



Liechtensteinische Kochrezepte

Räucherforellentatar, Kartoffeltaler, Kaviar

Das Familienhotel Gorfion in Malbun präsentiert uns ein tolles Abendessen.

Zutaten

Grosse Kartoffel

Butter

Räucherforellen-Filet

Karotten, Lauch, Sellerie etc. für das Gemüse-Brunoise

Sauerrahm

Salz, Tabasco, Zitronensaft zum Marinieren

Schnittlauch

Kaviar

Blattsalate, Radieschen, Kirschtomaten, Snackgurken zum Garnieren

Zubereitung

Kartoffel mit einer runden Ausstechform (Grösse nach Wunsch) ausstechen und auf die Ringform tournieren. Den Kartoffeltaler in Butter bedeckt bei mittlerer Hitze in einer Sauteuse garen. Den Taler öfters wenden, sobald er etwas Farbe bekommt. Mit einer Nadel die Garprobe machen.

Das Räucherforellen-Filet klein schneiden und mit Gemüse-Brunoise, Sauerrahm, Salz, Tabasco, etwas Zitronensaft und reichlich Schnittlauch marinieren.

Wenn der Kartoffeltaler gar ist, diesen mit dem Tatar belegen. Dabei das Tatar in die zuvor verwendete Ausstechform drücken, zuletzt mit fein geschnittenem Schnittlauch und Kaviar nach Lust und Laune vollenden.

Den Teller mit feinen Blattsalaten, Radieschen, Kirschtomaten, Snackgurken und Sauerrahm nach Wunsch vollenden.



Lauwarmes Apfelkompott mit Vanillesauce

Die seit 2011 wiederholt im Michelin-Führer empfohlene Brasserie "Meierhof" in Triesen bei Vaduz ist bekannt für ihre aussergewöhnlichen Gerichte.

Zutaten Apfelkompott:

1 kg Äpfel mit leichter Säure
½ Zimtstange
150 g Zucker
½ Zitrone (Saft und Schale)
100 ml Weisser Portwein

Zutaten Vanillesauce:

200 ml Rahm
100 ml Milch
5 Eigelb
60 g Zucker
10 g Maizena
1 Vanillestange
¼ Orangenschale

Zubereitung Vanillesauce:

Alles mischen und unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen bis kurz vor den Siedepunkt erhitzen.

Zubereitung Apfelkompott:

500 g Äpfel mit Schale und ohne Kerne klein schneiden,
mit ein klein wenig Wasser (100 ml) im Topf und Deckel weich dämpfen,
Zitrone und Zimt dazugeben,
bei schwacher Hitze 10 bis 15 Minuten ständig rühren und pürieren

500 g Äpfel schälen und in schöne Stückchen schneiden,
100 g Zucker in einer Pfanne karamellisieren,
mit weissem Portwein ablöschen,
Äpfel darin schwenken.

Alles mit dem Apfelmuss mischen und die kalte Vanillesauce separat dazugeben.



Haus-Polenta mit Gorgonzola

Das Restaurant Bergstübli in Steg präsentiert uns ein traditionelles Hausrezept.

Zutaten

- Rote und weisse Zwiebeln
- Rüeblli und eine kleine Zucchini
- Olivenöl
- Brauner Waltelineser Mais
- Grober gelber Mais
- Grober weisser Griessmais
- Gemüsebouillon
- Knoblauch
- Parmesankäse
- Gorgonzola oder Raclette Käse

Zubereitung

- Die Zwiebeln sowie die Rüeblli und Zucchini grob hacken
- Alles in Olivenöl in einem grossem Topf andünsten.
- Die Maissorten mischen und zu dem gedünsteten Gemüse dazugeben.
- Gut umrühren. Gemüsebouillon dazu giessen und langsam aufkochen lassen.
- Alle 15 Minuten umrühren und bei Bedarf Bouillon nachgiessen.
- Gepressten Knoblauch und Parmesankäse einrühren.
- Abkühlen lassen und portionieren (Galleten-Form)

Portion: 1 oder 2 Mais-Galleten als Natur oder mit Gorgonzola oder Raclette Käse überbacken servieren.

Dazu ideal passend: Hausgemachte Steger Hack-Fleischkügelchen mit Sahnehäubchen und rassisser Sauce.



Erdbeer-Basilikum-Schokolade im Glas

Sebastian Kind, Pâtissier des Restaurants Torkel in Vaduz, hat für die Kochrezeptsammlung ein sommerliches Dessert entworfen. Das Dessert schmeckt nicht nur gut, sondern ist auch farblich ein absoluter Hingucker.

Zutaten für 4-6 Personen:

Basilikumcreme

- 1 Bund Basilikum
- 80 g Traubenkernöl
- 50 g Staubzucker
- 200 g Mascarpone
- 100 g Quark
- 1 Stk Limette
- 3 Stk Eiweiss
- 30 g Zucker

Erdbeersorbet

- 250 g Erdbeermark
- 50 g Wasser
- 50 g Zucker
- ½ Stk Zitrone (Saft)

Zusätzlich

- 250 g Erdbeeren
- 200 g Schokoladen Crunch (Cookies)
- Staubzucker
- 4 Gläser

Zubereitung

Basilikum zupfen, waschen und trockentupfen. Basilikum, Staubzucker und Öl mit einem Stabmixer fein mixen. Mascarpone, Quark, Limettenabrieb und Saft in einer Schüssel glattrühren. Eiweiss mit Zucker aufschlagen. 2/3 des Basilikum-Öls zur Quarkmasse geben und gut verrühren. Das aufgeschlagene Eiweiss vorsichtig darunterheben. Sorbet Wasser und Zucker zusammen aufkochen und abkühlen lassen. Alle Zutaten miteinander vermengen und in die Glacé-Maschine geben. Zusätzlich Erdbeeren waschen, klein schneiden und nach Belieben mit Staubzucker marinieren. Wenn alles bereit: nach Belieben in die Gläser schichten.



Nana's Spargelrisotto

Die Spargelzeit ist noch nicht zu ende und ein feines Spargelrisotto duftet nicht nur gut, sondern macht auch dem Gaumen Freude. Wer zudem gerne draussen kocht: das Risotto ist die ideale Beilage an einem gemütlichen Grillabend und schmeckt vom Feuer zudem auch noch ein kleines bisschen besser.

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g grüner Spargel
- 1 Zwiebel, gehackt
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 300 g Risottoreis
- 50 g geriebener Käse
- 1 dl Weisswein
- 9 dl Gemüsebouillon
- 1 dl Rahm
- Sonstiges: Salz, Pfeffer, Butter, geriebener Käse

Zubereitung

Von den Spargeln die Spitzen abschneiden - circa 8-10 cm lang, den Rest der Spargeln klein würfeln. Die Spargelspitzen in kochendem Salzwasser 3-5 min weich kochen. Kalt abschrecken, halbieren, zugedeckt beiseite stellen.

Für das Risotto Zwiebeln und Knoblauch in Butter andämpfen. Spargelwürfel beifügen und kurz mitdämpfen. Risottoreis hinzufügen, mitdünsten und mit Wein ablöschen und einkochen. Immer wieder Bouillon dazugiessen, damit der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Circa 20 Minuten unter häufigem Rühren kochen.

Geriebener Käse und Rahm darunter mischen und nach belieben würzen. Die Spargelspitzen auf das Risotto legen und warm werden lassen.



Spargel-Avocado Tatar mit gegrilltem Lachsfilet und Bärlauch

Henning Sersch vom Restaurant Njord in Vaduz mischt nordische Küche mit saisonalen Köstlichkeiten aus der Region. Dazu präsentiert er ein feines Lachsfilet auf einem Spargel-Avocado-Tatar und wünscht allen viel Spass beim nachkochen und "Hyvää Ruokahalua" oder "An Guata".

