



ÜBER´N TELLERRAND



Ein Projekt der 1BK der Berufsschule für Gastgewerbe Wien 2013/14, Leitung Dipl. Päd. Evelyn Bauer

Projektbeschreibung zu
„ÜBER´N TELLERRAND“

der Kochklasse 1BK, Berufsschule f. Gastgewerbe-Wien, Projektleitung KV Evelyn Bauer

Ausgangslage:

Die 1BK wird im laufenden Schuljahr als Blockklasse zu je 5 Schulwochen (Spätherbst/Frühling 2014) geführt. Im Stundenplan wurden wöchentlich 2 Doppelstunden „Politische Bildung“ und zusätzlich 2 Einzelstunden „Medientraining“ festgelegt. Damit hatten wir zeitlich sehr gute Voraussetzungen zur Durchführung eines fächerübergreifenden KUS-Projektes.

Neben den technischen Gegebenheiten möchte ich noch festhalten, dass die Klassengemeinschaft der 1BK vom ersten Schultag an überdurchschnittlich gut war und von meinen LehrerkollegInnen sehr geschätzt wurde.

Das heurige Projektthema „lokal-global“ passte wie die berühmte „Faust auf’s Auge“ zur heterogenen Klasse und zum Bildungsschwerpunkt „Europa“ in Politischer Bildung. Darüber hinaus eröffnete uns die zusätzliche Unterrichtszeit in Medientraining den nötigen Produktionsspielraum.

Die Idee:

Im Rahmen eines Brainstormings entwickelten die SchülerInnen folgende Umsetzungsidee. Es sollte ein Kochbuch entstehen, das typische, einfache Gerichte der europäischen Mitgliedsländer und deren Gastrokultur vorstellt. Ausgewählte Rezepte sollten im praktischen Unterricht nachgekocht und dokumentiert werden. Den lokalen Bezug stellen Wiener Lokaltipps, entsprechend der jeweiligen Staaten her. Da die SchülerInnen kochinteressierte Jugendliche als Zielgruppe definierten, musste das Buch als gratis e-book auf der Schulhomepage erscheinen.

Die Umsetzung:

Im ersten Schritt wurden die mannigfaltigen Vernetzungen als Mindmap dargestellt und danach mit den jeweiligen AnsprechpartnerInnen inner- und außerhalb der Schule Kontakt aufgenommen. Nachdem alle Zusagen fixiert waren, konnte mit dem inhaltlichen Teil begonnen werden. Besonders gefreut hat uns auch die Zusage von Amar Rajkovic, Stv.Chefredakteur der Zeitschrift „biber“, das Projekt vorzustellen. Dafür besuchte die Klasse die Redaktion im Museumsquartier und wurde ausführlich interviewt.

Teil 1 - Gastrokultur:

Die Informationen zur Gastrokultur der Mitgliedsländer stammen von der EU-Homepage: europa.eu/about-eu/countries/member-countries und wurden komplett überarbeitet.

Teil 2 – Nationalgericht:

Nachdem sich jeder Lehrling für eine Nation der EU entschieden hatte, wurde mit den EDV-Recherchen begonnen. Glücklicherweise ergab die Abklärung der rechtlichen Situation, dass bei Rezepten nicht von „Schriftwerken“ gesprochen werden kann. Dafür wäre eine eigenständige, kreative Geistesarbeit Voraussetzung. Sie durften daher übernommen werden. Die Rezeptvorschläge stammen zum überwiegenden Teil aus www.cuisimonde.com/die-kuechen-europas. In Eigenregie besuchten einige SchülerInnen am Samstag, den 30. November auch den „International Festival Bazar“ im Austria Center, um sich Anregungen zu holen.

Teil 3 – Wiener Lokaltipp:

Selbstverständlich war es eine ambitionierte Vorstellung, zu jedem EU-Mitglied auch einen passenden Wiener Lokaltipp anbieten zu können. Umso erfreulicher, dass mit zwei Ausnahmen, die Wiener Gastroszene alles bietet. So ist auch der dritte Teil inhaltlich erfüllt.

Teil 4 – Film (für die KUS-Einreichung mit 10´ leider zu lang)

Parallel zur Buchproduktion drehten die SchülerInnen einen Film zur Wiener Gastroszene, im welchem sie die Berufsschule für Gastgewerbe, ihre Ausbildungsbetriebe und nahegelegene Touristenattraktionen vorstellten. Das Filmprojekt leitete mein Kollege Rüdiger Zanger, der die Klasse in „Berufsbezogenem Englisch“ unterrichtete. Daher ist der gesamte, von den SchülerInnen gesprochene Text in Englischer Sprache. Das Ergebnis wurde im Rahmen einer Schulveranstaltung im großen Festsaal präsentiert.

Teil 5 – Kochen + Fotografie

Bereits im ersten Block wurden mit den für die Klasse zuständigen Kochlehrern Rezeptvorschläge erarbeitet, die auch von Lehrlingen im 1. Lehrjahr hergestellt werden können. Nobert Brenner und Reinhard Karpf entwickelten den Kochplan, Alexander Picottini stellte sich als Fotograf zur Verfügung und Roman Winglhofer besorgte das nötige Material. Aufgrund der zeitlichen Differenz zwischen erstem und zweitem Block konnten nicht alle Gerichte im Buch vorgestellt werden. Die Fotos wurden daher gesondert eingereicht.

Teil 6 – Endredaktion + e-book Produktion

Die Zusammenführung der Daten, Endredaktion und Layout wurden von mir übernommen. Die e-book Produktion verdanken wir dem EDV-Service Franz Doppler.

Im Namen der SchülerInnen der 1BK/BS f. Gastgewerbe
Dipl.Päd.Evelyn Bauer
Wien, 8. Mai 2014



BALTISCHE LÄNDER v. Brodnik Julia

ESTLAND, LETTLAND, LITAUEN

Trotz der vielen Einflüsse hat die nationale Küche im Baltikum eine eigenständige Tradition bewahrt. Da die Winter im Baltikum lang sind, waren die Bewohner in früheren Zeiten gezwungen, ihre Lebensmittel zu konservieren und für den Winter haltbar zu machen. Aus diesem Grund zählen Sauerkraut, eingelegte und eingesalzene Heringe und Fleisch in Aspik auch heute noch zu den beliebten Gerichten. Typische Gerichte der baltischen Küche sind u.a. *Sult* (Kalb- oder Schweinefleisch in Aspik), *Rossolye* (eingelegter Hering mit Rüben), *Verivorst* (Blutwurst) mit *Mulgikapsad* (Sauerkraut) und *Taidetud Basikarind* (gefüllter Kalbsbraten). Auch Fisch in hunderten Variationen gehört zu den typischen estnischen Gerichten. Nicht selten wird der Fisch hier in Kombination mit Milch oder Milchprodukten zubereitet. So ist Milchsuppe mit Fisch ein typisches baltisches Fischgericht.

GASTROKULTUR

Eine der ältesten Zutaten der Küche ist Kamamehl, eine Mischung aus geröstetem Gersten-, Roggen-, Hafer- und Erbsenmehl. Gemischt mit Milch, Buttermilch oder Kefir und mit Zucker oder Honig gesüßt ist es ein beliebtes Frühstück. Mit Sahne und Waldbeeren ist es auch ein beliebtes Dessert.

Wie ihre Nachbarn die Finnen und Russen sind auch die Balten alkoholischen Getränken nicht abgeneigt. Beliebte Getränke sind u.a. Bier, Wodka und Kräuterschnaps.

Als Snack dazu empfiehlt sich Knoblauchbrot, Räucherfisch und -käse. Das deftige Schwarzbrot ist typisch im ganzen Baltikum und wird auch in Brotsuppen verwendet.

Gewürzte kilu (der kleine estnische Strömling) ist eine estnische Speise par excellence.

Die Letten sind die Salat-Weltmeister. Litauische Spezialitäten sind kalte Suppen und eine Art Baumkuchenturm, der bei keinem Fest fehlen darf.

Dazu gibt es jede Menge Kartoffelgerichte, verfeinert mit Sauerrahm und Dill. Köstliche Waldbeeren und Pilze, im Wald gesammelt und gekonnt zubereitet, sind ein kulinarisches Erlebnis für jeden Gourmet.

Estische Spezialitäten:

Sauerkohlsuppe

Pirukad (Teigtaschen mit Fleisch und Gemüse)

Sauerkohl mit Kartoffeln und Fleisch

Zanderfilet mit Gemüse

Rossolye (eingelegter Hering mit roter Beete)

Kama (Sauermilchgetränk mit geschroteten Getreidesorten)

zum Nachtisch: Lumepallid- Schneebälle (geschäumtes Eiweiß)

Quarkblechkuchen mit Rosinen

BELGIEN v. Herbst Bernadette



Der Bundesstaat Belgien umfasst drei Regionen: das niederländischsprachige Flandern im Norden, das französischsprachige Wallonien im Süden und die Hauptstadt Brüssel, wo sowohl Französisch als auch Niederländisch Amtssprachen sind. Außerdem gibt es eine kleine deutschsprachige Minderheit im Osten des Landes (etwa 70 000 Einwohner). In Brüssel sind mehrere internationale Organisationen ansässig: Die meisten Europäischen Institutionen sowie das NATO-Hauptquartier haben hier ihren Sitz. Belgien ist für seine Schokolade berühmt, die in der ganzen Welt ihre Liebhaber findet. Ein Lieblingsgericht der Belgier sind Muscheln mit Pommes frites, die in Belgien erfunden worden sein sollen. Darüber hinaus werden in Belgien mehr als 1000 Biersorten produziert.

GASTROKULTUR

Das kleine Belgien kann für sich in Anspruch nehmen, das Land in Europa mit den meisten Michelin-Sternen in Relation zu seiner Einwohnerzahl zu sein. Schon allein das zeigt, das Kochen und Genießen einen hohen Stellenwert in Belgien haben.

Die belgische Küche ist stark von der französischen Küche beeinflusst. Sie hat aber im Laufe der Jahrhunderte eine ganz eigene Küchentradition entwickelt, so dass die belgische Küche einzigartig und unverwechselbar ist.

Die belgische Küche legt sehr viel Wert auf frische, saisonale und regionale Zutaten. So finden sich bspw. an der Küste schmackhafte Gerichte mit Fischen und Meeresfrüchten, während man in den Ardennen köstliche Wildgerichte essen kann.

Belgien hat viel zur Esskultur auf der ganzen Welt beigetragen. So gilt das kleine Benelux-Land nicht nur als Ursprungsland der Pommes Frites sondern ist auch berühmt für Schokolade, belgische Waffeln und belgische Pralinen. Darüberhinaus werden in Belgien über 500 verschiedene Biersorten gebraut, darunter Sorten wie Lambic, Gueuze und das mit Kirschsafte versetzte Kriek, die auch weit über die Grenzen Belgiens hinaus bekannt sind. Darüber hinaus werden in Belgien eine Vielzahl delikater Käsesorten hergestellt wie bspw. der Dessertkäse Passendale, Limburger Ziegenkäse, Mandjeskäse, Ätte oder Buttermilchkäse.

Bekannte belgische Gerichte sind u.a. "Waterzooi" (Übersetzt: Wassersuppe, Sahnige Suppe, die man in Gent mit Huhn zubereitet), Kaninchen in Rotwein, Carbonades flamandes, Hutspot oder Hutsepot (Kräftiger Eintopf aus Kräutern, Gemüse und Fleisch), das belgische Nationalgemüse Chicoree, Geschmorter Chicoree umwickelt mit Ardennerschinken, "Stoemp" (Geschmorter Chicoree mit Kartoffelpüree und gebratene Wurst), Fasan auf Chicoree mit Pilzen und natürlich Rosenkohl, der nicht ohne Grund im Französischen "Choux de bruxelles", also Brüsseler Kohl, heißt.

NATIONALGERICHT WATERZOOI (Geflügeleintopf)

Zutaten:

- 1 küchenfertiges Hähnchen (ca. 1250 g)
- 3 EL Zitronensaft
- 2 Zwiebeln
- 2 Gewürznelken
- 2 kleine Lorbeerblätter
- 2 Bund Suppengemüse
- 2 geschälte Zitronenscheiben
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- Salz
- 375 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Ei (Größe M)
- 3 EL Paniermehl
- Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- ca. 80 g Butter oder Margarine
- 1/4 l trockener Weißwein
- 6-12 Scheiben Weißbrot
- Petersilie und Zitrone zum Garnieren



Zubereitung:

Hähnchen von innen und außen gründlich waschen und mit Zitronensaft bestreichen. 1 Zwiebel schälen und mit Nelken und Lorbeer spicken. Suppengemüse putzen und waschen. Hähnchen, Gewürzzwiebel, Zitronenscheiben, Pfefferkörner, etwas Salz und die Petersilienwurzel aus dem Suppengrün in einen großen Topf geben und mit 3-4 Liter Wasser bedecken. Aufkochen, abschäumen und mit leicht geöffnetem Deckel ca. 1 1/4 Stunden köcheln lassen. Inzwischen übriges Suppengrün klein schneiden. Übrige Zwiebel schälen und fein würfeln. Hackfleisch, Zwiebel, Ei, Paniermehl, Salz, Pfeffer und Muskat verkneten. Mit angefeuchteten Händen ca. 24 kleine Klößchen formen. Gekochtes Hähnchen aus der Brühe heben und die Brühe durch ein feines Sieb gießen. 20 g Fett in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin andünsten. Mit 2,5 Liter Brühe und Weißwein ablöschen, aufkochen und 10-15 Minuten köcheln lassen. Dann die Klößchen in die Brühe geben, kurz aufkochen und bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten gar ziehen lassen. Inzwischen Fleisch vom Hähnchen lösen und in große Stücke schneiden. Restliches Fett in einer Pfanne zerlassen und die Brotscheiben darin goldbraun rösten. Hühnerfleisch in die heiße Suppe geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken:

WIENER LOKALTIPP
Belgisches Lokal
Restaurant El Fontroussi
Reisnerstr 39 1030 Wien
Telefon: + 43 1 7125430

BULGARIEN v. Barbara Dostal



Die ersten Siedlungen auf dem Gebiet des heutigen Bulgariens entstanden vor etwa 7.000 Jahren. Mit der Besiedlung durch die Thraker beginnt dann die eigentliche Geschichte des Staates. Auf dem Gebiet Bulgariens haben seit der Steinzeit viele Völker ihre Spuren hinterlassen und dem Land einen einzigartigen Reichtum an historisch wertvollem Kulturgut hinterlassen. So ist gehört ein Großteil der bulgarischen Kulturgüter dem Weltkulturerbe der UNESCO an. Auch heute noch wird das Erbe erhalten. So finden nach wie vor traditionelle Feste oder Folkloreveranstaltungen statt wo unter anderem auch Touristen ein Einblick in die Historie des Landes und die Bräuche der Bewohner gewährt wird. Ein Tourist als Gast muss aber auch die Kultur und Sitten der verschiedenen Religionen und Gebräuche achten, die zur Freundschaft beiträgt.

