

GP-Redaktorin
ELISABETH
SCHWANDER



Pannen-Gebäck

Mailänderli, Chräbeli und Brunzli kennt jeder. Aber haben Sie schon einmal «Lätter» gegessen? Kaum. «Lätter» sind kein schwedisches Gebäck, sondern eine Erfindung meiner Mutter: Weil der Teig für eine Art «Nuss-Mailänderli» auf dem Blech zerlaufen war, also «verlätteret», wie man in Zürich sagt, war Mama sauer. Wir konnten sie knapp daran hindern, «diese Lätter» den Möwen zu verfüttern. Weil mein Liebster heute noch von diesen Pannen-Guetzli schwärmt, versuche ich jedes Jahr aufs Neue, sie hinzubekommen. Erfolglos. Der Teig will und will nicht zerlaufen. Womit ich wohl die einzige Bäckerin bin, die auf abverheite Weihnachtsguetzli hofft.

AUFGETISCHT

Jetzt gibt es ihn wieder, den Vacherin Mont d'Or, den aromatischen Weichkäse aus dem Jura. Weil die Kühe früher in strengen Wintern nur wenig Milch lieferten, reichte es nur für kleine Käselaike. Sein spezielles Aroma bekommt der Vacherin Mont d'Or von den Spanschachteln aus Tannenholz, in denen er reift.

Serviert mit einem feinen Glas Rotwein und knusprigem Brot, ergibt diese Käse-Spezialität ein feines Nachtessen. Mehr braucht ein Geniesser an einem grauen Winterabend nicht zum Glück.

Grüsse aus der Küche

Selbstgemachte Saucen und Pasten sind beliebte Mitbringsel. Exotisches ist bei Weltenbummlern besonders beliebt.

Von Elisabeth Schwander

Es ist längst keine Kunst mehr, auch hierzulande die ausgefallensten Kräuter und Gewürze aufzutreiben. Die Grossverteiler haben ihre Angebote stark ausgebaut, und in jeder grösseren Ortschaft öffnet ein Laden mit asiatischen oder afrikanischen Spezialitäten. Diese exotischen Zutaten, beispielsweise, stecken in unseren Rezepten:

Galgant-Wurzel wird in Thailand, Malaysia und Indonesien verwendet. Hat einen scharfen, bitter-aromatischen Geschmack, der an Hustentee erinnert.

Kurkuma, auch Gelbwurzel genannt, gehört wegen seiner Farbe in jede Curry-Mischung. Das leicht modrige Aroma ist gewöhnungsbedürftig. Kreuzkümmel gehört in Indien zu den wichtigsten

Gewürzen überhaupt. Gemahlen entfalten die Samen einen herben, sauren und holzigen Geschmack, geröstet schmecken sie süsslich-nussig.

Kaffir-Limetten enthalten fast keinen Saft. Dafür sind die Schalen und die Blätter wundervoll aromatisch. Kaffirlimetten-Blätter sind ein Muss in den scharf-sauren Suppen Thailands. Ihr Zitrusduft und der bittere Geschmack ergänzen sich mit Ingwer, Koriander-Wurzel und frischen Chilis.

Zitronengras prägt mit seinem frischen Aroma viele südostasiatische Gerichte. Die Stengel erinnern in ihrem Aussehen an lange, schlanke Frühlingszwiebeln. Zitronengras gibt es frisch und gebündelt oder in Pulverform. ●



Gelbe Currypaste

5 grosse, getrocknete rote Chilischoten, 6 Schalotten, 3 Knoblauchzehen, 1 Stück (ca. 2 cm) frische Galgant-Wurzel, 1 Stengel Zitronengras, 1 Kaffir-Limone, 3 TL Kurkuma, 1 dl Schweizer Rapsöl

Chilischoten entkernen und in warmem Wasser 10 Minuten einweichen. Abtropfen lassen, dann sehr feinhacken. Schalotten, Knoblauch und Galgant-Wurzel schälen und so fein wie möglich hacken. Zitronengras ebenfalls sehr feinhacken. Schale der Kaffir-Limone abreiben. Sämtliche Zutaten zu einer Paste vermengen. In ein Glas abfüllen.