Zutaten für 4 Personen:

- 8 Stangen weisser Spargel
- 1 Avocado
- 8-10 Cherrytomaten
- 2EL Bärlauch-Pesto
- 800g Lachsfilet
- Zum abschmecken: Salz, Pfeffer, Zitrone, Butter

Zubereitung

Den Spargel schälen und im Wasser (Salz, Zucker, Butter) bissfest kochen.

Die Avocado klein schneiden, Cherrytomaten halbieren

Den gekochten Spargel ebenfalls klein schneiden und in eine Schüssel geben. Die Avocado, Cherrytomaten hinzufügen. 1EL Bärlauchpesto hinzugeben.

Salz, Pfeffer & Zitronensaft für das abschmecken. Kühlstellen. Den Lachs portionieren und in einer heissen Pfanne anbraten. Danach in den Ofen bei 160Grad ca 8min garen.

Das Avocado-Spargeltatar auf dem Teller anrichten. Den Lachs obendrauf anrichten und mit 1EL Bärlauchpesto garnieren.



Ruggeller Funkenchili

Der Winter wurde bereits Anfang März mit den Funken vertrieben. Damit die Funkenwache gestärkt der Arbeit nachgehen konnte, erfand Reto Jenal das Ruggeller Funkenchili. Der TexMex-Klassiker schmeckt auch in Liechtenstein unvergleichlich gut.

Zutaten für 6 Personen:

- 600g Rinderhackfleisch
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Tomatenpüree
- 100g Portwein
- 100g Whisky (torfig, beispielsweise Ardbeg oder Talisker)
- 400g Pelati
- 100g rote Bohnen
- 1 Lorbeerblatt
- 2 EL Aceto Balsamico
- 20g dunkle Schokolade
- 100g Maiskörner
- verschiedene Gewürze

Zubereitung

Rinderhackfleisch mit St. Galler Rapsöl scharf anbraten, Zwiebel und Knoblauchzehe klein hacken und dazugeben, kurz weiter anbraten. Tomatenpüree daruntermischen.

Würzen mit Salz, Pfeffer, Paprika, ein wenig Curry, Kreuzkümmel und grobem Chili.

Ablöschen mit Portwein und 50g Whisky.

Pelati, Rote Bohnen, Lorbeerblatt, Aceto Balsamico und geriebene dunkle Schokolade hinzufügen. Das Ganze erneut abschmecken und für mindestens drei Stunden einkochen lassen.

Danach Maiskörner hinzugeben und erneut aufkochen. Mit restlichem Whisky verfeinern und nach Belieben mit Chili schärfen.



kommod Burger

So fein - wer gönnt sich nicht auch gerne ab und zu einen Burger? Das Rezept für einen Burger der es in sich hat verrät uns Makus Stermer, Hoteldirektor des Hotels kommod in Ruggell. Er mag ihn am liebsten mit der Haussauce vom kommod belegt mit Jalapeños.

Zutaten für 4 Personen:

Sauce:

- 4 EL Ketchup
- 2 EL Senf
- 1 kleine Zwiebel, gehackt
- 1 TL Chilipulver
- Kreuzkümmel nach Geschmack
- Schnittlauch nach Geschmack

Hackfleischpatties:

- 600g Rindshackfleisch
- 2 Eier
- 1 Zwiebel gehackt
- 1 Knoblauchzehe gehackt
- Salz, Pfeffer

Burger:

- 4 Sesambrötchen
- Mayonnaise
- 4 Salatblätter
- 8 Scheiben Tomaten
- Jalapeños nach Geschmack
- Zwiebelringe
- 4 Scheiben Hartkäse

Hilfsmittel

- Schneidebrett
- Messer
- Kleine Schüssel
- Grosse Schüssel
- Bratpfanne
- Backofen
- Backblech
- Backpapier



Zubereitung

Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Für die Sauce die Zwiebel auf einem Schneidebrett klein hacken mit dem Ketchup, dem Senf, dem Chilipulver, dem Kreuzkümmel (je nach Geschmack) und dem Schnittlauch in einer kleinen Schüssel vermengen.

Für die Hackfleischpatties die Zwiebel und die Knoblauchzehe klein hacken und mit dem Rindshackfleisch den Eiern, dem Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermischen. Aus der Masse anschliessend vier Patties formen und in einer Pfanne mit etwas Öl braten. Anschliessend auf das Backblech, belegt mit Backpapier, legen.

Die Patties mit je einer Scheibe Hartkäse belegen und für fünf Minuten im vorgeheizten Backofen überbacken.

Die Unterseite der Sesambrötchen mit der selbst gemachten Sauce bestreichen und darauf ein Pattie und ein Salatblatt legen. Je nach Belieben zusätzlich mit den Tomaten, Zwiebeln und Jalapeños garnieren. Die Oberseite des Brötchens mit Mayonnaise bestreichen und den Burger zudecken. Mit einem Spiess befestigen und fertig ist der kommod Burger.

Dazu passend: Pommes Frites, Salat oder Country Fries



Mailänderli nach Grossmutter's Art

Das traditionelle Weihnachtsgebäck ist bei Jung und Alt sehr beliebt. Probieren Sie das Rezept einer richtigen „Nana“ aus.

Zutaten

- 500 g Weissmehl, gesiebt
- 300 g Kochbutter, kalt in dünnen Scheiben
- 225 g Zucker
- 5 Eigelb
- ½ Zitrone, nur die abgeriebene Schale
- 1 Prise Salz
- 1 Eigelb/Wasser zum Bestreichen

Hilfsmittel

- 2 Schüsseln
- Handrührgerät
- Gummischaber
- Alu- oder Klarsichtfolie
- 2 Backbleche
- Backpapier
- Wallholz
- Teighölzer (7 mm)
- Verschiedene Förmchen
- Pinsel

Das Mehl und die Butterscheiben in eine Schüssel geben und zu einem geriebenen Teig verarbeiten. Eigelb und Zucker in die zweite Schüssel geben und mit dem Handrührgerät mixen, bis die Masse sehr hell ist. Zitronenschale und Salz dazugeben und mit dem geriebenen Teig vermischen und von Hand zu einem Teig kneten. Der Teig sollte keine Risse mehr zeigen. Ist der Teig zu feucht, etwas Mehl dazu geben. Den Teig in eine Folie einpacken und im Kühlschrank ca. 1 Stunde ruhen lassen.

Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und zwischen 2 Backpapieren mit Hilfe von Teighölzern 7mm dick auswallen. Verschiedene Förmchen ausstechen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech anordnen. Die Mailänderli mit Eigelb bestreichen und 12 Minuten hellgelb backen.

Übrigens: Eiweisse können ca. 1 Monat lang ohne Qualitätsverlust eingefroren werden



Tagliatelle mit Wintergemüse und Liechtensteiner Trüffel

Giovanni, Chefkoch und Inhaber des Restaurants „Made in Italy“ in Vaduz zaubert täglich tolle Pasta. Eines seiner speziellen Rezepte hat er verraten:

Zutaten für 4 Personen

- 1 Zucchini
- 1 Aubergine
- 1/2 Peperoni rot
- 1/2 Peperoni gelb
- ½ Zwiebel
- 2 grosse, sehr reife Tomaten
- 40g frischer Trüffel (aus Liechtenstein)
- 40g Trüffelbutter
- 400g Tagliatelle Nudeln
- Parmesan, gerieben
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Hilfsmittel

- Schneidebrett
- Messer
- 1 grosser Kochtopf
- 1 Bratpfanne
- Hobel

Zubereitung

Das Gemüse waschen und klein schneiden, die Tomaten würfeln und getrennt vom anderen Gemüse auf die Seite stellen. Das Wasser für die Tagliatelle in einem grossen Kochtopf heiss werden lassen und gut salzen. Während das Wasser warm wird, in der Bratpfanne die zerkleinerte Zwiebel im Olivenöl anbraten und das Gemüse mit Ausnahme der Tomaten dazugeben und andünsten. Nun die gewürfelten Tomaten und der Trüffelbutter in die Pfanne geben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Tagliatelle im vorbereiteten Wasser kochen, abgiessen und mit dem Gemüse vermischen. Ein wenig Parmesan dazugeben und anrichten. Sind die Nudeln auf dem Teller angerichtet, noch dünne Trüffelscheiben über die Tagliatelle hobeln und fertig ist das Essen.