GASTROKULTUR

Die bulgarische Küche ist stark von der griechischen und türkischen Küche beeinflusst, hat sich aber dennoch ihren eigenen Charakter erhalten können. Abgesehen vom weltberühmten bulgarischen Joghurt ist die bulgarische Küche ist unter den Feinschmeckern der Welt noch weitgehend unbekannt, bietet jedoch zahlreiche schmackhafte Gerichte und Spezialitäten. Typisch für die bulgarische Küche ist die vielseitige Verwendung von frischem Obst und Gemüse, das je nach Saison verwendet wird. Auch bulgarischer Käse stellt jeden Feinschmecker zufrieden. Ein typisch bulgarisches Mittagessen beginnt meist mit einem "*Schopska-Salat*", einem gemischten Salat aus Tomaten, Gurken, Paprika und Zwiebeln auf den sich geriebener Schafskäse gestreut wird. Neben dem Schopska-Salat gibt es noch weitere schmackhafte Vorspeisen wie bspw. *Tarator* (kalte Gurkensuppe mit Dill, Walnüsse und Knoblauch), *Losowi Sarmi* oder *Piperki* (Mit Hackfleisch, Reis und Schafkäse gefüllte Weinblätter oder Paprikaschoten). Als Hauptgang gibt es in Bulgarien bspw. *Giuvetsch* (Verschiedene Gemüse mit Fleisch und Kartoffeln in einem speziellen Topf gebacken), *Kavarma* (Hammel- oder Schweinsgulasch mit Gemüse und Tomatenmark im Tontopf) oder *Kebaptsche* (Hackfleischröllchen vom Grill). Als Nachtisch serviert man die auf dem gesamten Balkan und auch in der Türkei und Arabien beliebte *Baklava* (Süßer Blätterteig mit Honig oder anderen Füllungen) oder Palatschinken(gefüllter Pfannkuchen meist mit Honig, Marmelade oder Schokolade gefüllt). Zu allen Gerichten wird traditionell Brot mit Salz serviert. Getrunken wird Wasser oder Wein. Als Digestif trinkt man den Pflaumenschnaps *Slibovitz* oder den im Geschmack an den griechischen *Ouzo* erinnernden Anisschnaps *Mastika*.

NATIONALGERICHT SCHOPSKA SALAT

Typischer bulgarischer Salat.
Wird alljährlich angeboten.
Ist leicht zu bereiten –
Dauer etwa 15 Minuten

Zutaten für 1 Salatteller:

2 Tomaten
1 Gurke
1-2 geröstete bzw. frische Paprikaschoten
100 g Weißkäse
Salz, Öl
nach Wunsch: Petersilie, Oliven



Zubereitung:

Die Gurke schälen. Tomaten und Gurke in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls klein schneiden. Alles in eine Schüssel geben, etwas Olivenöl dazu geben und etwas mischen. Nach Wunsch kommt auch geschnittener Paprika hinzu. Den Weißkäse auf einen Extrateller mit einer Küchenreibe reiben. Den Salat mit dem geriebenen Käse bestreuen. Wer will, kann auch Petersilie und Oliven dazu geben.

Dieser bulgarische Salat ist sehr sättigend und leicht verdaulich. Man könnte ihn auch mit Weißbrot servieren. Da gilt er schon als Gericht. Und etwa trockener Weißwein dazu. Ist besonders für die Sommertage geeignet.

WIENER LOKALTIPP

Pleven

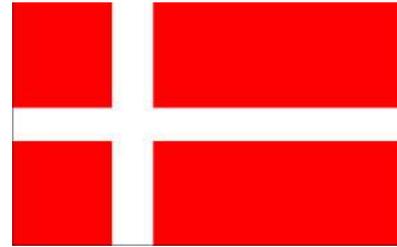
Kohlgasse 19 | 1050 Wien (5. Bezirk - Margareten)

Küche: Bulgarisch

Lokaltyp: Restaurant, Gasthaus, Gasthof

Tel: 01 544 51 49

Web: www.pleven.at



Dänemark besteht aus der Halbinsel Jütland (Jylland) und ungefähr 400 namentlich erfassten Inseln. 82 dieser Inseln sind bewohnt. Die beiden größten sind Fünen (Fyn) und Seeland (Sjælland).

In Dänemark spielt die Fischindustrie eine große Rolle, und das Land verfügt über eine beachtliche Fischereiflotte. Auch der Tourismus ist ein wichtiger Wirtschaftszweig. Zwischen dem 8. und dem 11. Jahrhundert waren die Dänen unter dem Namen Wikinger bekannt. Zusammen mit den Norwegern und Schweden fielen sie in allen Teilen Europas ein, kolonisierten sie und trieben mit der dort lebenden Bevölkerung Handel. Heute sind die Dänen stolz auf ihren Wohlfahrtsstaat mit seinem weitreichenden sozialen Schutz für alle Bürger.

Dänemark ist eine konstitutionelle Monarchie, die heute unter der Verfassung von 1953 regiert wird. Das Parlament (Folketing) besteht aus einer Kammer und zählt 179 gewählte Mitglieder.

GASTROKULTUR

Zu den Spezialitäten der dänischen Küche gehören das smørrebrød, eine Art belegtes Brot, gekochte oder karamellierte Kartoffeln, gekochter Rotkohl, Schweinebraten und Bratente.

In Dänemark kann man in einem der besten Restaurants der Welt essen, dem berühmten „Noma“ das dreimal zum besten Restaurant gewählt wurde.

Doch natürlich können Sie nach wie vor solides, gutes Essen in den Gasthäusern genießen, regionale Spezialitäten kennen lernen und – besonders in den größeren Städten – die internationalen Küchen testen. Oder essen Sie wie die Dänen an einem Hotdog-Stand. In Dänemark findet man etwas für jeden Geschmack!

Guten Appetit – velbekomme!



NATIONALGERICHT SEEMANNS EINTOPF - SKIPPERLABSKOV

Etwas weniger bekannt, aber nichtsdestotrotz typisch dänisch ist das Skipperlabskovs, eine dänische Variante des norddeutschen Labskaus.

Zutaten:

750g mehlig kochende
Kartoffeln
750g Rinderbug oder -
unterschale
2 El geh. Petersilie
6 schwarze
Pfefferkörner
1-2 Lorbeerblätter
2 Zwiebeln
1 Tl Salz
1 Gewürznelke



Zubereitung:

Die Kartoffeln und die Zwiebeln schälen und würfeln. Dabei bereits 3/4l Wasser zum Kochen bringen. Das Fleisch in 3 cm große Würfel schneiden, in dem Wasser einige Minuten kochen lassen. Den sich bildenden Schaum abschöpfen. Die Kartoffeln, die Zwiebeln und das Salz zufügen. Die Lorbeerblätter, Pfefferkörner und Nelke in ein Mullsäckchen geben, zubinden und am Topfhenkel befestigen und mitkochen lassen. Das Gericht zugedeckt 1 1/2-2 Stunden garen. Die Kartoffeln und Zwiebeln sollen dann zerfallen und die Fleischwürfel weich sein. Das Gewürzsäckchen entfernen. Mit gehackter Petersilie servieren

Dazu schmecken : Rote-Beete-Salat ,Gewürzgurken und Schwarzbrot mit Butter

WIENER LOKALTIPP

Die Rede ist vom SKAEN,
dem ersten skandinavischen Lokal in Wien,
genauer gesagt in der Margaretenstraße.
Nicholas Kunze, der sympathische Däne
empfängt seine Gäste
gemeinsam mit dem Österreicher Thomas Schlick.



Deutschland ist das bevölkerungsreichste Land der EU und wird von einigen der größten Flüsse Europas – wie dem Rhein, der Donau und der Elbe – durchzogen.

Als Folge des Zweiten Weltkriegs wurde Deutschland in den demokratischen Westteil und den sozialistischen Ostteil (Deutsche Demokratische Republik) geteilt. Die Berliner Mauer wurde zum Symbol dieser Teilung. Im Jahr 1989 fiel die Mauer, und ein Jahr später wurde Deutschland wiedervereinigt.

Deutsch ist die am stärksten verbreitete Erstsprache in der Europäischen Union.

Deutschland hat die drittgrößte Wirtschaft der Welt.

Die Deutsche Küche ist so vielfältig wie ihre Landschaften. Auch wenn viele Ausländer die Küche mit Sauerkraut, Bier und Bratwurst gleichsetzen, hat die Deutsche Küche doch weit mehr zu bieten als diese "typisch deutschen Gerichte".

Die deutsche Brot- und Wurstvielfalt sucht auf der Welt ihresgleichen. Rund 300 Brotsorten und 1.200 Klein- und Feingebäcke werden von den deutschen Bäckern verkauft - so viel wie in keinem anderen Land der Welt.

Die Currywurst, die Weißwurst, die Original Nürnberger Rostbratwurst und noch viele andere deutsche Wurstspezialitäten sind einzigartig auf der Welt.

Natürlich ist auch das deutsche Bier ein Getränk der Superlative. Rund 1.200 deutsche Brauereien produzieren rund 5.000 verschiedene Biersorten.

GASTROKULTUR

Die Deutsche Küche verwendet, was Feld, Acker, Wald, Fluss und Meer hergeben.

Viele deutsche Gerichte sind deftig, bäuerlich und ursprünglich und oft nur mit wenigen Gewürzen gewürzt. Oft wird, wenn überhaupt, nur mit Salz und Pfeffer und einigen frischen Kräutern wie Schnittlauch und Petersilie oder mit einigen einheimischen Gewürzen wie Wacholder oder Lorbeer gewürzt.

Nichts desto trotz hält die Deutsche Küche eine Reihe schmackhafter und durchaus delikater Spezialitäten bereit, die eine Entdeckungsreise durch die deutschen Regionalküchen allemal lohnt

NATIONALGERICHTE EISBEIN

1. Eisbein mit Sauerkraut und Kartoffel-Erbesenstampf

- ca. 2 kg Eisbein
- 750 g Sauerkohl oder fertiges Sauerkraut
- 400 g Erbsen (gelb) und ebenso viel Kartoffeln
- Mindestens 50 g Speck, ca. 50 g Schmalz
- Suppengrün, 2 Zwiebeln
- Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Pimentkörner, Pfeffer, Salz



2. Grünkohl mit Pinkel

- Ca. 750 g bis 1 kg geputzten Grünkohl
- 60-80 g Schweineschmalz oder Gänsefett
- 2 Zwiebeln
- 1/3 Liter Brühe oder Wasser, 2 Esslöffel Haferflocken
- Salz, Pfeffer
- Pinkel (typisch nordische Grützwürste), Kassler, Kohlwurst, Mettwurst oder „einfache“ grobe Bratwurst

3. Rheinischer Sauerbraten

- Mindestens 1 kg Rindfleisch
- Marinade
Zwiebel,
¼ Liter Wasser, ¼ Liter Essig oder ½ Liter Buttermilch
Gewürze (Lorbeer, Nelken, Pfeffer)
- 2 EL ungeschwefelte Rosinen
- 2 EL saure Sahne, Mondamin
- Dazu Apfelmus, Rotkohl und Kartoffelklöße

Die Portionen sind auf 4 Personen ausgelegt. Bei Bedarf müssen Sie die Menge anpassen.

WIENER LOKALTIPP

Hafenjunge

Esterhazygasse 11 | 1060 Wien (6. Bezirk - Mariahilf)

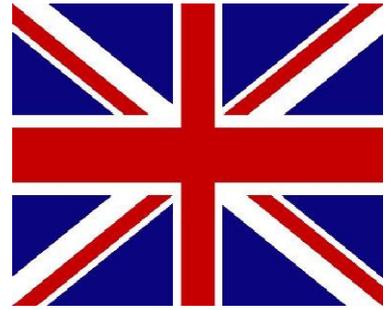
Küche: Deutsch

Lokaltyp: Restaurant

Tel: 0699 197 11 516

Web: www.hafenjunge.com

ENGLAND v. Elvis Fischer



England ist der größte und am dichtesten besiedelte Landesteil im Vereinigten Königreich Großbritannien und Nordirland und umfasst den größten Teil des südlichen Abschnitts der Insel Großbritannien, grenzt im Norden an Schottland und im Westen an Wales und die Irische See. Im Osten grenzt England an die Nordsee, im Süden liegt England am Ärmelkanal und der Südwesten Englands liegt am Atlantik.

Die englische Küche hatte nicht immer einen schlechten Ruf. Im Gegenteil! Die englischen Köche zählten jahrhundertlang zu den besten ihrer Zunft. Bis ins 19. Jahrhundert blickten die englischen Köche auf ihre französischen Kollegen herab. Denn durch das britische Empire kamen die englischen Köchen leichter an exotische Zutaten als ihre Kollegen auf dem Festland. Besonders aus Indien und Südostasien kamen Gewürze wie Zimt, Koriander, Pfeffer, Kreuzkümmel und die Gewürzmischung Curry. So erfand die englische Küche z.B. das Chutney, in dem sie sich von asiatischen Saucen und Gewürzen inspirieren ließen.

Leider bekamen die englischen Köche jedoch nie die hohe Wertschätzung, wie sie zum Beispiel die französischen Köche erfuhren.

GASTROKULTUR

Breakfast

Full English Breakfast, Afternoon Tea, Lunch und Dinner – die Bezeichnungen der britischen Mahlzeiten kennen wir alle.

Lunch / Breakfast = Brunch

Luncheon, oder kurz genannt Lunch, wird mittags eingenommen und ist kleiner als Dinner, welches die Hauptmahlzeit in England ist.

Afternoon Tea

Den Afternoon Tea nehmen die Briten um den Hunger bis zum Dinner zu überlisten.

Dinner

Die Hauptmahlzeit der Briten wird am Abend eingenommen.

Aber auch ein formelle Essen wird Dinner genannt, selbst wenn es am frühen Nachmittag oder sogar mittags stattfindet.

Supper

Bei Supper handelte es sich um eine leichte Mahlzeit, die vom Dinner gefolgt wurde.

Heutzutage wird das Abendessen mit der Familie Supper genannt und ist weniger formell als Dinner.

