und Dotter verrühren,
- * warme Milch und Germ mit dem Mehl verrühren und mit einem Kochlöffel zu einem glatten Teig verarbeiten
- * zugedeckt ca. 20 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen,
- * den Teig aus der Schüssel geben und auf einer bemehlten Arbeitsfläche noch einmal durchkneten - zu einem Rechteck ca. 2cm dick ausrollen,
- * mit flüssiger Butter bestreichen,
- * mit Zucker, Zimt und Rosinen bestreuen
- * der Länge nach einrollen,
- * schneckenartig in die Form geben,
- * mit Ei bestreichen und
- * bei 180°C backen (ca.50 Minuten).

GETRÄNKEEMPFEHLUNG

- * Kaffee mit Milchschaum

VARIATION

- * Anstelle von Rosinen kann man den Reindling auch mit Nüssen oder Mohn füllen.
- * Für guten Geschmack sorgt ein Schuss Rum zur Fülle - aber auch zum Teig!

TIPPS von Edith Klammer

- * Damit der Teig flaumiger wird, gebe ich gerne einen EL Schweineschmalz dazu.

Gelbe Suppe

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zubereitungszeit: 120 Minuten

FÜR 4 PERSONEN ca. 1,5 Liter

ZUTATEN

- * 1/4 Suppenhuhn
- * 150 g Lammschulter
- * 150 g Schweinefleisch
- * 150 mageres Rindfleisch
- * ca. 2 l Wasser
- * 100 g Zwiebel ohne Schale
- * 100 g Karotten
- * 40 g Sellerie
- * 80 g Lauch
- * etwas Petersilienwurzel
- * 2 Pkg. Safran
- * 2 Knoblauchzehen
- * 2 Lorbeerblätter
- * Thymian, Majoran, Basilikum, Kümmel, Pfefferkörner, etwas Muskatnuss, Salbei, Liebstöckel

- * 1/4 l Süßen Rahm (Obers)
- * 1 EL Sauerrahm
- * 2 EL Speisestärke

ZUBEREITUNG

- * Die vier Fleischsorten in kaltem Wasser zustellen
- * nach ca. 1 Std. Kochzeit Gemüse und Gewürze, bis auf den Safran, dazugeben
- * sobald das Fleisch gar ist, herausnehmen und in kleine Würfel schneiden
- * die Suppe abseihen und den Safran beigegeben
- * Süßen- und Sauerrahm mit Speisestärke verrühren und in die Suppe einrühren
- * das klein geschnittene Fleisch in die Suppe geben und diese nach Bedarf abschmecken
- * die Suppe sollte nun nicht mehr stark kochen!

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

- * Welschriesling (Spätlese)
Weingut Gangl, Illmitz

TIPPS von Edith Klammer

- * Frisches Gemüse und Kräuter aus dem Garten verstärken den Geschmack!
- * Besonders gut schmeckt die Suppe mit dem Kärntner Reindling.

KüchenchefInnen
Mama Gösseringer und Doris Gösseringer

Alpengasthof Bergfried
Familie Gösseringer
Gschriet 19
9702 Ferndorf /Millstätter See
Österreich

Tel.: +43 (0) 4246 7317
Fax: +43 (0) 4246 73174
e-Mail: info@bergfried.net
www.bergfried.net

Mirnockaugen

Schwierigkeitsgrad: Mittel
Zubereitungszeit: 60 Minuten

FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

- 250 g Mehl
- 10 g Hefe
- 20 g Staubzucker
- 2 Dotter

- ca. 1/8 l Milch
- 20 g Butter
- 1 TL Rum
- Zitronenschale
- Vanillezucker
- Prise Salz
- Preiselbeeren

ZUBEREITUNG

Germteig:

- Die Germ mit etwas lauwarmen Milch, einem Kaffeelöffel Zucker, einem Esslöffel Mehl zu einem Dampfl ansetzen (von den Zutaten)

- Butter zerlassen, mit warmer Milch (ca. 30 Grad), Zucker, Vanillezucker, Zitronenschale und Eidotter verrühren,
- Flüssigkeit und reifes Dampfl mit dem gesalzenen Mehl vermischen und mit dem Mixer zu einem glatten Teig verarbeiten, so lange, bis sich der Teig vom Geschirr löst.
- Den Teig an einem warmen Platz bis zum doppelten Volumen aufgehen lassen.
- Den aufgegangen Germteig walkt man auf einem bemehlten Brett 1 cm hoch aus und sticht daraus runde Krapfen, die man 15 Minuten aufgehen lässt.
- In die Mitte drückt man mit dem Finger eine Vertiefung, bäckt die Kücherl beiderseits im Fett und füllt zuletzt das Loch mit Preiselbeermarmelade
- Mit Staubzucker bestreuen.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

- Kaffee, Kakao, Holundersaft

GUTES GELINGEN wünscht Familie Gösseringer.