Buon appetito wünscht Giovanni



Kürbissuppe mit Käsechips

Was passt besser zur Herbstzeit als eine feine Suppe aus Kürbis und dazu selbstgemachte Käsechips.

Zutaten für 4-6 Personen:

- 1kg Kürbis
- 100g Karotten
- 100g Kartoffeln
- 1.5 Liter Gemüsebrühe
- Salz
- Pfeffer
- Etwas Paprika
- Currypulver
- 100g Parmesan
- Oregano
- 20g Kürbiskerne

Hilfsmittel:

- Pfanne
- Schneidebrett
- Messer
- Rührkelle
- Pürierstab
- Kleine Schüssel
- Bratpfanne
- Teelöffel
- Küchenpapier

Zubereitung der Suppe:

Zuerst die Gemüsebrühe in einer Pfanne erhitzen. Anschliessend den Kürbis in Scheiben schneiden, entkernen, schälen und in die Gemüsebrühe geben. Dann die Kartoffeln und die Karotten geschält und in Stücke geschnitten, in die Gemüsebrühe geben. Das Ganze ca. 30 – 45 Minuten auf mittlerer Stufe köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Danach mit dem Pürierstab alles pürieren. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer, Paprika und Currypulver etwas würzen - je nach Geschmack.

Zubereitung der Käsechips:

Die Kürbiskerne klein hacken, mit dem Parmesan und mit dem Oregano in einer kleinen Schüssel vermischen. Die Bratpfanne erhitzen und mit dem Parmesan-Oregano-Kürbis Gemisch in der Pfanne kleine Häufchen machen. Warten bis sie unten knusprig sind, dann drehen und warten bis sie auch auf der anderen Seite eine Kruste bildet. Die Käsechips von der Pfanne nehmen und auf einem Küchenpapier abkühlen lassen.

Die Suppe anrichten, zwei bis drei Käsechips dazu geben und bei Bedarf mit etwas Kürbiskernen-Öl und Kürbiskernen garnieren.



Ein Hirschpfeffer Rezept vom Hotel Kulm, www.hotelkulm.li

Ein Pfeffer selbst herzustellen braucht Geduld. Allein das Beizen des Fleisches dauert einige Tage. Nehmen Sie sich die Zeit. Es lohnt sich und die Zubereitung ist eigentlich gar nicht so kompliziert.

Zutaten (für 4 Personen)

- 800g Hirschfleisch (ohne Knochen)
- 700ml kräftiger Rotwein
- 100ml Rotweinessig
- 200g Röstgemüse (je nach Gusto Karotten, Zwiebeln, Sellerie und / oder Knoblauch)
- 4 Lorbeerblätter
- 8 Wachholderbeeren
- 15 Pfefferkörner
- 1 Zweig Rosmarin
- 50g Mehl
- 100g Erdnussöl
- 300ml Wildfond
- 50g Tomatenmark
- Salz
- Pfeffer

Hilfsmittel

- Grosser Kochtopf
- Fleischmesser
- Rüstmesser
- Schneidunterlage
- Kühlschrank
- Bratpfanne
- Sieb

Vorbereitungen

Für die Beize, 600ml Rotwein mit dem Rotweinessig, den Lorbeerblättern, den Wachholderbeeren, den Pfefferkörnern und dem Rosmarinzwig mischen, kurz aufkochen und abkühlen lassen. Das Hirschfleisch in kleine Stücke schneiden (ca. 15g schwer) und das Röstgemüse vorbereiten. Das Fleisch zusammen mit dem Röstgemüse in die abgekühlte Beize legen. Das Ganze sieben bis zehn Tage im Kühlschrank oder drei Tage bei Zimmertemperatur gedeckt ruhen lassen und täglich ein bis zwei Mal umrühren.

„Kurz“ vor dem Verzehr

Das Fleisch und das Gemüse aus der Beize nehmen und von der Beize 200ml zurückbehalten.

Das Fleisch in einer Bratpfanne mit dem Erdnussöl anbraten, mit Salz und Pfeffer etwas würzen und anschliessend mit dem Mehl bestäuben. Das Tomatenmark zugeben und mitrösten bis es die rote Farbe verliert. Das Gemüse zugeben und mitdünsten. Mit dem noch übrigen Rotwein ablöschen und einkochen lassen.

Die aufgehobenen 200ml der Beize aufkochen, sieben und mit dem Wildfond mischen und über das Fleisch und das Gemüse geben. Das Fleisch ungefähr 1.5 Stunden weichschmoren. Anschliessend das Fleisch herausnehmen und warm stellen. Die Sauce durchsieben, noch etwas einkochen lassen und das Fleisch dann zurück in die Sauce geben.

Dazu passt: Rotkraut, Maroni, Rosenkohl, Spätzli, Nudeln



Kalte-Platte

Ob auf einer Alphütte oder zu Hause eine kalte Platte ist – mit den richtigen Zutaten – eine Gaumenfreude. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt – und ausnahmsweise darf auch auf Messer, Gabel und Löffel verzichtet werden. Erlaubt ist, was schmeckt: Aber ganz ehrlich, am besten wird die kalte Platte mit Spezialitäten aus Liechtenstein.

Was dazu gehört dazu gehört:

- Frisches Brot
- Aufschnitt und Wurstwaren
- Käse
- Garnitur

Hilfsmittel:

- Holzbrett
- Messer (ggf. Aufschnittmaschine)
- Platte, grosser Teller oder Holzbrett zum Anrichten
- Körbchen
- Servietten

Den Aufschnitt und die Wurstwaren – je nach Geschmack hauchfein oder etwas dicker- aufschneiden. Jede Fleischart in einer anderen Form auf der Platte anrichten, z.B. gerollt, gefaltet oder zu Hütchen geformt. Den Käse je nach Sorte in verschiedene Formen schneiden und ebenfalls sortenrein anrichten. Alles sollte einfach mit den Fingern oder ggf. einer Gabel von der Platte zu nehmen sein. Zum Schluss die Platte nach Belieben garnieren. Traditionell werden als Garnitur z.B. Tomaten, Gurken oder Cornichons, Zwiebeln, Salat, gekochte Eier oder eingelegte Spargeln verwendet. Auch Kräuter wie Petersilie und Schnittlauch oder Sprossen eignen sich gut. Je nach Geschmack können auch Oliven, getrocknete Tomaten etc. verwendet werden.

Zum Schluss das Brot in Scheiben schneiden und in einem Körbchen anrichten.

Neben Wasser sind kühle Getränke wie z.B. Most (vergorener Apfelsaft), Bier oder auch ein feines Glas Weisswein die idealen Begleiter.

Lasst es euch schmecken.



Walserhoftorte

Das Hotel Restaurant Walserhof in Malbun verrät uns das Rezept zu ihrer Walserhoftorte.

Zutaten für 4 Personen

- 250 g Kekse (Chocolate Cookies)
- 90 g weiche Butter
- 250 g Mascarpone
- 100 g Staubzucker
- 5.5 Blatt Gelatine
- 315 g Schlagrahm
- 450 g Heidelbeeren
- etwas Kirschwasser

Hilfsmittel

- Springform
- 2-3 Schüsseln
- Pfanne
- Mixer
- Kühlschrank

Zubereitung

Die Kekse in einer Schüssel zerbröseln und mit der weichen Butter vermengen. Die Masse in die Springform geben, verteilen und andrücken.

Dann 2/3 des Schlagrahms steif schlagen und die Mascarpone mit dem Staubzucker in einer Schüssel cremig rühren. Den restlichen Rahm in einer Pfanne erwärmen und 2,5 Gelatineblätter darin auflösen. Die ausgekühlte Sahne-Gelatine-Masse unter die Mascarpone mischen. Zum Schluss die geschlagene Sahne langsam unterheben. Die fertige Masse auf dem Keksboden verteilen und im Kühlschrank abkühlen lassen.