NATIONALGERICHT BEEF WELLINGTON

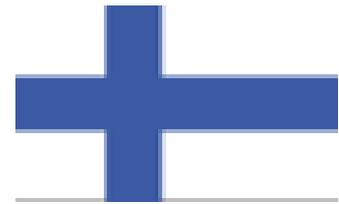


Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Min. von allen Seiten in heißem Butterschmalz braun anbraten. Danach zum Auskühlen an die Seite legen.
Nun die gehackten Pilze so lange in heißem Pflanzenöl anbraten, bis sie weich sind. Zwiebel und Knoblauch dazu geben und 5 Min. mitbraten. Die Kräuter zugeben und unterrühren, danach das Ganze zum Auskühlen ebenfalls an die Seite stellen.
Den Blätterteig auf einer mit Mehl ausgestreuten Arbeitsfläche ausrollen. Paniermehl zur Pilzmischung hinzufügen und die Masse gleichmäßig auf dem Blätterteig verteilen, dabei einen ca. 10 cm breiten Rand lassen. Das Filet nun darauf legen und anschließend alles im Blätterteig einwickeln. Das Filet in einen gebutterten Bräter legen. Das Ei verquirlen und den Blätterteig damit bestreichen. Danach das Ganze erst noch 30 Min. zum Auskühlen in den Kühlschrank legen.
Im vorgeheizten Backofen bei 250°C dann ca. 40 Min. backen.
Vor dem Aufschneiden noch ca. 10 Min. ruhen lassen

Zutaten: Rinderfilet, Blätterteig, Butter, Pflanzenöl, Ei, Salz Pfeffer, Gehackte Pilze, Gehackte Zwiebel, Gehackte Knoblauch, Salbei, Thymian, Paniermehl, Butterschmalz

WIENER LOKALTIPP

Johnnys English-Irish Pub
Schleifmühlgasse 11, A-1040 Wien



Mit seinen zahlreichen Wäldern und Seen ist Finnland für die Schönheit seiner unberührten Natur bekannt. Im hohen Norden kann man im Sommer ca. zehn Wochen lang die „Weißen Nächte“ erleben, in denen die Sonne nicht untergeht. Im Winter hingegen geht die Sonne dort fast acht Wochen lang nicht auf.

Die finnische Küche wurde von der kontinentalen, der russischen und der schwedischen Küche beeinflusst. Zu den traditionellen Spezialitäten gehören Fisch (insbesondere Lachs und der Rogen der Quappe) sowie Rentierfleisch.

Typisch sind auch die mit Milchreis oder Kartoffeln gefüllten Piroggen (karjalanpiirakka) sowie kalakukko (Schweinefleisch oder Fisch in Brotteig, in Fett ausgebacken).

GASTROKULTUR

Die finnische Küche gilt als geradlinig, schnörkellos und naturverbunden. Die Hauptzutaten für die finnische Küche kommen aus dem finnischen Wäldern wie Elch und Bär, Pfifferlinge und Steinpilze. Auch Beeren wie Himbeeren, Blaubeeren und Brombeeren, Walderdbeeren, Moosbeeren und Preiselbeeren sowie die arktische Moltebeeren findet man in den finnischen Wäldern und in vielen Gerichten der finnischen Küche. Die Beeren werden auch zu Marmelade verkocht und bilden in den Wintermonaten eine wichtige Vitaminquelle.

Neben den Lebensmitteln, die in den Wäldern wachsen, züchten die finnische Landwirte auch schmackhafte Schweine und Rinder und bauen Kartoffeln, Karotten und Steckrüben, sowie Getreide wie Roggen, Hafer und Gerste an.

Finnland gilt als das "Land der 1000 Seen". Kein Wunder also, dass Süßwasserfisch eine besondere Rolle in der finnischen Küche spielt. Aber auch Meeresfisch und Meeresfrüchte wie Hering und Krabben finden sich in finnischen Rezepten.

Brot spielt eine wichtige Rolle auf dem Speisezettel der Finnen. Besonders Roggenbrot aus Sauerteig ist ein wichtiges Grundnahrungsmittel in Finnland.

Zu den weiteren finnischen Spezialitäten zählen Karelische Piroggen (Süße Piroggen mit Reisbrei gefüllt), Rentierschinken, Karjalanpaisti (Karelischer Fleischtopf, eine Art Gulasch mit versch. Fleischsorten), Rosolli (Salat aus roter Beete, Mohrrübe, Kartoffel, Apfel und Zwiebel), Sauer eingelegte Rote Beete und Gurken, Kissel (Unpassierter, leicht gebundener Beerenpudding), Fische und "Glühfisch" (Loimukala): Maräne auf ein Brett genagelt und am offenen Feuer vorsichtig gegart.

Die Finnen gelten als Weltmeister im Kaffeetrinken. In keinem anderen Land der Welt ist der Pro-Kopf-Verbrauch an Kaffee höher als in Finnland. Obwohl die Preise für Alkohol wie in allen anderen skandinavischen Ländern in Finnland extrem hoch sind, sind die Finnen auch dem Alkohol sehr zugeneigt. Besonders Vodka aber auch andere Alkoholika werden von den Finnen gerne, oft und manchmal in rauen Mengen getrunken.

NATIONALGERICHT LAHTUAN HAUKIKEITTO (Hechtsuppe)

für 4 Portionen:

2-3 Zwiebeln schälen, fein hacken und in einem großen Topf in 100g Butter glasig schwitzen. 4-5 mittelgrosse, festkochende Kartoffeln schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. 500 ml Wasser und 500 ml Fischfond in einem zweiten Topf erhitzen.

Hechtfilets in größere Stücke schneiden.

Wenn die Zwiebeln glasig sind, die Flüssigkeit, 2 TL Salz, 15 Pimentkörner und Kartoffeln dazugeben. Kurz bevor die Kartoffeln gar sind, die 500g Hechtfilet in den Topf legen.

500ml Milch aufkochen und ebenfalls dazugeben. Die Suppe auf kleinster Flamme ganz leicht 5-10 Min. sieden lassen.

1 Bund Dill waschen, trocken tupfen und fein hacken. Dazugeben. Die Fischsuppe mit Salz und Piment abschmecken und sofort servieren

MÄMMI

Der traditionelle Osterbrei besteht aus Malz, Roggenmehl, Sirup, Wasser, Salz und Bitterorangenschale. Die Zutaten ergeben einen süßlich-herben Geschmack, der etwas an dunkles Bier erinnert. Die Konsistenz ist klebrig.

Mämmi ist kein schnelles Gericht. Der Brei muss zum zunächst einige Zeit gekocht und später mehrere Stunden im Ofen gebacken werden. Servierfähig ist Mämmi aber erst, nachdem es noch einige Tage im Kühlschrank durchgezogen ist. Um den Geschmack etwas milder zu machen, reichen Sie es mit Zucker und Milch, Sahne oder auch Vanillesauce.

WIENER LOKALTIPP

Nykke

1020, Welthandelsgebäude D4-B

01/729 79 00

Mo–Sa 8–22. Neues Lokal am WU-Campus, das sich skandinavisch gibt und kontemporäres Szeneprogramm bietet: Frühstück, Salate, Suppen, Waffeln, "høt døg" und 9 smørrebrøds (auch mit heimischen Akzenten), z.B. recht authentisches, schön gemachtes und gutes Brot mit Hering, Roter Rübe und Apfel (€ 4,50) oder Brot mit Roastbeef und gebratenen Pilzen (€ 4,80); 4 Tagesgerichte ("dags bøvls") der Kategorien Suppe, Pasta, Wok und Curry. Hell, weiß, ein wenig Holz, ein paar Pflanzen, hübsche Wandbemalung mit Vögelchen und Blümchen. Raucherbereich.

Finnshop

Heidi Salama-Kollegger

Telefon: + 43 676 963 8458

Email: office@finnshop.at

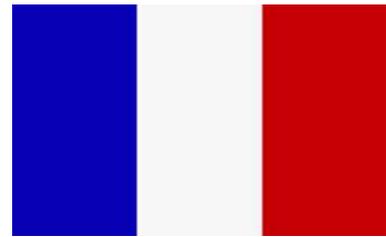
Siebensterngasse 17

A 1070 Wien

U3 & U2 Volkstheater

Strassenbahn 49 (Haltestelle Stiftgasse)

FRANKREICH v. Talas Matthias



- 1.) Hauptstadt: Paris
- 2.) Präsident: Francois Hollande
- 3.) Bevölkerung: 65,7 Millionen (2012)
- 4.) Interessante Orte (Sehenswürdigkeiten):
 - +) Eiffelturm
 - +) Louvre
 - +) Schloss Versailles
 - +) Le Mont – Saint – Michel
 - +) Cote d’Azur
 - +) Triumphbogen
 - +) Mont Blanc
 - +) Kathedrale Notre – Dame de Parisund noch viele mehr.
- 5.) Fläche: 668.763^[2] km²
- 6.) Nachbarstaaten (und Lage): Es grenzt im Südwesten an Spanien und Andorra, im Norden und Osten an Belgien, Luxemburg, Deutschland, die Schweiz, Italien sowie im Südosten an Monaco. Frankreich hat Meeresküsten im Süden zum Mittelmeer, im Westen und Norden zu Atlantik, Ärmelkanal und Nordsee.

GASTROKULTUR

In Frankreich unterscheidet man zwischen 2 verschiedenen Küchen:

- 1.) cuisines des terroirs“ oder 2.) „La cuisine regionale“.

Diese beiden Küchentypen sind in Frankreich nebeneinander gleichberechtigt.

Die Gerichte der Haute Cuisine werden jedoch in ganz Frankreich gleich oder ähnlich gekocht, während die Gerichte der Regionalküchen nur in ihren angestammten Regionen, oft sogar nur in bestimmten Städten oder Dörfern zu finden sind.

In der klassischen Haute Cuisine, die in den Küchen des französischen Königshofes und des Adels entwickelt wurde, werden auch keine extremen Geschmäcker und Geschmacksrichtungen verwendet. Alle Zutaten sind aufeinander abgestimmt und keine Zutat dominiert. Auch die Zubereitungen klassischer Gerichte ist im ganzen Land mehr oder weniger gleich. Ein Boeuf Bourguignon, ein Rindersteak Henri IV, ein Chateaubriand oder eine Sauce Duxelles schmeckt im ganzen Land gleich oder ähnlich, weil sich die Köche streng an die klassischen Rezepte und Zutaten für diese Gerichte halten. Die Auswahl an klassischen französischen Rezepten ist derart groß und umfangreich, dass es beinahe unmöglich ist, bei einer kulinarischen Reise durch Frankreich dasselbe Gericht mehr als einmal zu essen.

Im Gegensatz zur klassischen Küche Frankreichs leben die Regionalküchen von den Unterschieden. Hier werden traditionelle Rezepte vom Meister auf den Lehrling und von der Mutter an die Tochter weitergegeben. Beinahe jeder Landgasthof und jede Familie kennt Rezepte, Kniffe und Tricks, die es so nur in dieser einen Küche gibt. So kommt es, dass es beispielsweise für die Bouillabaisse, der berühmten Fischsuppe aus Marseille, hunderte Rezepte gibt, von denen jedes von sich behauptet, das „echte und originale“ Bouillabaisse-Rezept zu sein.

NATIONALGERICHT FRANZÖSISCHE FISCHSUPPE (Bouillabaisse)

- Zutaten
- Portionen: 12
- 175 ml Olivenöl
- 2 Zwiebeln, in dünne Scheiben geschnitten
- 2 Lauchstangen, in Scheiben geschnitten
- 3 Tomaten, Haut abgezogen, Samen entfernt und gehackt
- 4 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Zweig frischer Thymian
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Orangenschale

- 350 g Miesmuscheln, gesäubert und entbartet
- 2 l kochendes Wasser
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 2 kg Seearbe oder Seebarsch
- 1 Prise Safran
- 350 g frische Garnelen, geschält und entdarnt



1. **Zubereitung: 15 Minuten** › **Kochzeit: 25 Minuten** › **Fertig in: 40 Minuten** Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln, Lauch, Tomaten und Knoblauch darin anbraten. Bei mittlerer Temperatur einige Minuten kochen, bis alles Gemüse weich ist.
2. Thymian, Lorbeerblatt und Orangenschale untermischen. Muscheln und kochendes Wasser hinzugeben und umrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Hitze erhöhen und 3 Minuten kochen, bis sich Öl und Wasser vermischt haben.
3. Fisch hinzugeben und auf mittlere Temperatur herunterstellen. 12-15 Minuten weiterkochen, bis der Fisch gar ist. Er sollte undurchsichtig, weich und zart sein, aber nicht auseinanderfallen.
4. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Safran hinzugeben. Suppe in vorgewärmte Suppenteller oder eine Terrine füllen und sofort servieren.

WIENER LOKALTIPP

Beaulieu
Herrengasse 14-18
1010 Wien
Tel: 01 532 11 03
www.beaulieu-wien.at

GRIECHENLAND v. Zivanovic Bojan



Griechenland liegt in Südosteuropa und ist ein Mittelmeeranrainerstaat. Das griechische Staatsgebiet grenzt an Albanien, Mazedonien, Bulgarien und die Türkei. , die Eurozone. Es ist Mitglied der Vereinten Nationen, der OECD, der NATO, der OSZE und des Europarates. Der Human Development Index zählt Griechenland zu den sehr hoch entwickelten Staaten.

GASTROKULTUR

Die griechische Küche zählt zu den klassischen Mittelmeerküchen. Sie ist stark von der türkischen Küche beeinflusst. Man findet aber auch Einflüsse der italienischen und sogar der arabischen Küche. Fisch und Meeresfrüchte sind wichtige Zutaten der griechischen Küche. Daneben gibt es Lamm- und Ziegenfleisch sowie Huhn (Kotopoulo) und Kaninchen (Kouneli). Frisches Gemüse wie Okraschoten, Auberginen und grüne Bohnen dienen als Beilage, dazu kommen Backofenkartoffeln, Reis und Reismudeln.

Wie in allen Mittelmeerküchen verwendet auch die griechische Küche reichlich Kräuter wie Oregano, Rosmarin, Thymian, Salbei und Zitrone und reichlich Knoblauch. Zum Kochen, Braten und Backen wird Olivenöl verwendet. Aufläufe wie Moussaká (Auflauf aus Hackfleisch und Auberginen) oder Pastítsio (Nudelaufwurf mit Hackfleisch) und Ofengerichte, die sich über längere Zeit im Ofen warm halten lassen, sind sehr beliebt in Griechenland. In Griechenland wird zu jedem Gericht Brot serviert, hauptsächlich das griechische Fladenbrot Pita. Als Nachspeise werden in Griechenland Süßspeisen wie die auf dem gesamten Balkan bekannte Baklava.

Die griechische Küche bietet zahlreiche Spezialitäten. Dazu gehören u.a. die Vorspeisen Tsatsiki (Joghurt mit Knoblauch und Gurke), Gigantes (Gekochte Bohnen in Tomatensoße), Taramosalata (Fischrogenpaste), Horiatiki Salata (Griechischer Salat mit Tomate, Gurke, Oliven und Schafskäse), Dolmadakia (Mit Reis gefüllte Weinblätter), die Suppen Oupa Fakes (Linsensuppe), Revithia Soupa (Suppe aus Kichererbsen), Kakavia (Fischsuppe mit Gemüse) und Psarossoupa Avgolemono (Leicht säuerliche Fischsuppe auf Ei-Zitronenbasis) und die Hauptgänge Domates (Gefülltes Gemüse wie Tomaten, Paprikaschoten und Kartoffeln), Giouvetsi (Eintopf mit Reismudeln und Lammfleisch), Gyros (Geschnetzeltes Schweinefleisch), Moussaká (Auflauf mit Hackfleisch und Auberginen), Pasticio (Nudelaufwurf aus Hackfleisch und Makkaroni), Souvlaki (Fleischspieße mit Lamm - oder Schweinefleisch), Stifado (Schmortopf aus Kalb - oder Lammfleisch) und Bifteki (Frikadellen aus Rinderhackfleisch).