KüchenchefIn
Kristina Madl

Gasthof Brugger
Dellach 7
9872 Millstatt
Österreich

Tel.:+43(0) 4766 2506
Fax:+43(0) 4766 2506-6
e-Mail: info@gasthofbrugger.at
www.gasthofbrugger.at

Fischgröstl

Schwierigkeitsgrad: Leicht
Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

FÜR 4 PERSONEN
ZUTATEN

- * 500 g Erdäpfel (Kartoffel), festkochend
- * etwas Salz
- * etwas Butterschmalz oder Olivenöl zum Anbraten
- * ev. etwas Butter
- * Prise weißer Pfeffer
- * 1 TL Majoran
- * 1 TL Dille

- * 2 TL fein geschnittener Schnittlauch
- * 3 EL Mandelsplitter, ev. auch mehr

- * 2, 3 Reinanken-Filets, zusammen ca. 300 g
- * etwas Salz
- * etwas Mehl
- * Butter - Öl - Mischung zum Anbraten

ZUBEREITUNG

Erdäpfelgröstl:

- * Die Erdäpfel waschen und in Salzwasser nicht zu weich kochen.
- * Noch heiß schälen.
- * Auskühlen lassen und in Scheiben schneiden.
- * In einer Pfanne Öl oder Butterschmalz erhitzen, die Erdäpfelscheiben dazu geben und anbraten.
- * Salzen und pfeffern,
- * Majoran, Dille und Schnittlauch darüber streuen und gut verrühren.
- * Hitze reduzieren, bei Bedarf noch etwas Butter dazu geben.
- * Sobald die Erdäpfel schön knusprig sind, die Mandelsplitter drüber streuen und gut mit den Erdäpfelscheiben vermischen.
- * Pfanne auf die Seite stellen, auf kleiner Flamme warm halten.

Fisch:

- * Fischfilets sorgfältig mit einer Küchenpinzette entgräten, quer in etwa 2,5 cm breite Streifen schneiden.
- * Auf der Hautseite salzen und beidseitig in Mehl wenden.
- * In eine zweite beschichtete Pfanne etwas (nicht zuviel!) von der Butter-Öl-Mischung geben, heiß werden lassen
- * Fischstücke auf der Bauchseite hineinlegen und bei mittlerer Hitze anbraten, nach etwa zwei Minuten wenden.
- * Falls erforderlich, noch etwas von der Butter-Öl-Mischung in die Pfanne geben, fertig braten.

- * Erdäpfelgröstl noch einmal kurz auf die heiße Platte geben, umrühren.
- * Etwas Dille rund um den Tellerrand streuen, Erdäpfelgröstl anrichten, Fischfiletstücke darauf verteilen.
- * Genießen!

Zum Fischgröstl passt sowohl ein Blattsalat als auch ein gemischter Salat.
Besonders gut: Abgemacht mit Steirischem Kernöl.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

- * Bier
- Kräftiger, körperreicher Weißwein

VARIANTE

- * Statt der Reinanken-Filets können auch Forellen- oder Saibling-Filets verwendet werden.
- * Man kann die Fischfilets natürlich auch kombinieren.

TIPPS von Kristina Madl

- * Die Mandelsplitter erst ganz am Schluss zu den Erdäpfeln geben, weil sie sonst anbrennen und dann bitter schmecken.
- * Für das Braten der Fischstücke unbedingt eine zweite Pfanne verwenden.
- * Die Butter-Öl-Mischung für das Anbraten der Fischfiletstücke hat folgenden Sinn:
Die Butter nimmt man für den Geschmack, das Öl, um den Fisch - auch bei höherer Temperatur - braten zu können.
- * Es sollte möglichst wenig von dieser Butter-Öl-Mischung verwendet werden.
Der Fisch soll nicht „schmieren“ im Fett.
- * Fischfilets immer zuerst mit der Bauchseite anbraten. Auf die Art kann man sie nach dem Wenden ohne Probleme weiter in der Pfanne lassen, ohne dass sie anbrennen.
- * Für das Anbraten von Fischfilets eignen sich besonders gut Malerspachteln.
Man kann die Fischstücke damit sehr gut hochnehmen, umdrehen, sie können nicht zerfallen. Vor allem aber kann man den frischen Fisch, der sich beim Anbraten aufkringelt, flach drücken.
- * Ein Fisch, der schon etwas länger abliegt bleibt gerade in der Pfanne liegen.