Für den Belag die Heidelbeeren mit einem Schuss Kirschwasser aufkochen und drei Gelatineblätter darin auflösen. Die Masse kalt werden lassen und auf dem Kuchen verteilen. Den Kuchen noch einmal im Kühlschrank für ca. zwei Stunden kühlstellen.

Wir wünschen gutes Gelingen!



Selbstgemachtes Mango-Eis

Das Eis kann ganz einfach selbst gemacht werden. So ist sichergestellt, dass es zu Hause immer einen Vorrat im Gefrierschrank hat. Zum perfekten Eiserlebnis braucht es nur drei Zutaten.

Zutaten:

- 450 ml Rahm oder Sahne
- 400 ml gezuckerte Kondensmilch
- 1 Mango

Hilfsmittel:

- Stabmixer und ein hohes Gefäss dazu
- Handrührgerät
- Eine Schüssel
- Gefrierschrank

Zubereitung:

Die Mango schälen, den Kern entfernen, in Stücke schneiden und in einem hohen Gefäss mit dem Stabmixer pürieren. Den Rahm/die Sahne in eine Schüssel geben und steif schlagen. Die Kondensmilch vorsichtig unter den Rahm/die Sahne ziehen bis es gut durchmischt ist. Danach die pürierte Mango vorsichtig daruntermischen. Die Masse im Gefrierschrank über Nacht gefrieren lassen und fertig ist das selbstgemachte Eis.

Tipp:

Die Geschmacksrichtung ist individuell wählbar. Früchte werden am besten püriert. Kekse wie Oreos können zerbröselnt dazu gegeben werden.



Spargelrisotto mit Bärlauch

Der Bärlauch, ein Verwandter von Schnittlauch, Zwiebel und Knoblauch ist im Frühjahr vor allem in den Wäldern auffindbar und schmeckt in verschiedenen Kreationen auf dem Teller. So auch in Kombination mit Spargeln:

Zutaten für 2 Portionen:

- 1 Bund Bärlauch
- 2 EL Butter
- 2 EL Olivenöl
- 3 EL Parmesan (gerieben)
- 250 g Risotto-Reis
- 1 Prise Salz und Pfeffer
- 1 Bund Spargel (grün)
- 700 ml Bouillon
- 0.125 l Weißwein
- 1 Zwiebel

Hilfsmittel:

- Arbeitsbrett
- kleines Messer
- 2 Kochtöpfe
- Messbecher

Zubereitung

Für das Spargelrisotto mit Bärlauch zuerst den Bärlauch waschen, klein schneiden und abtropfen lassen. Den Spargel waschen, die harten Enden abschneiden und in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen.

In dieser Zeit die Zwiebel schälen, klein hacken und in einem Topf mit Öl glasig anbraten. Den Risotto-Reis zugeben. Mit dem Weisswein ablöschen und diesen verdampfen lassen. Das Ganze mit der Bouillon auffüllen, bis der Reis knapp bedeckt ist. Den Reis bei mittlerer Hitze 30 Minuten garen und nach und nach die restliche Suppe bei regelmässigem umrühren dazugeben. Die mittlerweile bissfest gekochten Sprageln gut abtropfen und in kleine Stücke schneiden.

Zum Schluss Butter, Spargelstücke, Bärlauch und Parmesan in den Risotto einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ein Tipp

Damit das Spargelrisotto mit Bärlauch wirklich gut schmeckt, sollten möglichst junge Bärlauchblätter verwendet werden.



Gesund, Grün, Gut - Smoothie

Sie enthalten eine Vielzahl an Mineralstoffen, Vitaminen, wertvollen Fetten und sind auch schnell zubereitet. Die leckeren Avocado-Smoothies schmecken köstlich und sind zudem noch sehr gesund. Und so werden sie gemacht:

Zutaten für 2 Portionen:

- 1 kleine Zitrone
- 1 reife Avocado
- 2 reife Kiwi
- 100ml naturtrüber Apfelsaft
- 200ml Mineralwasser

Hilfsmittel:

- Arbeitsbrett
- Stabmixer, Standmixer oder Smoothiemaker
- kleiner Messer
- Teelöffel
- Messbecher
- Zitronenpresse
- hohes Gefäss (falls kein Mixer mit Behälter vorhanden ist)

Zubereitung

Zitrone auspressen und den Saft in ein hohes Gefäss geben. Aus der Avocado den Stein herauslösen.

Das Fruchtfleisch mit einem Teelöffel aus der Avocado herauslösen und sofort zum Zitronensaft in das Gefäss geben.

Kiwi schälen, vier Scheiben abschneiden und beiseitelegen. Den Rest der Kiwi würfeln und mit dem Apfelsaft zur Avocado geben. Alles mit dem Mixer fein pürieren und mit Eiswürfeln in ein grosses Glas giessen. Mit Mineralwasser auffüllen und mit den Kiwischeiben garnieren.

Lasst es euch schmecken.



Gulaschsuppe hausgemacht

Schnell, einfach und wirklich gut – eine Gulaschsuppe. Und so einfach wird sie gemacht:

Zutaten für 4 Personen:

- 50g Butter
- 600 g Rinds- oder Schweinsvoressen (kann auch gemischt werden)
- 300 g Kartoffeln
- 200 g Rüebli
- 1 Sellerie
- 1 grosse Zwiebel
- 2 EL Tomatenpüree
- 1 EL Paprikapulver
- 1 TL Salz
- Etwas Pfeffer
- 8 dl Fleischbouillon
- 2 dl Rotwein

Optional können noch Tomaten und Paprika dazu gegeben werden.

Hilfsmittel:

- Rührkelle
- Schneidebrett
- Schneidemesser
- Suppentopf

Zubereitung

Das Rinds- oder Schweinsvoressen in kleine Würfel schneiden und auf die Seite legen. Die Kartoffeln und das Gemüse schälen und ebenfalls in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebeln hacken und in der Pfanne mit der Butter andämpfen bis sie gold-braun sind. Das Fleisch dazu geben und gut anbraten. Dann das Tomatenpüree und das Paprikapulver begeben. Alles gut umrühren. Mit dem Wein ablöschen und die Bouillon dazu giessen. Das Gemüse und die Kartoffeln in die Pfanne geben und für mindestens 45 Minuten auf geringer Stufe, unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen.

Tipp:

Am besten schmeckt die Suppe wenn sie für ca. 2h auf dem Herd gekocht wird. Die Suppe lässt sich auch gut ein bis zwei Tage zuvor zubereiten.

Wir wünschen guten Appetit.



Cenci – Fasnachtsgebäck der Bäckerei Frommelt

Pascal Frommelt von der Bäckerei Frommelt empfiehlt für die Fasnachtszeit nicht die bekannten „Fasnachtsküachle“ sondern toskanische Teigstreifen „Cenci“.

Zutaten für den Teig:

- 500 g Mehl
- 10 g Backpulver
- 50 g Zucker
- 10 g Vanillezucker
- 50 g weiche Butter
- 2 Eier
- 100 g Kirsch-Schnaps
- eine Prise Salz
- etwas Zitronenschale (ca. 5 g)

Hilfsmittel:

- Rührschüssel
- Knetmaschine
- Mixer
- Kühlschrank
- Backblech
- Fritteuse
- Zange
- kleine Schüssel

Zubereitung:

Man nehme das Mehl, das Backpulver, die weiche Butter, die Eier, das Salz, die Zitronenschale und den Kirsch und mixt alles untereinander. Das Ganze dann für ca. 2-4 Minuten kneten. Wenn vorhanden mit einer Knetmaschine kneten.

Den Teig für 30 Minuten zugedeckt in den Kühlschrank stellen.