Beliebte Getränke in Griechenland sind Wasser, Tee und Bier und natürlich auch griechischer Wein. Ouzo wird hauptsächlich als Aperitiv getrunken. In griechischen Cafés wird Ouzo auch mit Mesé (kleinen Häppchen bestehend aus einem Stück Käse, Gurke, Tomate oder Tintenfisch) serviert.

NATIONALGERICHT „MOUSSAKA“

3 Auberginen (à 250 g), Salz, 600 g festkochende Kartoffeln, 2 Zwiebeln, Olivenöl zum Braten und für die Form, 500 g Rinderhackfleisch, Pfeffer, 1 große Dose stückige Tomaten (800 g Füllgewicht), 1 EL Tomatenmark, 125 ml Weißwein (nach Belieben), 1/4 TL Zucker, 1/2 TL Zimtpulver, 1 1/2 TL getrockneter Oregano, 4 EL Butter, 4 EL Mehl, 800 ml Milch, frisch geriebene Muskatnuss, 2 Eier, 100 g frisch geriebener Parmesan



Schritt 1

Die Auberginen waschen, putzen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Salz bestreuen und 30 Min. ziehen lassen. Inzwischen Kartoffeln waschen und in reichlich Salzwasser zugedeckt 20-25 Min. garen. Abgießen und ausdampfen lassen.

Schritt 2

Währenddessen Zwiebeln schälen und würfeln. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Hackfleisch zugeben, salzen und pfeffern und unter Rühren krümelig anbraten. Tomaten, Tomatenmark und nach Belieben Wein unterrühren. Mit Zucker, Zimt und Oregano würzen und offen bei mittlerer Hitze 25 Min. köcheln lassen.

Schritt 3

Die Butter in einem zweiten Topf schmelzen, Mehl einrühren und anschwitzen. Die Milch nach und nach zugießen und unterrühren. Offen bei schwacher Hitze in ca. 20 Min. eine Béchamelsauce kochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, vom Herd nehmen.

Schritt 4

Den Backofen auf 190° vorheizen, die Form mit Öl auspinseln. Die Auberginen kalt abspülen und trocken tupfen. Jeweils 3-4 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginen portionsweise darin von beiden Seiten hellbraun anbraten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Schritt 5

Die Kartoffeln pellen, in dicke Scheiben schneiden und in der Form auslegen. Die Hälfte Hacksauce darauf verteilen und die Hälfte der Auberginenscheiben darüberschichten. Die übrige Hacksauce daraufgeben und mit den restlichen Auberginenscheiben belegen. Die Eier und ca. drei Viertel vom Käse gut unter die Béchamel rühren. Die Sauce auf den Auberginen verteilen und mit dem restlichen Käse bestreuen. Die Moussaka im heißen Ofen (Mitte, Umluft 170°) in ca. 45 Min. goldbraun backen.

WIENER LOKALTIPP

Taverna Lefteris

Hörnesgasse 17 | 1030 Wien (3. Bezirk - Landstraße)

Küche: Griechisch, Mediterran, Fisch Spezialitäten

Tel: 01 713 74 51, www.taverna-lefteris.at

ITALIEN v. Stubenvoll Tobias



GASTROKULTUR

Die italienische Küche hat eine lange Tradition, die bis in die Antike zurückreicht. Bereits die Römer waren leidenschaftliche Esser und strebten danach, die besten Köche und Bäcker und die besten Zutaten und Weine zu bekommen. Dies trifft nur auf die wohlhabenden Römer zu. Die arme Bevölkerung und die Sklaven mussten sich, wie überall auf der Welt mit einfachsten Speisen wie Getreidebrei ernähren. Im 9. Jahrhundert fielen Araber in Sizilien ein und brachten die arabische Küche auf die Insel. Die Normannen brachten Schmorgerichte, eingesalzene Kabeljau (*baccalà*) und Stockfisch mit und machten sie zu populären Gerichten vor allem im norditalienischen Raum.

Abgeschnitten von den großen Handelsrouten im Norden und nach Asien blieb die Bevölkerung Süditaliens zum großen Teil arm und isoliert vom restlichen Italien. Die Bevölkerung im Süden hatte wenig Zugriff auf exotische Lebensmittel und Gewürze. Sie mussten das Beste aus dem machen, was in den oft trockenen Böden wuchs. Dennoch sind es gerade Gerichte, die ihren Ursprung im armen Süditalien haben, die heute als „typisch italienisch“ angesehen werden. Pizza und Pasta wie Spaghetti und Makkaroni kommen beide aus dem Süden des Landes.

Die Küche in ganz Italien änderte und erweiterte sich drastisch mit der Entdeckung Amerikas und neuer Lebensmittel, die aus der neuen Welt nach Europa kamen. Besonders in Norditalien ist auch heute noch der Einfluss der Habsburger und der österreichisch-ungarischen KuK Monarchie deutlich in den Regionalküchen spürbar.

NATIONALE KÜCHE

In Italien ist in der jüngeren Zeit vor allem die Pasta und Pizza bezeichnend für die nationale Esskultur. Die Italiener essen rund fünfmal so viel Pasta wie die Deutschen. Die Herkunft der Nudeln ist historisch nicht eindeutig zu klären, schon die Etrusker hatten allerdings die Nudelgerichte geschätzt wurde im 19. Jahrhundert zur Volksspeise, vorher war die Pasta als Feinkost einer kleineren Zielgruppe in Italien vorbehalten. Nudelgerichte waren zuerst in Sizilien überaus beliebt. Von Sizilien aus kam die Pasta und die Pizza durch die italienischen Auswanderer in die USA. Heute wird Pasta in vielen Betrieben industriell gefertigt und gilt als Nationalgericht der Italiener in allen möglichen Variationen. Pasta gibt es heute auch in unzähligen Formen und Farben. Die Farben entstehen durch die unterschiedlichen Zubereitungen mit Eiern, Tomaten oder Spinat. Spagetti-Gerichte werden heute in allen Regionen Italiens sehr gerne gegessen. Es gibt in Italien keine einheitliche Esskultur in Bezug auf die Pasta. Die sizilianische Küche ist anders als die römische oder die regional-norditalienischen Küchen. Typisch ist bei Pasta vor allem die Zubereitung mit Tomatensaucen, Gemüse und Gewürzen. Die Sizilianische Küche gehört in Italien zu den ältesten und vielfältigsten Küchen, wo vor allem frischer Fisch und Meeresfrüchte eine Rolle spielen. Zu den typischen Gerichten in Süditalien gehört auch die Pizza.

NATIONALGERICHT BOLOGNESE

Für 4 Portionen

1 große Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 2-3 Möhren, 2 Stangen Staudensellerie, 2 EL Butterschmalz, 300 g Beefsteakhack, 200 g Mett (gewürztes Schweinehack), Zucker, 1 gehäufter EL Tomatenmark, 1 Lorbeerblatt, 5 Stiele Thymian, 1/2 TL Edelsüß-Paprikapulver, frisch gemahlener Pfeffer, 1 kleines Stück Speckschwarte, 1 Dose geschälte Tomaten (850 g), 100 ml Rot- oder Weißwein, 200-300 ml Rinderbrühe oder -fond, etwa 150 ml Tomatensaft, etwas Milch oder Sahne, Meersalz

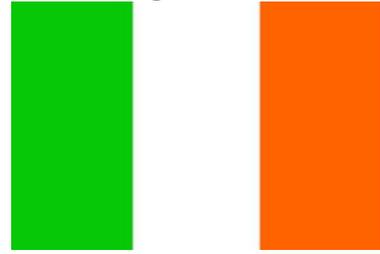


1. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Möhren und Sellerie putzen, abspülen und fein würfeln. 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, das Gemüse darin etwa 10 Minuten braten. Herausnehmen und beiseite stellen.
2. Restliches Butterschmalz in die Pfanne geben. Hack und Mett dazugeben so lange braten, bis das Hack braun angebraten (das dauert etwa 15 Minuten). Dabei das Fleisch mit einem Pfannenwender immer wieder zerdrücken. Zum Schluss mit einer großen Prise Zucker würzen. Das Tomatenmark unterrühren und noch weitere 3 Minuten braten.
3. Dann das gebratene Gemüse, Lorbeer und die abgespülten Thymianzweige dazugeben und mit Paprika und Pfeffer würzen.
4. Speckschwarte, Tomaten mit der Flüssigkeit und Wein zufügen und alles unter Rühren schmoren, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Die Brühe dazu gießen und bei kleiner Hitze 1,5 bis 2 Stunden schmoren lassen. Gelegentlich umrühren. Die Bolognese gut. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Zum Schluss so viel Tomatensaft dazugießen, dass die Soße die richtige Konsistenz hat.

Dazu Spaghetti und frisch geriebener Parmesan-Käse!

WIENER LOKALTIPP
RISTORANTE FRANCESCO
Währingerstr. 66, 1090 Wien
(2 Gehminuten von der Volksoper entfernt)
(Bietet auf der Homepage auch Kochrezepte)
Öffnungszeiten: 11:00 bis 24:00
Tel.: +43-1-317 49 42

IRLAND v. Berger Maximilian



Die traditionelle irische Küche ist eher rustikal und einfach. Hauptzutaten sind Kohl und Kartoffeln, die oft zu Eintöpfen, sogenannten "Stews" verkocht werden. Hammel und Lamm sind sehr beliebt in Irland. Auch sie werden oft zu Stews und zu Fleischpasteten, sogenannten "Pies" zubereitet. Daneben spielen frische Fische und Meeresfrüchte wie Lachs, Heringe, Austern, Venusmuscheln, Jakobsmuscheln, Hummer, Krabben aus der irischen See, dem Atlantik und den zahlreichen Flüssen und Seen Irlands bilden eine wichtige Grundlage der irischen Küche.

GASTROKULTUR

Das soziale Leben der Iren spielt sich hauptsächlich im Pub (von engl. "public house" = öffentliches Haus) ab. Hier trifft man sich mit Freunden und Bekannten, redet, tratscht, diskutiert, spielt und hört Musik und trinkt dazu das eine oder andere "Pint".

Das bekannteste irische Getränk, und das wohl bekannteste Bier der Welt, ist das Guinness aus Dublin. Guinness ist ein dunkles Bier ("Stout") und wird heute in mehreren Variationen gebraut. Das "echte" Guinness ist das Guinness Draught. Es wird ausschließlich in Fässern abgefüllt. Daneben gibt es Guinness "Extra Stout" mit mehr Alkohol damit es sich länger in Flaschen hält sowie Guinness "Foreign Extra" bzw. Guinness "Tropical Stout", das mit mehr Hopfen gebraut wird um die Haltbarkeit in wärmeren und tropischen Ländern zu verlängern. Guinness "Foreign Extra" bzw. Guinness "Tropical Stout" machen heute ca. 40% des Gesamtumsatzes der Guinness Brauerei aus. Der neueste Zuwachs zur Guinness-Familie sind die Guinness Draught Cans. Mit diesem Guinness in Dosen ist es erstmals möglich, den typischen Guinness Schaum auch mit Guinness aus Dosen zu erschaffen. Möglich ist dies durch ein sogenanntes "Floating Widget", eine Kapsel mit Stickstoff am Dosenboden, die den typischen Schaum zaubert.

Guinness wird nicht wie andere Biere mit Kohlensäure gezapft sondern mit Stickstoff. Stickstoff bildet kleinere Bläschen im Bier. Dadurch wird die typische cremige Schaumkrone auf einem "Pint of Guinness" erreicht. Man sagt, ein Guinness wäre dann perfekt gezapft, wenn ein 2 Penny Stück bzw. 2 Cent Stück auf der Schaumkrone liegen bleibt ohne zu versinken.

Weitere beliebte Getränke in Irland sind Ale (obergäriges Bier mit wenig Kohlensäure. Bekanntestes Ale ist Smithwick's, das in Deutschland und anderen Ländern als Kilkenny verkauft wird, Lager (Mildes helles, untergäriges Bier), Irish Whiskey und Cider (Apfelwein mit Kohlensäure. Bekannte Marken sind Cashel's, Strongbow und Bulmer's). Außerdem sind die Iren begeisterte Teetrinker. Die Iren trinken ihren Tee meist mit Milch, Zitronensaft oder Zucker.

NATIONALGERICHT IRISH STEW

800 g Lammschulter
5el Öl
1 Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
300g Karotten
1 Sellerie
¼ weißes Kraut
150g Porree
1 Liter Rinderfond
250g Erdäpfel geschält
1 El Petersilie gehackt
je 1 Priesse Kümmel & Thymian,
Muskat, Salz und Pfeffer



Zubereitung

Arbeitszeit: ca. 30 Min. / Schwierigkeitsgrad: normal

Lammfleisch in nicht zu kleine Würfel schneiden, Zwiebel in Streifen schneiden, Möhren, Sellerie und Kartoffeln in kleine Würfel schneiden (1 Kartoffel beiseite legen), Kohl und Lauch grobblättrig schneiden.

In erhitztem Öl das Fleisch anbraten. Zwiebel, zerdrückten Knoblauch und Gemüse ohne die Kartoffeln begeben, mitschmoren lassen, mit Brühe aufgießen, mit Kümmel, Muskat, Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken.

1 Stunde bei leichter Hitze kochen lassen.

Dann Kartoffelwürfel begeben und noch eine Viertelstunde weiterkochen lassen. Die beiseite gelegte Kartoffel fein raspeln und kurz vor dem Servieren den Irish Stew damit binden

Mit gehackter Petersilie bestreuen.

Black and Tan

Ein klassisches Getränk zum irischen St. Patrick's Day.

Zutaten

0,25 l Helles Bier (Lager oder Export)

0,25 l Irish Stout (Guinness)

Zubereitung

In ein Halbliter- oder ein Pint-Glas zuerst das helle Bier einschenken. Dann das dunkle Guinness über einen Esslöffel vorsichtig auf das helle Bier schenken. Die beiden Biere sollten sich nicht vermischen sondern die beiden Farben getrennt bleiben.

WIENER LOKALTIPP

THE GOLDEN HARP

ist ein Irish Pub in der Kettenbrückengasse 7, 1050 Wien.

Tel. 01/7151393 oder über info@goldenharp.at

KROATIEN v. Scheidl Benjamin



Früher hat Kroatien zum jugoslawischen Staatgefüge gehört. Auch war Kroatien einmal ein Teil Österreich. Da Kroatien eine Küste hat, mehrere 100 Inseln besitzt leben die Menschen vom Fischfang, der Landwirtschaft und geringer Industriet.