Haltbarkeit: Ca. 1 Monat im Kühlschrank.

Verwendung: Z.B. für thailändische Gerichte: Kokosmilch mit Currypaste würzen und aufkochen, gewürfeltes Fleisch, nach Belieben mit Gemüse, darin garen.

LEBENS Lust

Prominente bei «al dente»

Normalerweise stehen sie auf der Bühne oder vor der TV-Kamera. Für einmal müssen die Stars an die Töpfe.

Kochkelle statt Mikrofon: In der Weihnachts-Sendung von «al dente» müssen Esther Gensch (bekannt als Lisbeth Rohner in «Lüthi und Blanc»), TV-Sportmoderator Rainer Maria Salzgeber und Sängerin Maja Brunner knifflige Fragen rund ums Essen und Geniessen beantworten. Sie stehen in der Backstube, degustieren blind Produkte und sorgen damit für Spass und Spannung. Zu gewinnen gibt es Traumpreise: Miele-Geräte, Coop-Einkaufsgutscheine, Spring-Kochgeschirr und Ferien im Sbrinz-Land. Selbstverständlich heimssen die Prominenten diese Gewinne nicht selber ein, sondern spenden sie gemeinnützigen Organisationen: der Winterhilfe Schweiz und der

Coop-Patenschaft für Berghilfe. Wie immer zaubern die «al dente»-Köche Andreas «Studi» Studer und Sibylle Sager ein festliches Menü auf den Tisch, und in einem Kurzfilm lernen die Zuschauer alles über das Lübecker Marzipan. Die Weihnachts-Sendung von «al dente» ist zu sehen am Montag, 20. Dezember, 20 Uhr auf SF 1.



Rezepte: Cuisine Mondiale, Beatrice Aeppli; Fotos/Styling: Esther Kaiser



Harissa Marokkanische Würzsauce

50 g Peperoncini, 500 g rote Peperoni, 50 g Knoblauch, 0,75 dl Apfelessig, 2 TL Salz, 1 El Chilipulver, 1 El Kreuzkümmel, frischgemahlen, 0,75 dl Schweizer Rapsöl

Peperoncini längs aufschneiden und entkernen. Peperoni mit dem Gemüschäler schälen, mit Peperoncini und Knoblauch im Cutter (oder zusammen mit dem Essig mit dem Stabmixer) pürieren. Püree mit den restlichen Zutaten – ohne Rapsöl – aufkochen, bei schwacher Hitze ca. 1 Stunde offen köcheln lassen. Rapsöl untermischen. Sauce in Gläser abfüllen und gut verschliessen.

Haltbarkeit: Ca. 1 Monat im Kühlschrank.

Verwendung: Würzsauce für Suppen, Pizze, Eintöpfe oder Salate. Passt auch zu Teigwaren und gegrilltem Fleisch.



Hummus bi Tahina Orientalische Kichererbsen-Sesam-Paste

Ergibt 8 Portionen

200 g getrocknete Kichererbsen, 1 Becher Griechischer Joghurt (180 g), 3 Knoblauchzehen, 1/2 Zitrone, Saft, 75 g Tahina (Sesampaste), 1 dl Schweizer Rapsöl, Salz, 1/4 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel, 2 TL Paprikapulver, edelsüss oder scharf

Kichererbsen über Nacht einweichen. Am nächsten Tag gut mit frischem Wasser bedeckt im Dampfkochtopf 40 Minuten weichkochen. Wasser abgiessen, Kichererbsen abkühlen lassen, dann portionenweise mit dem Joghurt, Knoblauch, Zitronensaft und Tahina im Cutter pürieren. Püree durch ein Sieb streichen. 0,75 dl Rapsöl untermischen, mit Salz und Kreuzkümmel würzen.

Restliches Rapsöl mit dem Paprikapulver vermischen. Hummus in ein Schüsselchen geben, Paprika-Öl darüberträufeln.

Haltbarkeit: Ca. 3 bis 4 Tage im Kühlschrank.

Verwendung: Mit Fladenbrot oder Toast zum Apéro servieren.