Den gekühlten Teig aus dem Kühlschrank nehmen und in 6 Stücke. Jedes Stück einzeln auf einem Backpapier auf ca. 4mm Höhe ausrollen. Nun 6-8cm lange und ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Die Streifen etwas zusammendrücken und in der Fritteuse für ein bis zwei Minuten backen. Während die Teigstücke backen, eine kleine Schüssel mit dem Zucker und dem Vanillezucker darin bereitstellen. Mit einer Zange die Teigstücke aus der Fritteuse nehmen und in der vorher zubereiteten Schüssel im Zucker wenden.

Die Cenci beiseite stellen, auskühlen lassen und dann geniessen.



Karins "Weihnachtskrömle"

Im LoVino in Vaduz bedient Sie unter anderem Inhaberin Karin Meier und sie serviert Ihnen zu jedem Tee oder Kaffee ein selbstgebackenes Krömle nach Südamerikanischer Art.

Zutaten für den Teig

- 250 g weiche Butter
- 250 g Zucker
- 3 Eier
- 3-4 Esslöffel Milch
- 1 Prise Salz
- 500 g Mehl
- Staubzucker (je nach Bedarf)

Zutaten für die Füllung

- 340g gezuckerte Kondensmilch (Dose)

Hilfsmittel

- Schüssel
- Rührstab
- Ofen
- Frischhaltefolie
- Formausstecher
- Backblech
- Backpapier
- Topf
- Spritzbeutel

Zubereitung

Die weiche Butter und den Zucker gut in der Schüssel verrühren. Nach und nach die Eier und die Milch hinzugeben. Danach eine Prise Salz und das Mehl langsam in den Teig kneten bis sich der Teig von der Schüssel löst. Bei Bedarf kann noch ein wenig Mehl dazu gegeben werden.

Den Teig nun in Frischhaltefolie einwickeln und im Kühlschrank über Nacht ruhen lassen.

Am nächsten Tag kann die Füllung vorbereitet werden. Die Beschriftung der Kondensmilchdose entfernen und die geschlossene Dose in einen Topf mit Wasser legen. Den Topf abdecken und für 1.5 bis 2 Stunden köcheln lassen. Dabei sollte man immer wieder kontrollieren, ob sich noch genügend Wasser im Topf befindet.

Während die Kondensmilchdose leicht köchelt, kann der Ofen auf 160° (Umluft) vorheizen. Den Teig auf ca. 4-5 Millimeter ausrollen und beliebige Formen ausstechen, so dass sie aufeinander gesetzt werden können. Bitte beachten, es braucht von jeder Form immer mindestens zwei Stück.

Die Krömle auf das Backpapier legen und für 6-8 Minuten im Ofen backen. Darauf achten, dass die Krömle nicht braun werden.

Nach dem Backen die Krömle kurz etwas auskühlen lassen und sofort in eine Box legen, damit sie



L I E C H T E N S T E I N

nicht austrocknen.

Ist die Kondensmilch bereits 1,5 bis 2 Stunden im köchelnden Wasser gelegen, muss die Dose abkühlen.

Wenn die Dose kalt ist, die Dose öffnen und die karamelfarbene Creme in einen Spritzbeutel geben. Auf die Hälfte der ausgekühlten Krömle die Creme spritzen und anschliessen die andere Hälfte der Krömle oben drauf legen. Und fertig sind die leckeren Krömle nach Südamerikanischer Art.

Bei Bedarf die fertigen Krömle noch etwas mit Staubzucker bestäuben.

Lasst es euch schmecken.



Chruudchnöpfli à la Guflina

Pascal Gassner, Chefkoch des Restaurants Guflina verrät uns wie „Chruudchnöpfli“ richtig gut gelingen. Wer nicht selber Kochen möchte, kann die "Chruudknöpfli" aber auch während den Triesenberger Wochen (16. Oktober bis 22. November 2015) geniessen.

Zutaten für das „Suurchruud“ (Sauerkraut) (4 Personen)

- 400 g Sauerkraut roh
- 40 g Zwiebeln (gehackt)
- 40 g Speck (klein geschnitten)
- 4 St. Wachholderbeeren
- 10 g Kartoffeln Typ C (mehlig kochend)
- 15 g Rapsöl
- 80 ml Weisswein
- 200 ml Bouillon
- 1 Lorbeerblatt
- Salz und Pfeffer

Zutaten für den Knöpfli Teig (4 Personen)

- 500 g Knöpfli Mehl (Stricker Mühle Grabs)
- 2 Eier
- 75 ml Wasser
- 75 ml Vollmilch
- Salz

Hilfsmittel

- Messer
- Küchenbrett
- 2 Kochtöpfe 1.5L mit Deckel
- Bratpfanne
- Kochkellen
- Spätzlischaber
- Abtropfsieb
- 2 Schüsseln
- Küchentuch

Zubereitung „Suurchruud“

Das Rapsöl in einem Kochtopf erhitzen. Die gehackten Zwiebeln und klein geschnittenen Speckwürfel im heissen Rapsöl kurz andünsten. Danach das Sauerkraut dazugeben, mit dem Weisswein ablöschen und das Ganze durch die Bouillon auffüllen.

Zum Abbinden wird die geschälte Kartoffel unter das Sauerkraut gerieben. Anschliessend das Lorbeerblatt und die Wachholderbeeren begeben und alles zugedeckt fertig garen lassen. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer etwas abschmecken.



Die Kochzeit beträgt ca. 1.5 – 2 Stunden.

Zubereitung „Knöpfli“

Das Knöpfli Mehl in eine Schüssel geben. Die Vollmilch, die Eier und das Wasser in einer separaten Schüssel vermischen und anschliessend unter ständigem Schlagen zum Knöpfli Mehl in die Schüssel geben. Die Masse solange schlagen, bis ein glatter Teig entsteht der Blasen wirft. Den Teig für ca. 30 Minuten mit einem Küchentuch zugedeckt auf die Seite stellen.

In einem Kopchtopf Wasser erhitzen und etwas Salz dazu geben. Den Teig anschliessend durch einen Spätzlichaber in das kochende Wasser drücken. Die Spätzli herausnehmen sobald sie an die Oberfläche steigen und in ein Abtropfsieb geben

Zubereitung der „Chruudknöpfli“

Die Spätzli in einer Bratpfanne kurz anbraten. Das „Suurchruud“ begeben und ebenfalls kurz anbraten. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken und anrichten.

Än Guata!



Hirschrücken mit Blauburgundersauce

Helmut Kainer, Inhaber und Chefkoch des Restaurant Kainer, verrät uns passend zur Herbstzeit eines seiner liebsten Gerichte: Hirschrücken mit Blauburgundersauce und dazu Trüffel-Risotto, gebratener Kräuterseitling und Rotkraut. Ein Gericht, das man auch gut vorbereiten kann, so dass für die Liebsten genügend Zeit bleibt.

Zutaten für 4 Personen

für den Hirschrücken:

- 600 – 800 g Hirschrücken in einem Stück

für die Blauburgundersauce

- 4 dl Blauburgunder
- 2 Zwiebeln
- Etwas brauner Zucker
- 2 dl Bratensaft
- 1 EL kalte Butter
- Salz
- Pfeffer

für das Risotto

- 50 g Butter
- 2 Zwiebeln
- 300 g Risotto-Reis
- 1 dl Weisswein
- $\frac{3}{4}$ Liter Gemüsebrühe
- 100 g Trüffelbutter
- 100 g geriebener Trüffel

für das Rotkraut:

- 1 kg Rotkraut
- 1 Zwiebel
- 50g Schweine- oder Gänseschmalz
- 2 Äpfel (klein geschnitten)
- 1 EL Kristallzucker
- 2 EL Essig - $\frac{1}{4}$ Liter Wasser
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Nelken
- 2 TL Mehl (zum Binden)
- 4 EL Rotwein
- 25 g Butter
- Salz

für gebratenen Kräuterseitling

- 2-3 Kräuterseitlinge



- 2 EL Olivenöl

Hilfsmittel

- Waage
- Esslöffel
- Teelöffel
- Massbecher
- Backofen
- Bratpfanne
- Pfannen
- Stabmixer
- Schneebesen
- Kochlöffel
- Messer
- Schneidbrett

Zubereitung Hirschrücken

Den Hirschrücken je etwa zwei Minuten auf beiden Seiten scharf anbraten, anschliessend für ca. 40 Minuten bei 70 Grad im Backofen ziehen lassen und nach 20 Minuten einmal wenden.