Kroatien besitzt sehr alte Geschichte die von verschiedenen Völkern wie den Griechen, den Römern und Illyrern beeinflusst wurde, die kroatische Sprache ist von den Illyristen geprägten Form im autonomen Kroatien-Slawonien verwendet worden und gehört zum westsüdslawischen Sprachstamm.

Leider wurde in Kroatien von 1991 bis 1995 Krieg gegen Serbien geführt, durch diesen Krieg wurde die Wirtschaft, der Fremdenverkehr schwer getroffen.

Das Land ist aufgrund der Nähe zu Österreich, Deutschland, Italien usw. als beliebte Urlaubsland anzusehen. Die Gastfreundschaft der slawischen Völker ist weltweit bekannt.

GASTROKULTUR

Aufgrund der historischen und geografischen Wurzeln von Kroatien zeichnet die Küche durch große Vielfalt aus. Zu den Spezialitäten der kroatischen Küche gehören Fleischgerichte, Fischspezialitäten, herzhaftes Suppen, Speck, Käse, Schinken wie auch einheimischer Wein oder Kräuterschnaps (travarica).

Die kulinarische „Landschaft“ verändert sich vom Norden nach Süden, vom Osten nach Westen und wird aufgrund ihrer Vielfalt und Heterogenität oft „Küche der Regionen“ genannt. Jedes Gebiet hat etwas Eigenständiges.

Von der Insel Pag stammt der Paški sir (bekanntester Käse, Markenzeichen der Insel).

Die Karst-Gebiete bringen den dalmatinischen Schinken (pršut) hervor.

In dem Gebiet Zagora (Hinterland Dalmatiens) dominieren einfache Gerichte, Brot, Schweinefleisch und Kartoffelgerichte.

Die binnenländische Küche charakterisieren Eintöpfe meist aus Sauerkraut, Speck. Waldgebiete sind für deftige Wildgerichte bekannt.

Aufgrund der Geschichte Kroatiens wird die Küche sowie die Essgewohnheiten der Bevölkerung von den nachfolgenden Küchen Europas beeinflusst:

- Balkanküche
- Ungarische Küche
- Österreichische Küche (insbesondere Wiener Küche)

NATIONALGERICHT CEVAPCICI

Zutaten:

- 1 große Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
sehr fein würfeln
(brunoise) oder
pressen.
- 4 EL Petersilie
hacken.
- 500 g Rinderhack
oder Lammhack
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 1 EL Mehl
- 2 EL Olivenöl

Zubereitung:

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und ganz fein hacken.
2. Alle Zutaten in einer Schüssel mit den Händen gut verkneten.
3. 2 cm dicke und 5 cm lange Würstchen daraus formen auf ein Brett legen und mindestens ½ Stunde ruhen lassen, damit das Mehl quellen kann und dem Hackfleisch etwas Festigkeit gibt.
4. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Cevapcici rundum anbraten (oder grillen.)



WIENER LOKALTIPP

Konoba
Lerchenfelder Straße 66-68, 1080 Wien
Telefonnummer 01 9294111
www.konoba.at

LUXEMBURG v. Maschek Dominik



Das Großherzogtum Luxemburg ist ein kleines Land, das von Belgien, Frankreich und Deutschland eingerahmt wird. Seine Geschichte ist untrennbar mit der seiner größeren Nachbarn verbunden. Seine Landschaft ist von sanften Hügeln und Wäldern geprägt. Letzeburgisch, die Nationalsprache, ist dem Deutschen verwandt. Deutsch ist für die meisten Luxemburger die erste Fremdsprache und wird auch in den Medien gesprochen. Französisch ist die Sprache der Verwaltung.

Die Wirtschaft Luxemburgs ist im Wesentlichen vom Banken- und Versicherungssektor sowie der Stahlindustrie geprägt. Aber auch die Weinproduktion und die Landwirtschaft spielen eine große Rolle.

Zu den Luxemburger Spezialitäten aus den heimischen Wäldern und Gewässern gehören Hasenpfeffer und Ardenner Schinken sowie Forelle und Hecht.

Im Moseltal, das sich Luxemburg mit Deutschland teilt, werden bekannte Weißweine angebaut. Wie viele andere nordeuropäische Länder ist Luxemburg jedoch auch für sein gutes Bier berühmt.

GASTROKULTUR

Der Küche des kleinen Luxemburgs wird oft nachgesagt, sie sei "französische Raffinesse mit deutschen Portionen". Auch wenn dies stark vereinfacht ist, ist die luxemburgische Küche doch deutlich von den Küchen seiner beiden Nachbarn Deutschland und Frankreich beeinflusst. In jüngster Zeit kamen auch noch Einflüsse der vielen Einwanderer aus Italien und Portugal hinzu.

Luxemburg ist berühmt für seine köstlichen Backwaren und Gebäcke. Außerdem gibt es in Luxemburg zur Jagdsaison exzellentes Wild wie Hasen, Wildschwein und Rehe. Aus den Flüssen und Seen werden Fische wie Forellen, Krebse und Hechte gefangen. Aus den Ardennen stammt ein sehr guter geräucherter roher Schinken, der in Geschmack und Aussehen dem italienischen Proscuitto crudo ähnelt. Weitere luxemburgische Spezialitäten sind Bouneschlupp (Suppe aus grünen Bohnen), Judd mat Gaardebounen (Geräucherter Schweinehals mit breiten Bohnen), Kachkéis (Luxemburger Kochkäse), Quetschentaart (Kleine Zwetschgen-Tartes).

Der Weinbau hat in Luxemburg eine lange Tradition, die bis zur Römerzeit zurückreicht. An der Mosel werden sehr gute Weißweine angebaut. Die häufigsten Reben sind Riesling, Pinot Gris, Pinot Noir, Pinot Blanc, Auxerrois, Rivaner, Elbling, Gewürztraminer, und Crémant de Luxembourg. Luxemburger Qualitätsweine werden mit dem Markenzeichen "Marque Nationale" ausgezeichnet, das vom staatlich geführten Institut für Weinkultur vergeben wird.

In Luxemburg werden auch mehrere sehr gute Biere gebraut. Außerdem sind fast alle belgischen Biere und die internationale bekannten Biermarken erhältlich.

NATIONALGERICHT Judd mat Gaardebounen (Geräucherter Schweinenacken mit Saubohnen)



Zutaten:

Portionen 4

1.5 kg geräucherter Schweinenacken
1 kg Saubohnen
½ Stange Lauch
1 Möhre
1 Zwiebel
4 Blätter Sellerie
½ Glas trockener Weißwein
50 g Butter
2 EL Mehl
1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken
Bohnenkraut
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Schweinenacken mehrere Stunden im kalten Wasser wässern. Herausnehmen in einen Topf mit Wasser geben und aufkochen. Lauch, Möhre, Sellerie mit einem Bindfaden zusammenbinden und hinzufügen. Zwiebel mit Lorbeerblatt und Nelken spicken und ebenfalls zugeben. Hitze reduzieren und je nach Größe des Nackenstücks 1,5 - 2 Stunden zugedeckt gar ziehen lassen

Saubohnen enthülsen und ca. 5 Minuten in Wasser gar kochen.

Für die Sauce Butter in einer Kasserolle zerlassen und das Mehl einstreuen. Unter ständigem Rühren eine dunkle Mehlschwitze herstellen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Anschließend ca. 500ml von der Fleischbrühe, in der der Schweinenacken kocht unterrühren, so dass eine sämige Soße entsteht. 10 Minuten unter Rühren köcheln lassen. Die Bohnen in die Sauce geben, den Wein zugeben und mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut abschmecken. Einige Minuten ziehen lassen.

Schweinenacken aus der Brühe nehmen und in Scheiben schneiden.

Mit Brat - oder Petersilienkartoffeln servieren.



Österreichs vielfältige Küche zeugt bis heute von der einst großen Monarchie. Vor allem Wien war dabei der kulinarische Schmelztiegel: Hier überwogen die sogenannten "Zuagrasten"; sie stammten aus Ungarn, Böhmen, der Slowakei, aus Karpatenrussland, der Bukowina, Polen, Krain, Kroatien, Triest, Dalmatien oder "nur" aus den heutigen Bundesländern. Sie alle brachten Kochrezepte ihrer Heimat im Gepäck mit nach Wien, und die österreichische Küche übernahm das Beste von allen.

GASTROKULTUR

Da die heute tschechischen Gebiete die Kornkammer der einstigen Monarchie waren, ist es kein Wunder, dass dort übliche süße Mehlspeisen wie Topfengolatschen, böhmische Buchteln, Powidltascherln, Mohnnudeln und Topfenknödel in monarchische Speisekarten Einzug hielten. Weitere Einflüsse verdankt man der jüdischen Kultur. Aus Ostgalizien wurde zum Beispiel der "gefülte Fisch" mitgebracht, Vorbild des in österreichischen Gourmet-Lokalen beliebten gesulzten Karpfens. Aller Wahrscheinlichkeit nach ist auch das Beuschel jüdischen Ursprungs. Beim Beuschel, einem umgangssprachlichen Ausdruck für Lunge und die oberen Innereien vom Kalb, wird daraus eine delikate Hauptspeise, die meist mit Servietten- oder Semmelknödeln auf den Tisch kommt.

Die Italiener inspirierten mit ihrem Siedefleisch zum Wiener Tafelspitz, während Serbien zu Reisfleisch- und Grillgerichten anregte. Wie das Wiener Schnitzel auf die Speisekarten kam, ist bis heute ungeklärt. Plausibel klingt die Erklärung, dass es sich vom Wiener Backhendl ableitet, das ebenso zubereitet wird und schon im 16. Jahrhundert paniert und in Fett schwimmend herausgebacken wurde.

Zum Abschluss eine Kuriosität: Wer würde nicht schwören, dass Schnecken eine französische Delikatesse sind? Weit gefehlt. Im 18. Jahrhundert waren Schnecken fast ein österreichisches Grundnahrungsmittel. Sie wurden zu Schneckenknödeln, -pasteten, -salaten und -eierspeisen verarbeitet, wurden gebacken und zu Wurst gemacht. Wem bei diesem Gedanken nicht ganz wohl ist, den kann vielleicht auf den Geschmack bringen, dass der Verzehr von Schnecken die Potenz steigern soll. Sagt zumindest ein steirisches Sprichwort.

Wien: Wiener Schnitzel

Als einzige Stadt der Welt ist Wien Namensgeber eines eigenständigen Speisen-Stils, der Wiener Küche. Seit dem 18. Jahrhundert finden sich Schnitzel-Rezepte in den Wiener Kochbüchern. Heute ist das Wiener Schnitzel das österreichische Nationalgericht schlechthin, weltberühmt und immer ein Genuss!

NATIONALGERICHT „KAISERSCHMARREN“

Zutaten:

- 3 Stück Eier
- 1-2 TL Kristallzucker
- 1 Prise Salz
- 2 EL Butter
- 150 ml Milch
- 180 g Mehl (glatt)
- 1 EL Rosinen (nach Belieben)
- Staubzucker (zum Bestreuen)

Zubereitung:

Für den Kaiserschmarren die Eier trennen. Das Eiweiß zu festem Schnee schlagen - am besten dazu noch eine Prise Salz vor dem Rühren hinzufügen.

Das Eigelb mit dem Kristallzucker verquirlen, die Milch und das Mehl hinzugeben. Mit einem Schneebesen solange verrühren, bis ein schöner klümpchenfreier Teig entstanden ist. Den Eischnee unter den Teig heben und vorsichtig miteinander vermengen.

In einer Pfanne etwas Butter schmelzen lassen und die Masse eingießen. Nach Belieben können Sie einige Rosinen darüber streuen. Den Kaiserschmarren für einige Minuten am Boden anstocken lassen, bis der Schmarren auf der Unterseite eine bräunliche Farbe bekommt. Mit einer Gabel in Stücke zerreißen und wenden, damit auch die andere Seite goldbraun angebacken ist. Nun etwas Kristallzucker darüberstreuen und noch kurz in der Pfanne schwenken, damit der Zucker etwas karamellisiert.

Ist der Kaiserschmarren durchgebacken und auch in der Mitte nicht mehr flüssig, mit Staubzucker bestreuen und heiß mit Zwetschkenröster servieren.

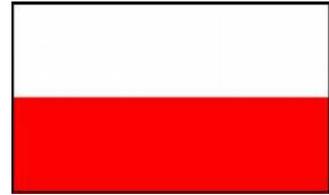
Tipp:

Sind keine Kinder unter den Essern, so schmeckt der Kaiserschmarren besonders fein, wenn Sie die Rosinen vorher ca. 15 Minuten in Rum einlegen.



WIENER LOKALTIPPS

Alle Ausbildungsbetriebe der Lehrlinge der
Wiener Berufsschule für Gastgewerbe
1120 Wien, Längenfeldg. 13 -15
01 5991695353 - www.bsgg.at



Polen ist eine parlamentarische Republik in Mitteleuropa. Hauptstadt und zugleich größte Stadt des Landes ist Warschau. Polen ist ein Einheitsstaat, der aus 16 Wojewodschaften besteht.

Mit einer Größe von 312,679 km² ist Polen das sechstgrößte Land der Europäischen Union und mit 38,5 Millionen Einwohnern das sechst Bevölkerungreichste. Seit 2004 ist Polen Mitglied der Europäischen Union und eine treibende Wirtschaftskraft in Mitteleuropa. Gemessen am Bruttoinlandsprodukt ist Polen das vierundzwanzigste reichste Land der Erde mit der zwanzigsthöchsten Kaufkraftparität. Im Human Development Index erreicht Polen die Höchstwertung (very high).

GASTROKULTUR

Die polnische Küche ist sehr rustikal und hat Einflüsse der deutschen, litauischen, ukrainischen, tschechischen, slowakischen und weißrussischen, der jüdischen, österreichisch-ungarischen und sogar der italienischen Küche. Polen hat einen Spitzenplatz im Fleischkonsum pro Einwohner. Polnische Wurstwaren sind weit über die Grenzen des Landes hinaus berühmt. In Sachen Gemüse gibt es hauptsächlich Kartoffel und Weißkohl und ist meistens sehr weich gegart.