Zubereitung Blauburgundersauce

Die Zwiebeln fein hacken und im Butter mit dem braunen Zucker anschwitzen. Mit dem Blauburgunder ablöschen und reduzieren lassen. Das Ganze mit Bratensaft wieder auffüllen und erneut reduzieren bis die Konsistenz stimmt. Zum Schluss mit einem Stabmixer aufmixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der kalten Butter aufschlagen.

Zubereitung Risotto

Die Zwiebeln in kleine Stücke hacken und in der warmen Butter andämpfen. Den Reis dazugeben und unter Rühren solange dünsten bis er glasig wird. Mit dem Weisswein ablöschen und diesen vollständig einkochen lassen. Anschliessend die Bouillon unter häufigem Rühren nach und nach dazu giessen, sodass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Köcheln und immer wieder rühren, bis der Reis cremig und al dente ist (nach ca. 20 Minuten). Zum Schluss die Trüffelbutter und die geriebenen Trüffel unterrühren.

Zubereitung Rotkraut

Das Rotkraut putzen und waschen, dann den Kopf vierteln, den Strunk entfernen und in feine Stücke schneiden. Das Schweine- oder Gänseschmalz in der Pfanne heiss werden lassen und die gehackten Zwiebeln mit dem Zucker und den geschnittenen Äpfeln andünsten. Das Rotkraut dazu geben und zugleich den Essig darüber giessen. Das Lorbeerblatt, die Nelken und etwas Salz dazugeben. Das Ganze zugedeckt bei mittlerer Stufe für 30 – 45 Minuten weich dünsten. Bei Bedarf kann noch etwas Wasser dazu gegeben werden und wer es mag gibt noch etwas Mehl dazu. Dies bindet das Gericht. Am Ende das Rotkraut mit dem Rotwein abschmecken.

Zubereitung Kräuterseitling

Die Kräuterseitlinge in Scheiben schneiden und im Olivenöl anbraten. Sobald sie etwas bräunlich sind aus der Pfanne nehmen und auf dem Teller anrichten.



L I E C H T E N S T E I N

Empfehlung des Chefkochs

Zu dem Menü empfiehlt der Chefkoch denselben guten und kräftigen Blauburgunder zu wählen, der auch in der Sauce verwendet wurde.

Gutes Gelingen wünscht Ihnen Helmut Kainer.



In der Folie gegartes Saiblingsfilet auf Kartoffel-Eierschwämmchenragout mit Liebstöckl

Spitzenkoch Ruben Brunhart vom Restaurant Zentrum in Balzers verrät uns eines seiner beliebtesten Rezepte.

Zutaten für 2 Personen:

- 300 g fangfrisches Saiblingsfilet, entgrätet
- 400 g festkochende Kartoffeln (mittelgross – gross)
- 300 g Eierschwämmchen (Pifferlinge)
- 300 ml Fond (Fisch oder Gemüse), gesalzen
- 100 ml Weisswein
- 150 g Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund Liebstöckl (Maggikraut)
- 1 Zitrone
- 2 Lorbeerblätter
- 100 g Butter
- 20 - 30 g Mehl
- Salz
- Pfeffer
- Nolly Prat (Wermut)
- **Optional:** Rahm oder Creme fraîche oder Mascarpone

Hilfsmittel:

- 1 Kochtopf (Kasserolle)
- 2 Bratpfannen
- 1 Kelle / Saucenbesen Alufolie, Bratfolie
- 1 Schöpfer
- 1 Sparschäler
- 1 Rüstmesser
- 1 Kochmesser
- 1 Schneidebrett
- 2 Schüsseln / Geschirr

Vorbereitung Ragout:

Die Kartoffeln und die Zwiebeln schälen und in ca. 1cm mal 1cm grosse Würfel schneiden. Die Kartoffeln anschliessend ins kalte Wasser legen. Die Knoblauchzehen in Scheiben schneiden. Die Eierschwämmchen putzen aber nur wenn nötig mit Wasser waschen.

Zwei gleichgrosse Alufolienstücke mit der matten Seite nach innen aufeinander legen und bei drei Seiten die Ränder der Länge nach so zusammenfalten, dass eine Tüte entsteht.

Tipp:

Folie in 45cm Breite eignet sich besser als Haushaltsrollen mit 30 cm. Ansonsten können auch Bratsäcke oder Bratschläuche verwendet werden.



Zubereitung des Ragout:

In einem Topf (Kasserolle) ca. 50g Butter schmelzen und darin die Eierschwämmchen anbraten. Diese mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Sollte beim braten vermehrt Flüssigkeit austreten, diese einfach verdunsten lassen. Die Pilze dann aus dem Topf nehmen und beiseite stellen.

Die restlichen 50g Butter wieder im gleichen Topf erhitzen. Zwiebelwürfel und den Knoblauchscheiben beigegeben und gut, ohne dass sie sich verfärben, anschwitzen. Das Mehl dazugeben und bei mittlerer Hitze bis zum Aufschäumen mitschwitzen. Das Ganze mit dem Weisswein ablöschen und sofort mit dem Fond aufgiessen. Dabei sollten keine Klumpen entstehen. Anschliessend die Kartoffeln und die Lorbeerblätter beigegeben, das Ragout aufkochen, zurückschalten und leise köcheln lassen. Immer wieder umrühren. Die Kartoffeln sollten noch leicht knackig sein. Das Ragout mit Zitronenabrieb, Zitronensaft, Nolly Prat, Salz, Pfeffer und Liebstöckl nach Belieben abschmecken. Die vorgebratenen Pize dazugeben und nochmals aufkochen lassen. Optional mit Rahm oder Mascarpone verfeinern. Creme fraîche kann auch am Schluss kalt dazugegeben werden.

Fertigstellung:

Die Foliensäcke jeweils in eine Bratpfanne legen, öffnen und mit dem heissen Ragout füllen. Nun die Saiblingsfilets mit Salz würzen und mit der Hautseite nach oben auf das Ragout legen und die Öffnung durch zusammenpressen der Folie gut verschliessen.

Die Pfanne auf dem Herd erhitzen bis sich der Sack anfängt zu blähen. Dann die Pfanne samt der gefüllten Folie für 4 - 5 Minuten in den bei 180 Grad Celsius vorgeheizten Ofen geben. Danach die Pfanne aus dem Ofen holen, die Folie vorsichtig auf eine Platte heben und servieren. Die Folie aufreissen.

Achtung: Der austretende Dampf beim Öffnen der Folie kann Verbrennungen verursachen.

Tipps:

Die Filets können auch einfach auf das Ragout gelegt werden und ohne Folie in der Kasserolle mit Deckel fertig gedämpft werden.

Bei der Mehlmenge ist zu beachten dass die Konsistenz der Sauce cremig aber nicht klebrig ist. Mehl kann sich von der Bindekraft unterscheiden da es ein Naturprodukt ist.

Anstelle der Zitrone kann auch ein qualitativ hochwertiger Essig verwendet werden. Das macht den Geschmack eher erdiger.

Wer keinen Liebstöckl mag, kann diesen gerne durch Kräuter wie etwa Petersilie, Basilikum oder Thymian ersetzen.

An Guata!



Frozen Yoghurt

Gioia und Daniel Buchhammer, Inhaber des S3 Lokal in Schaanwald, verraten uns ihr Rezept für ein Frozen Yoghurt.

Zutaten

- 300 ml Nature Joghurt
- 300 ml griechischer Joghurt Nature
- 60 g Puderzucker
- 125 ml Wasser
- 250 g Zucker
- Früchte, Beeren, Haselnusskrokant nach Belieben

Hilfsmittel

- kleiner Kochtopf
- Mixstab
- Schüssel
- Eismaschine (wenn vorhanden)
- Spritzsack

Zubereitung

Den Zucker und das Wasser gemeinsam im kleinen Kochtopf aufkochen, bis eine sirupartige Konsistenz entsteht, von der Herdplatte nehmen und abkühlen lassen.

Den Joghurt, den griechischen Joghurt, den Puderzucker und drei Esslöffel des abgekühlten „Sirups“ (Läuterzucker) in eine Schüssel geben und alles miteinander verrühren. Danach die Masse für 40 Minuten in die Eismaschine geben. Alternativ die Masse ins Gefrierfach geben und alle 30 Minuten mit dem Mixstab gut umrühren, bis das Joghurt gefroren ist.

Nun das Frozen Yoghurt in einen Spritzsack füllen und in einem Coupe-Glas schön anrichten.

Nach Belieben mit frischen Früchten, Beeren, Haselnusskrokant etc. garnieren und sofort servieren!

Lasst es euch schmecken!



Chinesische Nudeln „Szechuan“

Chefkoch Norman Vögeli vom Hotel Galina in Malbun verrät uns sein Rezept für chinesische Nudeln „Szechuan“.

Zutaten

- 250 g chinesische/asiatische Nudeln
- 1 kleines Stück Ingwer
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Karotte
- 100 g Brokkoli
- 100 g Erbsen (oder Zuckerschoten)
- 100 g Sojasprossen
- 100 g Bambussprossen
- 4 Stangen Jungzwiebeln
- 1/2 Bund Schnittlauch (oder Koriander)
- 10 EL Sojasauce
- 1 TL Austernsauce
- 3 EL Pflanzenöl

Hilfsmittel

- Wok
- Kochtopf
- Messer
- Schneidebrett
- Reibe

Zubereitung

Den Brokkoli in kleine Röschen schneiden, die Zuckerschoten halbieren und die Zwiebel wie auch die Karotte schälen und würfeln. Die Jungzwiebel und den Schnittlauch in feine Ringe schneiden. Anschliessend den Ingwer und den Knoblauch schälen, den Ingwer mit einer Reibe fein reiben und den Knoblauch klein zerhacken.

Die chinesischen Nudeln sowie auf der Anleitung der Packung beschrieben, zubereiten.

Danach drei Esslöffel Pflanzenöl im Wok erhitzen, darin die Zwiebeln und den Knoblauch unter ständigem Rühren ca. 5 Minuten anbraten.

Die fertig gekochten Nudeln abschütten und gemeinsam mit dem Brokkoli und den Erbsen oder den Zuckerschoten in den Wok geben. Das Ganze nochmals ca. drei Minuten anbraten.

Am Schluss die Jungzwiebel, Bambussprossen und Sojasprossen dazugeben, 3 bis 4 Minuten braten lassen und stets weiter umrühren. Den Ingwer sowie die Soja- und Austernsauce dazugeben, den Schnittlauch oder Koriander darauf streuen und schon sind die chinesischen Nudeln „Szechuan“ zum Servieren bereit.



Spanferkelrollbraten gefüllt

Chefkoch Peter Büchel vom Restaurant Riet in Balzers verrät uns sein Spanferkelrollbraten Rezept.

Zutaten

- 1,5 kg Spanferkel, Rücken mit Bauch ohne Knochen
- 1 Brezel, (Laugenbrezel)
- 50 g getrocknete Pflaumen
- 50 g getrocknete Aprikosen
- 50 ml Milch
- 1 Ei
- 1 kleine Zwiebel
- 1 EL Butter
- 1 Bund Petersilie, glatt
- Salz, Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen

Für die Sauce

- 200 g Zwiebeln
- 1 Zehe Knoblauch
- 200 g Sellerie, klein gewürfelt
- 3 EL Pflanzenöl
- 1 TL Tomatenmark
- 750 ml Gemüsefond

Zubereitung

Das Fleisch vom Metzger ausbeinen und die Schwarte einritzen lassen. Die Brezel in 1 cm grosse Stücke schneiden und das trockene Obst in Viertel schneiden und zu der Brezel geben. Die Milch erwärmen, das Ei ausschlagen, dazu geben und alles über die Brezel-Fruktmischung geben. Alles gut mischen und 15 Minuten ruhen lassen.

Nun die Zwiebel in ganz feine Würfel schneiden und im Butter glasig dünsten. Die Petersilie grob schneiden und mit der Zwiebel zu der Füllmasse geben. Salzen und pfeffern.

Anschliessend die Fleischseite mit Salz und Pfeffer einreiben, die Schwartenseite aber nur mit Salz. Die Füllung nun auf der Fleischseite verteilen und das Ganze zusammenrollen und mit Rollbraten/Küchengarn binden. In einem Bräter rundherum anbraten.

Nur für die Sauce im gleichen Bräter: Zwiebeln, Sellerie und Knoblauchzehe im Pflanzenöl anbraten. Das Tomatenmark mitrösten und das Ganze mit Fond ablöschen. Den Rollbraten wieder dazu geben und im Backofen bei 120°C fertig garen. Ab und an den Braten drehen, so dass die Schwarte auch schön kross wird. Die Garzeit beträgt 1 bis 1,5 Stunden, je nach Bratendicke. Arbeitszeit: Ca. 45 Minuten

Wir wünschen gutes Gelingen!



Bärlauch Cordon-bleu

Ein Cordon-Bleu passend zum Frühlingsbeginn. Chefkoch Mario Mayer vom Gasthaus Hirschen in Mauren verrät uns das Geheimnis seines Bärlauch Cordon-bleus.

Hilfsmittel:

- Messer
- Pürierstab
- Fleischklopfer
- Hohes Gefäss
- 2 Bratpfannen
- 1 Topf

Zutaten für das Bärlauchpesto

- 100 g Bärlauch
- 80 g Pinienkerne
- 60 g Parmesan
- 1 dl Olivenöl
- Etwas Salz und Pfeffer
- 2 TL Zitronensaft

Zubereitung

Bärlauch gut waschen und abtropfen lassen. Die Blätter grob zerhacken und zusammen mit den Pinienkernen, Käse und Öl pürieren. Zum Schluss die Masse mit Salz, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für das Cordonbleu

- 4 x 180 g Kalbsschnitzel (Nüssle/Schale)
- 16 dünne Scheiben Prosciutto di Parma
- Bärlauchpesto (gem. Rezept wenn möglich selber zubereitet)
- Raclette-Käse (Menge je nach Geschmack)
- etwas Salz
- gemahlene Kürbiskerne
- Mehl
- 4 Eier
- Butterschmalz

Zubereitung

Jedes der vier Kalbsschnitzel hauchdünn ausklopfen. Diese danach jeweils mit vier dünnen Scheiben Prosciutto di parma belegen und mit Bärlauchpesto bestreichen. Dann die Raclette-Käsescheiben auflegen und alles einrollen. Durch das Einrollen hält die Füllung besser. Die Rollen salzen, in Mehl und Ei wenden und in den gemahlene Kürbiskernen fertig panieren. Danach in einer Bratpfanne mit Butterschmalz ausbacken.

Beilagen

- 1 kg Kartoffeln (festkochend)
- etwas Butter
- gehackte Petersilie



Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, klein schneiden und in einem Topf mit Salzwasser ca. 15 Minuten weich kochen. Anschliessend das Wasser abschütten und die Kartoffeln in einer Bratpfanne mit Butter durchschwenken. Vor dem Anrichten mit der gehackten Petersilie bestreuen und nochmals schwenken.

Garnitur

- 1 Zitrone, in Scheiben oder Schnitzen
- Preiselbeermarmelade

Weintipp: Unser Chef und Koch Mario Mayer empfiehlt dazu den Rotwein Symphonie Cuvée vom Weingut Castellum, Gstöhl in Eschen.