Typische Gerichte:

- Pieczeń na dziko – „Braten nach Wildart“; Schweine-, Rinder- oder Lammbraten, über längere Zeit in Weißwein, Zitronensaft, Wacholder, Piment, Lorbeer und Gewürznelken mariniert, mit einer Soße aus Bratensaft, Zwiebeln und Weißdornmarmelade;
- Pieczeń huzarska – „Husarenbraten“; Rinderbraten, während des Bratens mit Einschnitten versehen, in denen eine Füllung aus Brot, Eiern und Kräutern mitgart;
- Pierogi – („Piroggen“); polnisches Nationalgericht; gekochte oder geröstete halbrunde Teigtaschen mit Randverzierung und verschiedenen Füllungen. Die beliebtesten Sorten sind Pierogi z kapustą i grzybami mit Kraut, Zwiebeln und Pilzen.
- Makowiec oder Makownik – traditioneller Mohnkuchen aus Hefe- oder Mürbeteig und Mohnmasse; als glasierter Wickelkuchen (Weihnachtstradition) oder als Blechkuchen;

NATIONALGERICHT PIEROGI



500g Mehl
1 Ei
1EL Öl
230ml Wasser, lauwarm
1TL gestrichen Salz
1kg Kartoffel fest kochend
500g Hüttenkäse
2 mittel-große Zwiebeln
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Arbeitszeit: ca. 1 Std. 30 Min. Koch-/Backzeit: ca. 20 Min.

Teig:

Aus dem Mehl, Ei, Öl, und dem Wasser einen glatten Teig kneten und dünn ausrollen.

Füllung:

Kartoffeln in Salzwasser kochen. Die noch warmen Kartoffeln zerkleinern und mit dem Hüttenkäse verrühren bis eine glatte Masse entsteht. Die Zwiebeln hacken und in der Pfanne kurz bräunen, unter die Masse mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitung:

Mit einem Glas runde Formen ausstechen und die Füllung mittig darauf legen. Darauf achten das es nicht zu viel ist. Die Ränder gut zusammendrücken und mit einer Gabel nachdrücken. Es sollten ca. 50 Piroggen werden.

Die Pierogi in Salzwasser kochen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Danach noch ca. 2-3 Minuten kochen, und in einem Sieb abtropfen lassen.

Servieren:

Man nimmt 10 Piroggen pro Person. Auf dem Teller diese mit gerösteten Zwiebeln in Öl übergießen. Man kann auch einen Klecks saure Sahne dazu reichen.

Sollte Füllung übrig bleiben, kann man noch Teig nachmachen oder sie einfrieren. Die Piroggen lassen sich auf Vorrat herstellen und einfrieren, am besten portionsweise. Bei Bedarf entnimmt man dann eine Portion aus dem Tiefkühler und gibt sie tiefgefroren ins kochende Wasser.

WIENER LOKALTIPP
KOPERWAS - Polnisches Restaurant
Liechtensteinstr. 26 | 1090 Wien (9. Bezirk - Alsergrund)
Tel: 01 890 33 97
www.koperwasrestaurant.at

PORTUGAL v. Halbert Nikolai



Portugal, dessen Geschichte von Seefahrern und Entdeckern geprägt ist, liegt auf der iberischen Halbinsel an der Atlantikküste. Die Geschichte Portugals hat sich dauerhaft auf die Kultur des Landes ausgewirkt: In den letzten 3000 Jahren hat Portugal viele verschiedene Zivilisationen kommen und gehen sehen. Phönizier, Griechen, Kelten, Karthager, Römer und Araber haben ihre Spuren in dem Land hinterlassen. Portugal blickt auf eine lange Tradition der Künste und Geisteswissenschaften zurück. Jede Region Portugals hat ihre eigenen traditionellen Gerichte aus verschiedenen Fleischarten und Meeresfrüchten. Insbesondere ist das Land auch für Gerichte mit Kabeljau bekannt, der auf hundert verschiedene Arten zubereitet wird.

GASTROKULTUR

Die portugiesische Küche ist vielfältig, weil die Portugiesen viele Erzeugnisse, Gewürze und Zubereitungsarten in ihre heimische Küche aufnahmen, die sie auf ihren Entdeckungsfahrten und dann in ihren Kolonien kennenlernten. Davon abgesehen hat jede Region von Portugal ihre eigenen Spezialitäten, je nachdem, ob es sich um eine Region in den Bergen, an der Küste oder in einem weitflächigen Tal handelt.

In den meisten Restaurants, in denen Portugiesen verkehren, werden die Speisen grundsätzlich frisch zubereitet. Ähnlich wie in Frankreich oder Italien lässt man sich Zeit und tafelt zuweilen mehrere Stunden.

Eines der Nationalgerichte ist Stockfisch (Bacalhau), von dem es über 300 verschiedene Zubereitungsarten geben soll. Weitere bekannte Gerichte sind Caldo verde, eine Kohlsuppe, und gegrillte Sardinen. Außerdem sind kleine frittierte Pasteten (Pasteis) mit Fleisch, Muscheln oder Krabben sehr beliebt. Portugiesische Süßspeisen sind durch den arabischen Einfluss sehr süß. Als Beispiel sind hier Arroz doce (Milchreis) und Pudim flam (Karamelpudding) zu nennen. Aus Blätterteig wird eine Art Puddingtörtchen namens Pasteis de Nata gezaubert, das über Macao inzwischen auch in China weit verbreitet ist.

Einige Weine aus Portugal zählen zu den besten der Welt. Bekannt sind vor allem der Vinho Verde und Rotweine. Der Vinho do Porto (Portwein) ist weltberühmt.

Abgesehen von den Großstädten und der Touristenhochburg Algarve findet man die Speisekarte in den meisten Gasthöfen und Restaurants in Portugal nur in Portugiesisch, vereinzelt auch in Englisch vor. Häuser der gehobenen Klasse, insbesondere im Großraum Lissabon und Porto, drucken sie generell in Portugiesisch, Englisch und Französisch.

NATIONALGERICHT BACALHAU (STOCKFISCH)

Zubereitung

Arbeitszeit: ca. 30 Min.

Ruhezeit: ca. 12 Std.

Den Stockfisch am Vortag in kaltem Wasser einweichen. Dann den Fisch kochen und danach die Haut und die Gräten entfernen.

Die Zwiebeln in Scheiben schneiden und zusammen mit den kleingeschnittenen

Knoblauchzehen in Olivenöl dünsten. Den Stockfisch hinzufügen, sowie Lorbeerblätter, kleingeschnittene Petersilie, die Oliven und die in Scheiben geschnittenen gekochten Eier. Bei schwacher Hitze alles kochen lassen.

Die gekochten Kartoffeln zu Püree stampfen.



Eine feuerfest Form mit Margarine einfetten. Den Boden der Auflaufform mit dem Püree bedecken, das Fischgericht darauf schichten, dieses wiederum mit Kartoffelpüree bedecken. Mit geschlagenem Ei bestreichen und Paniermehl darüber geben. In den Backofen geben und bei 200° in 20 Minuten braun werden lassen.

WIENER LOKALTIPP

Senhorvinho

Lassen Sie sich verzaubern!

Bei Senhor Vinho, Wiens einzigem portugiesischen Restaurant mit Weinbar.

Wir laden Sie zu einer kulinarischen Reise quer durch Portugal, Madeira und die Azoren ein. Lassen Sie sich verführen - der Charme und Esprit des westlichsten Landes Europas, die Menschen, ihre raffinierte Küche und geheimnisvollen Weine werden Sie begeistern.

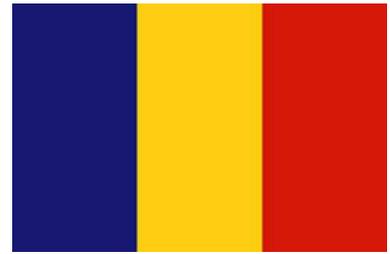
Präsentiert von Gastgeber Nelson Fadista dos Santos und seinem Bruder Daniel
- einfach himmlisch!

1050 Wien | Schwarzhorn gasse 8

Tel.: +43 1 545 84 00

<http://www.senhorvinho.at/>

RUMÄNIEN v. Karabas Harun



Rumänien (Hauptstadt: Bukarest) liegt im Südosten Europas. Der Norden des Landes ist bergig, der Süden hingegen durch das ausgedehnte Donautal geprägt. Das Donaudelta an der Flussmündung zum Schwarzen Meer bildet ein Wildreservat für unzählige einheimische Vogelarten und Zugvögel. Im Jahr 2007 trat Rumänien der EU bei. Die gruseligen Dracula-Geschichten basieren auf Erzählungen über den Grafen Vlad Dracul, der im 15. Jahrhundert in Rumänien lebte. Sein Sohn war in Kriegszeiten für das Pfählen seiner Feinde berüchtigt.

GASTROKULTUR

Rumänien wurde Jahrhunderte lang von fremden Herrschern und Völkern regiert, die alle ihre Küchentraditionen hinterlassen haben. Eine typische rumänische Küche gibt es daher nicht. Vielmehr lassen sich Elemente aus Italien, Russland, Ungarn, Griechenland, der Türkei und aus Sachsen erkennen.

Die Einflüsse lassen sich auch an bestimmten Gerichten, Zutaten und Zubereitungsformen erkennen. So erinnert der schnittfeste Maisbrei "Mamaglia" an die italienische Polenta, der Fleischtopf "Tocanà" an das ungarische Gulasch. Auch das Grillen, das von den Türken übernommen wurde und die Verwendung von saurer Sahne (Russland) und Sauerkraut (Sachsen) zeugen von den verschiedenen Einflüssen auf die rumänische Küche.

Rumänische Spezialitäten sind u.a. Ciorba de pui (Suppe mit Huhn), das Nationalgericht Sarmale (Kohlrouladen mit einer Reis-Hackfleisch-Füllung) und Branza (Schafskäse)

In Rumänien gibt es viele regionale Kleinwinzer, die ihren eigenen Wein produzieren.

Meistens sind die Mengen jedoch zu gering, um sie gewinnbringend ins Ausland verkaufen zu können. Daher wird der Großteil des rumänischen Weins im eigenen Land getrunken. Beliebtester Likör ist die "visinatà" auf Sauerkirsch-Basis, berühmtester Schnaps die "tuică" oder "palincă" aus Pflaumen oder Treber.

NATIONALGERICHT CIORBA DE VARZA (Krautsuppe)



Zutaten:

Portionen 6

200 g Rindfleisch

200 g Schweinefleisch

200 g Hühnerfleisch

100 g geräucherten Schinken

150 g geräucherte Wurst

150 g Sauerkraut (Dose) oder frisch

1,5 l Sauerkrautsaft (im Bioladen erhältlich)

1 kleine Zwiebel

1 EL Mehl

öl

Paprikapulver edelsüß

2 EL Reis

etwas Rahm

Zubereitung:

Das Fleisch würfeln und mit wenig Wasser halbweich garen. Dabei das Rindfleisch etwas früher zum Kochen bringen, da die Garzeit etwas länger ist. Dann den Schinken und das Sauerkraut dazugeben, mit Sauerkrautsaft aufgießen und langsam kochen lassen bis das Fleisch weich ist. Die Wurst nun in dünne Scheiben schneiden und dazu geben, Zwiebeln fein hacken, in heißem öl andünsten, Mehl einrühren und die Suppe damit dicken.

Mit Salz und Paprika abschmecken.

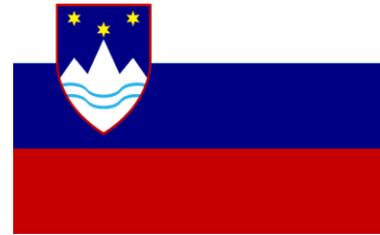
Den Reis separat kochen und in einer Schüssel anrichten. Ein Tupfen Rahm in den Teller, rundet den Geschmack ab.

WIENER LOKALTIPP

Das Restaurant „Donaudelta“ bietet exzellente rumänische Spezialitäten bei gemütlicher Atmosphäre mit rumänischer Hintergrundmusik in rustikaler Einrichtung. Die rumänischen und internationalen Gerichte werden nach Originalrezepten zubereitet, im Angebot steht zum Beispiel das rumänische Nationalgetränk „Țuică“, außerdem gibt es Gerichte zu besonders günstigen Preisen.

Adresse: Sechshauser Gürtel 7
1150 Wien

SLOWENIEN v. Spahic Amra



Slowenien wurde am 25. Juni 1991 unabhängig von Jugoslawien. Die Hauptstadt von Slowenien ist Ljubljana. Slowenien ist 20,273 km² groß. Die Einwohnerzahl von Slowenien ist 2.057.660. Die Währung ist der Euro. Slowenien trat im 1. Mai 2004 der Europäischen Union bei. Sloweniens Nachbarländer sind Österreich, Kroatien, Ungarn und Italien. Die Hauptsprache ist Slowenisch (regional Italienisch und Ungarisch)

GASTROKULTUR

Die Küche Sloweniens ist von der österreichischen, der italienischen und der ungarischen Küche beeinflusst. Diese Einflüsse sind je nach Region unterschiedlich stark ausgeprägt. An der Küste Sloweniens ist der italienische Einfluss besonders stark. Hier findet man neben Fisch und Meeresfrüchten Risotto mit Trüffeln (Tartufi) oder Meeresfrüchten, Pasta (Fuzi), kleine Klöße aus Kartoffelteig (Njoki) und ravioliähnliche Teigtaschen (Zlikrofi).

In der pannonischen Region findet man den ungarischen Einfluss. Hier gibt es Fischsuppe, Golaz (Gulasch), Paprikas (Eintopf mit Geflügel oder Fleisch mit Paprika), und Palacinke (Palatschinken).

Im Norden Sloweniens herrscht schließlich die österreichische Küche vor. Hier gibt es Sauerkraut, Braten, Mehlspeisen, Strudel (Zavitek) und Potica (Gerollter Hefekuchen mit diversen Füllungen).

Alles in allem hat die slowenische Küche eine reichhaltige Auswahl zu bieten. Man spricht von 1200 Nationalgerichten, von denen alleine an die 100 Rezepte für Suppen sein sollen. Dazu kommen hunderte štruklji-Varianten (Eine Art Topfen-Strudel) und Brotsorten. Die slowenische Küche verarbeitet hauptsächlich frische und regionale Zutaten. Dazu gehören Pute, Geflügel, Rind, Schweine- oder Lammfleisch, Milchprodukte wie Quark und Schafskäse, Gemüse wie Tomaten, Zwiebeln, Paprika, Kartoffeln, Kohl und Mangold, Obst wie Äpfel und Trauben und Kräuter, Gewürze und Pilze wie Nüsse, Mohn, Rosinen oder Honig.

In Slowenien wird außerdem in drei verschiedenen Regionen (Primorje, Posavje und Podravje) zum Teil hervorragender Wein angebaut. Dazu zählen unter anderem die Weißweine Laški und Renski rizling (Welsch- und Rheinriesling) Sauvignon, Beli pinot (Weißburgunder), Sivi pinot (Grauburgunder), Šipon, Rumeni muškat (Muskateller), Rebula und Malvazija und die Rotweine Merlot, Cabernet sauvignon, Refošk und Barbera.

Neben Wein wird in Slowenien auch Bier gebraut, das aber meistens internationalen Vergleichen nicht standhalten kann. Außerdem gibt es zahlreich Obstschnäpse, darunter auch den Pflaumenschnaps Sliwowitz. Das bekannteste Mineralwasser Sloweniens ist Radenska. Es besitzt einen sehr hohen Natrium-Anteil und schmeckt deshalb etwas salzig.

NATIONALGERICHT „NA CORBA OD PERCURKI SA KROMPIROM“ (Slowenische Pilzsuppe)



ZUTATEN

- 500 g Pilze
- 1,50 Zwiebeln - oder
- 4 Knoblauchzehen
- Petersilie
- 3 EL Olivenöl
- 350 g Kartoffeln
- 3 Tomaten
- Fleischbrühe oder - Gemüsebrühe nach Belieben
- 10 g Mehl
- ¼ l Saure Sahne
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

Die Pilze säubern und in dünne Scheiben schneiden, mit geschnittener Zwiebel (oder gehacktem Knoblauch) und feingewiegter Petersilie in heissem Öl anrösten. Nach 10 Minuten gewürfelte Kartoffeln, nach weiteren 10 Minuten in Scheiben geschnittene Tomaten hinzufügen. Alles garen, dabei nach Belieben mit Fleisch- oder Gemüsebrühe auffüllen. Kalt angerührtes Mehl dazugeben, 10 Minuten durchkochen. Die Suppe mit Sahne verfeinern, mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Altkastilien bildet das Kernland Spaniens und umfasst die spanische Hauptstadt Madrid, mit der Sierra de Guadarrama sowie die Städte Segovia, Salamanca und Avila im Norden. Andalusien erstreckt sich von Huelva am Atlantik bis nach Almeria am Mittelmeer und nimmt somit den gesamten Süden Spaniens ein. Die Balearen mit den Inseln Mallorca . Menorca und Ibiza sind durch viele Kulturen geprägt worden. Die Levante nimmt einen Großteil der Ostküste Spaniens ein. Galicien bildet den Nordwestzipfel Spaniens, Katalonien umfasst den östlichen Teil der Pyrenäen sowie Barcelona und die Costa Brava, Navarra und Aragonien nehmen den größten Teil der Pyrenäen ein.

Das spanische Frühstück besteht meistens aus Brot mit Marmelade oder "churros" (frittiertes Gebäck) mit heißer Schokolade oder Kaffee. Um ca. 11 Uhr gibt es einen Snack, bevor es gegen 13:30 und 15:30 das Mittagessen gibt. Am Nachmittag gibt es noch einen Snack "Merienda". Am Abend geht man in Spanien entweder zum Tapas-Essen in den traditionellen Tapas-Bars gegen 20 Uhr oder isst zu Abend. Ein spanisches Abendessen besteht in der Regel aus zwei Gängen, einer Vorspeise (Primer Plato) mit Suppe, Salat o.ä. und einem Hauptgang (Segundo Plato) mit Eintöpfen, Fisch, Fleisch und Gemüse, das meist nur als Beilage gereicht wird. Danach Dessert wie Obst, Pudding, Eis oder Joghurt. Brot wird zu jedem Gang gereicht. Getrunken wird spanischer Wein, Wasser oder Softgetränke.

GASTROKULTUR

Was den Iren ihr Pub und den Deutschen ihre Eckkneipe ist, ist den Spaniern ihre Tapas-Bar. Hier findet ein Großteil des sozialen Lebens statt. Hier werden bei einem Glas Nachrichten, Klatsch und Tratsch ausgetauscht. Dabei isst man Tapas.

Tapas sind kleine Köstlichkeiten, die man zum Getränk serviert bekommt oder extra bestellen kann. Bei Tapas unterscheidet man zwischen warmen und kalten Tapas und man kann so ziemlich alles als Tapas bekommen: Frittierte Gemüse und Fische, kleine Schinken- oder Fleischportionen, Oliven, Käse oder knackige Salate.

Der Begriff "Tapas" (=Deckel) bezeichnet die ursprüngliche Verwendung der Tapas: Es waren Deckel, die in Bars auf die Gläser gelegt wurden, um Insekten und Schmutz vom Getränk fernzuhalten. Mit der Zeit wurde aus diesen Deckeln geröstete oder belegte Brotscheiben, die es gratis zum Wein oder Bier gab und schließlich wurden daraus die kleinen Gerichte, die man heute als Tapas bezeichnet.

NATIONALGERICHT PAELLA

Ursprünglich ist die Paella eher ein Valencianische Nationalgericht, nach und nach hat sich die Paella ihren Weg durch ganz Spanien gekämpft. Somit gibt es sie heute in allen möglichen Varianten, mit allen Arten an Fleisch, Fisch und Meeresfrüchte. In der traditionellen Paella findet man oft Obst oder auch Schnecken, dies waren die einfachsten Zutaten.



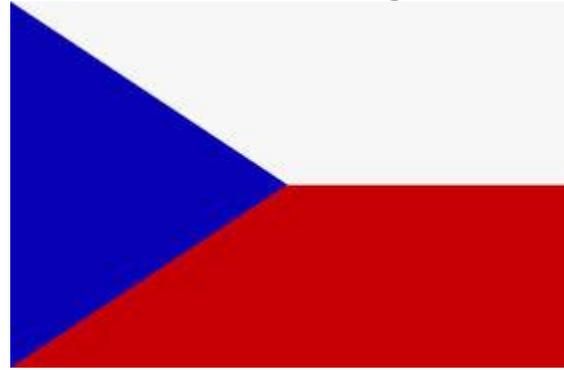
Meistens wird die fertige Paella noch mit Safran eingefärbt, im katalanischen Raum wird zum färben oft Tintenfischfarbe verwendet. Ihren Namen hat sie durch ihre eigene Pfanne bekommen, welche meist sehr groß, dafür aber nur sehr flach ist. Früher machte man Paella noch über offenem Feuer, heute findet man das eher selten. Das Problem ein Rezept für eine Paella zu beschreiben, ist genau so schwierig wie bei den Italienern Pizza-Rezepte weiter zu geben.

Die Zutaten für die Paella Valenciana
8-10 Portionen

250 g garrofó oder getrocknete weiße Bohnen
500 g tavella oder andere junge Bohnenkerne
1 Huhn ca 1,5 kg
1 Kaninchen, küchenfertig vorbereitet
Salz und Pfeffer
4 El Olivenöl
20-30 Schnecken
1 kg ferraura oder andere grüne Bohnen
250 g Tomaten, gehäutet und in Würfel geschnitten
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
2 g Safranpulver
750 g Reis

Weißer Bohnen über Nacht einweichen. Am nächsten Tag abschütten. Huhn und Kaninchen waschen, trocken tupfen und in grobe Stücke schneiden. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch in Olivenöl von allen Seiten gut anbraten. Schnecken zugeben und kurz mit braten. Fleisch und Schnecken raus nehmen und beiseite stellen. Die Bohnen, Tomaten und Knoblauch im Öl anbraten. Die weißen Bohnen und 2 ½ Liter Wasser zugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Den Reis und das Safranpulver zugeben und gut verrühren. Weitere 10 Minuten bei starker Hitze kochen. Fleisch und Schnecken zugeben und bei kleiner Hitze ca 10-15 Minuten garen. Wenn das Wasser ganz verdampft ist, noch einige Minuten weiter braten, bis sich die Kruste gebildet hat.

TSCHECHISCHE REPUBLIK v. Würger Melissa



Nach der Aufspaltung der Tschechoslowakei in ihre konstituierenden Teile erlangte die Tschechische Republik im Januar 1993 ihre Unabhängigkeit als eigenständiger Staat. Die Tschechische Republik stellt nicht nur weltweit bekanntes Bier her, sondern füllt auch Mineralwasser aus über 900 natürlichen Quellen ab. In den südlichen Regionen Mährens und in Teilen Böhmens wird Wein hergestellt. Zu den traditionellen tschechischen Gerichten gehören „knedlík“, eine Art Klöße, die aus Kartoffeln oder Brot hergestellt werden.

GASTROKULTUR

Von der tschechischen Küche wird gesagt, dass sie nicht gerade gesund ist. Trotzdem gibt es eine Menge Spezialitäten, die positiv überraschen und die zu kosten sich sicherlich lohnt.

Suppen sind aus der tschechischen Küche nicht wegzudenken – meistens eine Gemüse- oder Fleischbouillon mit unterschiedlichen Einlagen, manchmal auch angedickt, mit Brot als eigenständige Mahlzeit serviert.

Eine typische Vorspeise: Kulajda – eine dicke Suppe aus Pilzen, Kartoffeln und saurer Sahne, zu welcher gekochtes Ei serviert wird.

Bei den Hauptspeisen handelt es sich vorwiegend um Fleischgerichte. Ein besonders wichtiger Bestandteil ist die Soße, die häufig dick und sättigend ist und mit einer großen Portion Sahne gekocht wird. Die klassische Beilage sind knedlíky/ tschechische Knödel (Semmelknödel, Hefeknödel oder Kartoffelknödel) und natürlich Kartoffeln in den verschiedensten Zubereitungsvariationen.

Guláš / Gulasch – ein ursprünglich ungarisches Gericht, das inzwischen aber auch in Tschechien zu Hause ist und zu den am weitesten verbreiteten Gerichten in tschechischen Restaurants und Bierstuben zählt. Es wird mit Brot oder Knödeln serviert.

Svíčková na smetaně/ Filet in Sahnesoße – eines der beliebtesten tschechischen Gerichte und das eigentliche Symbol der tschechischen Küche. Es handelt sich dabei um gebratenes, mit Speck gespicktes Rindfilet, das in einer Sahnesoße auf Grundlage von püriertem Wurzelgemüse serviert wird. Dazu gibt es Semmelknödel. Dies ist ein sehr beliebtes Gericht bei Festessen.

NATIONALGERICHT Svíčková na smetaně/ Filet in Sahnesoße

Zutaten dafür:

750g Rinderfilet (Rinderlende, Lungenbraten), 150g Karotten (Möhren), 150g Sellerie, 75g Petersilie, 1 größere Zwiebel, 50g dünne Speckkeile, 150g Butter, Salz, Pfeffer, 5 Pfefferkörner, 3 Kugeln Neugewürz, 3 Lorbeerblätter, eine Prise Thymian, Zitronensaft, Zucker, 100g Senf, 2 Löffel glattes Mehl, 250ml Schlagobers (Schlagsahne), eventuell Milch zum Verdünnen, eine in Scheiben geschnittene Zitrone oder Orange, Preiselbeerkompott



Zubereitung:

Den enthäuteten und abgespülten Lungenbraten mit den (leicht angefrorenen) dünnen Speckkeilen spicken, salzen, pfeffern und mit der klein gewürfelten Zwiebel, dem geputzten und geraspelten Gemüse und den Gewürzen bestreuen, mit Zitronensaft beträufeln und mit zerlassener Butter übergießen. Das so eingelegte Fleisch einen Tag im Kühlschrank ruhen lassen.

Am nächsten Tag unter das Fleisch ein wenig Wasser gießen und zugedeckt im Backofen weich dünsten. Das weiche Fleisch herausnehmen und die Gewürze – vor allem die Lorbeerblätter – entfernen.

Eine Kasserolle mit dem Gemüse auf den Herd stellen und langsam leicht zum Kochen bringen. Senf dazugeben, ca. 2 Löffel glattes Mehl dazu schütten und anrösten. Das flüssige Obers (Sahne) untermengen und auf kleiner Flamme köcheln, ab und zu umrühren. Falls die Sauce zu dick ist, mit Milch verdünnen. Zum Schluss durchsieben. Nach Geschmack mit Salz, Zitronensaft oder Zucker abschmecken. Um den Geschmack zu unterstreichen, kann in die Sauce etwas Karamell zugegeben werden (1 EL Zucker karamellisieren lassen. Zum zerlassenen und bräunlichen Zucker ein bisschen Wasser zuschütten und kurz köcheln).

Das Fleisch in einzelne Portionen schneiden, zurück in die Sauce legen und erwärmen. Einzelne Portionen auf dem Teller mit einer Scheibe Zitrone oder Orange und einen Häufchen Preiselbeerkompott servieren. Wer mag kann auch ein bisschen geschlagene Sahne dazugeben.

Dazu passen Servietten- und/oder Böhmisches Knödel.

WIENER LOKALTIPP
Restaurant Böhmerwald
Argentinienstrasse 66, A-1040 Wien
Tel.: +43 (0) 1/ 505 72 34
E-mail: boehmerwald@aon.at
Web: www.restaurant-boehmerwald.at

ZYPERN v. Promont Dominik



Zypern ist die größte Insel im östlichen Mittelmeer und liegt südlich der Türkei. Zwei Gebirgszüge durchziehen die Insel: die Kette des Pentadaktylos im Norden und das Troodos-Gebirge, das sich von der Mitte bis in den Südwesten der Insel erstreckt. Dazwischen liegt die fruchtbare Messaoria-Ebene.

Zypern ist seit Jahrtausenden eine Brücke zwischen Europa, Asien und Afrika. Auf der Insel finden sich auch heute noch zahlreiche Spuren vergangener Kulturen. Zypern ist auch als Insel der Aphrodite – der Göttin der Liebe und der Schönheit – bekannt, die der Mythologie zufolge hier geboren wurde.

GASTROKULTUR

Die zyprische Küche ist eine mediterrane Küche. Sie ist, bedingt durch die Geschichte des Landes von zahlreichen Einflüssen aus verschiedenen Kulturen geprägt worden. Die Zyperer standen über die Jahrhunderte hinweg abwechselnd unter assyrischer, ägyptischer, persischer, griechischer sowie auch römischer Einflüsse. Trotz dieser vielen Einflüsse bilden die Grundlage der Küche in Zypern die griechische sowie die türkische Küche. Hier zeigt sich die Vorliebe für Gegrilltes sowie für Eintopfgerichte, Zitrone, Joghurt, Petersilie und im Besonderen für Knoblauch. Die Küche Zyperns ist jedoch weniger scharf als etwa die türkische und arabische Küche. Es werden viele Gewürze verwendet so zum Beispiel: Portulak, Zimt, Kardamom, Basilikum, Estragon, Koriander, Minze und Rucola (Auch als Roca oder Senfkohl bezeichnet). Die in der Türkei sehr beliebten Gewürze wie Kreuzkümmel und der scharfe Paprika werden hingegen selten verwendet.

Der Wein aus Zypern war bereits in der Antike sehr berühmt. Er wird auch in der Küche benutzt. Es wurden der zyprischen Küche, bedingt durch die englische Kolonialzeit, nordeuropäische sowie asiatische Gewürze einverleibt. Hierunter findet man besonders indische Zutaten wie zum Beispiel das Currypulver und der Ingwer.

NATIONALGERICHT MEZE



Das Nationalgericht Zyperns ist je nach Gegend (Küste oder Berge) eine unterschiedliche Abfolge von rund 20-25 kleineren Gerichten.

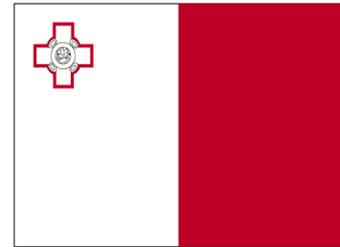
1 ½ kg mittelgrosse Sepia
1 grosse Zwiebel, fein gehackt
¾ Tasse Olivenöl
½ Tasse Reis
2-3 Suppenlöffel Pinienkerne
4 Suppenlöffel Rosinen
Salz, Pfeffer
½ Tasse Weisswein
1 ½ Tassen Tomatensaft
Petersilie gehackt

Zubereitung:

Tintenfische reinigen. Zwiebeln mit Hälfte des Olivenöls weich kochen und den Reis, die Pinienkerne, die Rosinen, die Petersilie, etwas Salz und Pfeffer beifügen.

Mit dieser Mischung die Tintenfische füllen, nicht vollständig, damit der Reis aufgehen kann. Öffnungen `zunähen`. In einer grossen Bratpfanne den Rest des Öls erhitzen und darin die Tintenfische bei starker Hitze anbraten. In eine Pfanne legen, mit dem Wein und dem warmen Tomatensaft übergiessen und salzen. Zudecken und bei schwacher Hitze etwa 1 ½ Stunden kochen (oder bis Sepias gar sind und die Sauce eingedickt ist).

MALTA v. Zsoldos Daniel



Malta liegt inmitten des Mittelmeers und ist ein Schmelztiegel der Zivilisationen. Staatssprache ist Maltesisch, daneben wird auch Englisch als Amtssprache anerkannt. Tourismus spielt auf Malta eine große Rolle, aber auch der Dienstleistungssektor gewinnt auf der Insel an Bedeutung.

An der Küche Maltas lässt sich deutlich die bewegte Geschichte der Mittelmeerinsel ablesen. Im Laufe der Geschichte haben viele verschiedene Völker und Herrscher die Insel besetzt und für sich in Anspruch genommen. Zu den traditionellen maltesischen Gerichten gehören Suppen (Minestrone, Fischsuppe) sowie Nudel- und Teiggerichte. Auch gefüllte Gerichte gehören zur maltesischen Küche, und Stuffat Tal-Fenek (Kanincheneintopf) ist eines der Nationalgerichte. Da Fleisch auf der Felseninsel rar ist, werden vorwiegend Gemüse und Fisch verwendet. Im Sommer und Herbst zur Fangzeit der Goldmakrele (*Coryphaena hippurus*), findet man überall auf Malta diesen, dort „Lampuki“ genannten Fisch auf den Speisekarten.

GASTROKULTUR

Der beliebteste Snack der Malteser sind "Pastizzi" (Herzhaft gefüllte kleine Blätterteigtaschen, die man meistens heiß mit einem Tee oder Kaffee verzehrt). Weitere typische Spezialitäten der maltesischen Küchen sind u.a. Aljotta (Fischsuppe mit Knoblauch), Bigilla (Brotaufstrich aus weißen Bohnen, Butter, Knoblauch und Petersilie), Bragioli (Rindfleischrouladen gefüllt mit Speck, Ei, Oliven und Kräutern), Kawlata (Gemüsesuppe mit maltesischer Räucherwurst), Lampuki (Maltesischer Name für die Dorade mit Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten und Kapern gedünstet oder im Teigmantel gebacken), Ravjul (Ravioli gefüllt mit Ricotta und Petersilie), Hobz biz-Zejt ("Brot mit Öl", knuspriges maltesisches Sauerteigbrot mit Öl und Tomatenpüree bestrichen und mit Thunfisch, Oliven und Kapern belegt), Imqaret (Frittierte Teigtaschen mit einer dunklen Masse aus Anis und Feigen gefüllt), Kannoli (Mit Ricotta gefüllte knusprige Teigrohren), und Qubbajt (Türkischer Honig).

Kinnie, eine eher herbe, nicht sehr süße Limonade aus maltesischen Bitterorangen und Wermutkräutern, ist das Nationalgetränk Maltas. Sie ist vor allem bei Kindern beliebt. Mit dem Farson Bier wird auch ein qualitativ hochwertiges Bier auf Malta gebraut. Es kommt in den Sorten Cisk Lager (Ähneln dem deutschen Export), Blue Label (Dunkles Ale), Hop Leaf (Helles Ale) und Shandy (Alsterwasser bzw. Radler) auf den Markt. Außerdem wird auf Malta Rot- und Weißwein angebaut, der internationalen Qualitätskriterien durchaus gerecht wird

NATIONALGERICHT „LAMPUKI“



Der „Lampuki“ ist der Nationalfisch Maltas und wurde auf Malteser Münzen geprägt. Die beliebtesten Fleischgerichte der Inseln werden aus Kaninchen („Fenek“) zubereitet.

- ☐ 1 Lampuki (1165 g vor dem Ausnehmen) oder evtl. Mahi Mah
- ☐ 1 Zitrone von dem eigenen Baum (aufgrund dessen unbehandelt)
- ☐ 2 Paradeiser
- ☐ 2 sm Zucchini
- ☐ 1 gelbe Rübe
- ☐ 1 Paprika
- ☐ 3 Jungzwiebel
- ☐ 6 Knoblauchzehen
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz
- ☐ Thymian (getrocknet)
- ☐ Getr. Salbei
- ☐ Chili
- ☐ Olivenöl
- ☐ Rosmarin (frisch)
- ☐ Frischer Basilikum
- ☐ Frischer Schnittsellerie.

Den Fisch ausnehmen, auf der Hautseite je diagonal einkerben, innen und aussen ausführlich mit Salz würzen und mit Pfeffer würzen. In die Einschnitte kl.

Rosmarinbueschel und Knoblauchscheiben und in die Bauchhöhle Basilikum, Rosmarin, Knobel, Schnittsellerie und 1 Scheibe Zitrone geben.

Die gelbe Rübe in halbe schmale Zucchini, Scheibchen, Paprikaschote, Jungzwiebel und Paradeiser in nicht zu kleine Stückchen kleinschneiden.

Knobel klein häckseln. Das Grünzeug vermengen und mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker, Chili, fr. Basilikum, Rosmarin, Schnittsellerie, restlicher Olivenöl und Zitrone würzen.

Aluminiumfolie mit Olivenöl einstreichen. Das Gemüsebett darauf geben und den Fisch auf das Grünzeug setzen.

Den Fisch von Neuem mit Olivenöl übergießen und die Aluminiumfolie straff verschliessen.

Bei 180 °C Umluft 40 min in den Backofen.

Tipp: Geben Sie frischem Thymian gegenüber dem getrockneten Vorzug!

SLOWAKEI v. Kohlhaas Marcello



Die Slowakei liegt im Herzen Mitteleuropas und ist durch die Donau mit ihren Nachbarn verbunden. In den fruchtbaren Donauebene werden Weizen, Gerste, Kartoffeln, Zuckerrüben, Obst, Tabak und Trauben angebaut.

Die Hauptstadt Bratislava (Pressburg) – in der Vergangenheit Krönungsstätte der ungarischen Könige – ist reich an mittelalterlicher und barocker Architektur.

Die slowakische Küche ist die nationale Küche der Slowakei. Aufgrund historischer Verhältnisse ist sie von den umliegenden Staaten, insbesondere der ungarischen, österreichischen und tschechischen Küche beeinflusst worden. Traditionell basiert die slowakische Küche auf der Verwendung von Schweinefleisch, Kartoffeln, Gemüse (vor allem Sauerkraut) und Milchprodukten.

Eine traditionell slowakische Suppe ist die Sauerkrautsuppe.

In der slowakischen Küche ist die Verwendung von Nocken typisch. Das hiervon abgeleitete Nationalgericht heißt Bryndzové halušky (Brimsennocken), bei dem die Nocken mit Bryndza (einer Schafskäsesorte) und Speck serviert werden.

Verschiedene Strudelarten, Hefekuchen und Buchteln sind Teil der slowakischen Küche.

NATIONALGERICHT BRYNDZOVE HALUSKY (Brimsennockerl)



Zutaten für zwei Portionen:

- 125 g Kartoffeln gekocht
- ½ kg Kartoffeln roh
- 75 g Kartoffelmehl
- Schuss Essig
- 125 g Schafskäse (Brimsen, ersatzweise , vanderen Schafs-Frischkäse, vollfett)
- ½ große Zwiebel
- 100 g gewürfelter Speck
- 1 EL Öl oder Schmalz
- Salz
- Muskat

Zubereitung:

Die rohen Kartoffeln in ein mit Essigwasser getränktes Tuch fein reiben und gut auspressen. Die gekochten Kartoffeln noch heiß dazu passieren und mit den rohen Kartoffeln gut vermischen, Kartoffelmehl zugeben und zu einem Teig kneten, mit Salz und Muskat würzen. Nockerl mit einem Teelöffel abstechen und in leicht wallendem Wasser 2-3 Minuten kochen, bis die Nockerl an der Oberfläche schwimmen. Abseihen.

Die Zwiebel in Würfel schneiden und im Fett hellbraun anrösten, die Speckwürfel dazugeben.

Die Nockerl in einer Schüssel anrichten, mit zerbröseltem Brimsen bestreuen, darüber die Zwiebel-Speckwürfel geben.

WIENER LOKALTIPP

Zur Böhmischen Kuchl:

Das von Familie betriebene Restaurant Zur Böhmischen Kuchl ist im altböhmischen Styl eingerichtet und originell dekoriert. Die gutbürgerliche Küche serviert preiswerte, frische, hausgemachte Gerichte, traditionell Böhmischer Küche. Zu ausgezeichneten Speisen wird Budweiser Bier und Vel'kopopovický kozel (Grosspopowitzer Ziegenbock) ausgeschenkt. Auch österreichische und tschechische Weine und Becherovka sind in Angebot.

Adresse: Restaurant Zur Böhmischen Kuchl, Schlüsselgasse 18, 1180 Wien, Österreich.

Phone.: +43/1/4025731, Fax: +43/1/4025731,

UNGARN v. Ruisz Roman



Seit 1999 ist Ungarn NATO-, seit dem 1. Mai 2004 (EU-Osterweiterung) EU-Mitglied. Der Human Development Index zählt Ungarn zu den sehr hoch entwickelten Staaten. Die Hauptstadt ist Budapest.

Haupteinflüsse :

Französische Küche, Türkische Küche

Die französische Küche wurde von Österreich eingeführt.

Und während der 150 Jahre andauernden Herrschaft der Osmanen wurde auch die türkische Küche nach Ungarn gebracht.

- ❖ Ungarn wird in weiten Teilen von der Weidehaltung und dem Obst- und Gemüseanbau geprägt.
- ❖ Daneben bietet der Plattensee ein reichhaltiges Fischangebot.
- ❖ Die ungarische Küche verwendet viel Schweine- und Gänseschmalz und Sauerrahm, frisches Gemüse und Salat findet man dagegen eher selten.
- ❖ Jedoch sind frische Saisonfrüchte wie Aprikosen, Pfirsiche, Kirschen, Himbeeren und Melonen regelmäßig in der ungarischen Küche zu finden.

GASTROKULTUR

Durch unterschiedliche Klima- und Vegetationszonen gibt es in Ungarn verschiedene Regionalküchen, die sich zum Teil stark voneinander unterscheiden.

In der Balaton-Region findet man eine reichhaltige Auswahl an Fischen wie z.B. Zander (fogas), Karpfen (ponty), Wels (harcsa), Stoer (kecsege) und Hecht (csuka). Daneben bieten die bewaldeten Bakony-Berge reichlich Wild, Pilze und Beeren

Die Gegend um Szeged ist neben Kalocsa Ungarns bedeutendstes Zentrum für Paprikaanbau. Bekannte Gerichte sind u.a. die Szegediner Fischsuppe (szegedi halászlé), die mit viel Paprika gewürzt wird und ähnlich der südfranzösischen Bouillabaise zubereitet wird.

Aus der ostungarische Tiefebene rund um die Stadt Debrecen kommen die bekannten Debreciner Würstchen. Diese Regionalküche ist auch bekannt dafür, reichlich Kräuter wie Dill, Majoran, Estragon, Rosmarin und Thymian zu verwenden.

NATIONALGERICHT UNGARISCHE GULASCHSUPPE

Zutaten:

- 2 Stück Zwiebeln (groß, weiß)
- 1 Zehe Knoblauch
- 200 g Speck (durchzogen)
- 2 EL Butterschmalz
- 1/2 kg Rindfleisch (mager)
- 1 EL Mehl
- 1 Messerspitze Kümmel
- 1 KL Majoran (getrocknet)
- 25 g Paprikapulver (edel süß)
- 5 g Paprikapulver (scharf)
- 1 EL Paradeismark
- 2 l Rindsuppe (kräftige)
- 3-4 Stück Erdäpfel (mittelgroß)
- Salz
- Cayennepfeffer
-



Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch sehr fein hacken. Speck kleinwürfelig schneiden. Butterschmalz in einem geeigneten Suppentopf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin anlaufen lassen, Speckwürfel und das ebenfalls in mundgerechte Würfel geschnittene Rindfleisch zu den Zwiebeln geben und alles auf kleiner bis mittlerer Flamme leicht goldbraun rösten. Überschüssiges Fett vorsichtig abgießen. Mit Mehl stauben sowie mit Kümmel und Majoran würzen. Alles gut durchrühren und Topf vom Feuer nehmen. Edelsüßen und scharfen Paprika gründlich unter das Fleisch und die Zwiebeln rühren, Paradeismark einrühren und alles mit kochend heißer Rindsuppe aufgießen. Topf wieder zurück auf die Herdplatte stellen und die Suppe auf kleiner Flamme zart wallend rund 1 1/2 Stunden lang kochen lassen, bis das Rindfleisch zart und weich ist. 1/2 Stunde vor Ende der Garzeit die geschälten Erdäpfel kleinwürfelig schneiden und in die Suppe geben. Vor dem Servieren mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

WIENER LOKALTIPP

Piroschka

PIROSCHKA das ungarische Restaurant

Gersthofer Straße 140, 1180 Wien

Email: info@piroschka.at

Tel.: +43 676 9106487 oder 01 7344234

Wir bedanken uns herzlich für die hervorragende Zusammenarbeit.



insbesondere bei

Alexander **Picottini** für die Fotografie

Norbert **Brenner** u. Reinhard **Karpf** (im Bild) für die praktische Unterstützung

Henri **Schreiber** für die Implementierung auf der Schulhomepage

Heidemarie **Leitner** für Administration

Roman **Winghofer** für die Bereitstellung des Materials

EDV-Service Franz **Doppler** für die digitale Hilfestellung bei der Produktion

Dir. Erich **Loskot** u. Dir.Stv. Christian **Russbacher** für ihr Wohlwollen

Im Namen der 1BK (1. Klasse Kochlehrlinge) der BS Gastgewerbe

KV Evelyn Bauer, Produktionsleitung