Forelle nach "Malbuner Art"

Im fam Familienhotel Gorfion in Malbun wird vorzugsweise mit Produkten aus Liechtenstein und der Region gekocht. So auch das Lieblings-Rezept des Gorfion Küchenchefs Michael Greiner.

Zutaten für vier Personen:

Für den Fisch

- 4 Forellen (oder Saiblinge ausgenommen ca. 250g) oder 8 Forellenfilets mit Haut
- Etwas Salz
- 10 g Butter zum bepinseln auf der Hautseite
- 3 Esslöffel Olivenöl

Für das Gemüse

- 4 Thymianzweige, Petersilie, eine Knoblauchzehe in Scheiben geschnitten, etwas Salz
- 2 gelbe Karotten
- 2 Rote Karotten
- 2 Petersilienwurzeln
- 2 Knollen Randen
- Einige Radieschen
- 1 Mangold Strang

Für die Vanille- Nuss-Butter

- 30 g Butter
- Nüsse (gemahlen) nach Belieben
- 1 Vanilleschote

Hilfsmittel:

- Pfannen und Töpfe je nach Bedarf
- Messer
- Backofen

Zubereitung:

Zu Beginn die gelben und roten Karotten, die Randen, die Petersilienwurzeln und die Radieschen grob zerkleinern, blanchieren und unter Beigabe von Thymian, Petersilie, Salz und den Knoblauchscheiben garen (Alternativ kann es im Ofen bei 100 °C weichgegart werden). Während des Garvorganges kann die Vanille-Nussbutter vorbereitet werden.

Dazu die weiche Butter, die gemahlene Nüsse und die Samen der Vanilleschote (Schote längs aufschneiden und Samen auskragen) vermengen. Die Butter beiseite stellen.

Die Forellen filetieren. Die Hautseite mit Butter bestreichen und den Fisch mit ein wenig Salz würzen. Der Fisch wird danach im Olivenöl auf der Hautseite kurz, scharf angebraten und dann bei niedriger Temperatur fertig gebraten. Der Mangold wird kurz in einer heißen Pfanne gedünstet. Das Gemüse kurz vor dem Anrichten aus der Pfanne oder dem Ofen holen und in der Vanille-Nuss-Butter schwenken.



L I E C H T E N S T E I N

Die Forellen, der Mangold und das Gemüse auf den Tellern anrichten und mit der restlichen Vanille-Nuss-Butter beträufeln.

Tipp:

Gorfion Serviceleiter Boris empfiehlt dazu einen Sauvignon Blanc 2013 von der Hofkellerei des Fürsten von Liechtenstein.

In diesem Sinne wünsch das fam Familienhotel Gorfion – an Guata!



Sücka Cheres: Ein Fondue mit Feuer

Gastwirt Werner Schädler vom Berggasthaus Sücka in Steg verrät uns sein Rezept für ein ganz spezielles Käsefondue – das Sücka Cheres. Es ist eine Hommage an den Hausgeist des Berggasthauses Sücka.

Aber Achtung, das Fondue hat es in sich.

Zutaten für fünf Personen:

- 330 g Alpkäse
- 330 g Appenzellerkäse
- 330 g Greyerzerkäse
- 20 g Maizena
- 5 dl Saurer Most (vergorener Apfelwein)
- Etwas Obstbrand
- grüner Pfeffer
- Piri Piri
- Tabasco
- Chilipulver
- Sambal Olek

Hilfsmittel:

- Fondue-Caquelon
- Etwas zum Umrühren
- Fonduegabeln

Hinweis:

Je nach Geschmack können die drei Käsesorten von rezent zu mild variieren.

Zubereitung:

Die drei Käsesorten zusammen mit dem sauren Most in das dafür vorgesehene Fondue-Caquelon geben und schmelzen. Während des Schmelzvorganges ständig umrühren. Um die Käsemasse zu verdicken, wird nun das Maizena beigefügt. In den geschmolzenen Käse eine Prise grünen Pfeffer, das Chilipulver, ein wenig Piri Piri, etwas Tabasco, Chilipulver und eine Messerspitze Sambal Olek beifügen. Wer es gerne schärfer mag, darf mit den Gewürzzutaten auch grosszügiger sein.

Ist der Käse komplett geschmolzen und die Zutaten darin verrührt, kann bei Bedarf noch etwas Obstbrand untergerührt werden. Nun ist das Fondue fertig und es kann angerichtet werden.

Guten Appetit!



Peperoni Süsschen von Martha Bühler

Die Käsknöpfe von Martha Bühler sind bereits bis über die Landesgrenze hinweg bekannt. Nun verrät sie noch ein weiteres ihrer Rezepte. Ihr Paprika Süsschen serviert sie übrigens auch in der Engelburg in Malbun.

Zutaten

- 1 Peperoni grün, klein geschnitten
- 1 Peperoni gelb, klein geschnitten
- 1 Peperoni rot, klein geschnitten
- 1 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel, klein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1/2 Peperoncino, fein gehackt
- 1-2 Kartoffeln, klein gewürfelt
- 1 dl Weisswein
- 5 dl Gemüsebouillon
- 1 Lorbeerblatt
- 1 EL grobe Petersilie
- 2-3 dl Rahm (Sahne)
- Salz und Pfeffer

Hilfsmittel

- Pürierstab

Zubereitung

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch und Peperoncino im Olivenöl andünsten und anschliessend die geschnittenen Peperoni und Kartoffeln hinzufügen und mitdünsten. Das ganze mit Weisswein und der Gemüsebouillon ablöschen und das Lorbeerblatt hinzufügen. Zugedeckt in der Pfanne köcheln lassen bis die Zutaten weich sind. Danach das Lorbeerblatt entfernen und die Suppe mit dem Pürierstab pürieren. Den Rahm dazugeben und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Voilà, das Paprika Süsschen ist fertig.

Beim Servieren kann je nach Wunsch noch etwas Petersilie und geschlagener Rahm dazugegeben werden.

Än Guata!



Teeringli: Ein altes Familienrezept

Egal ob Spitzbuben, Makronen oder etwas Schokoladiges, backen gehört zur Weihnachtszeit. Dieses alte, etwas weniger bekannte Rezept hilft auch Weihnachtsmuffeln dabei, die besinnliche Stimmung zu genießen.

Zutaten

- 200 g Zucker
- 2 kleine Eier
- 300 g Mehl
- 60 g geschälte, geriebene Mandeln
- ½ Päckchen (8g) Backpulver
- 2 Prisen Salz
- Schale von 1/2 Zitrone
- 125 g kalte Butter
- 1 Eigelb mit 1 Teelöffel Wasser mischen zum Bestreichen
- Mischung aus 30g Zucker und 40g geschälten, geriebenen Mandeln zum Bestreuen

Hilfsmittel

- Teighölzer 5 mm
- Nudelholz
- Backpapier
- Form zum Ausstechen von Ringen

Zubereitung

Zucker und Eier mit dem Mixer schaumig rühren bis die Masse hell ist. Mehl, Mandeln, Salz, Backpulver und Zitronenschale mischen und Butterflöckli hineinreiben, Zucker – Eiermischung zugeben und rasch zu einem weichen Teig zusammenfügen. Danach den Teig in Folie einwickeln und mindestens eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Den kühlen Teig zwischen zwei Blättern Backpapier (alternativ mit etwas Mehl) 5 mm dick ausrollen. Kleine Ringe ausstechen und nicht zu nahe auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Die Ringe mit der Eigelb/Wasser Mischung bestreichen und die Zucker/Mandel-Mischung darüberstreuen.

Die backfertigen Teeringli nochmals mindestens 10 Minuten kühlstellen. Den Backofen auf 180°C vorheizen und die kühlen Ringli während 10 – 12 Minuten ganz hellgelb backen.

Gutes Gelingen.



Sulzbraten nach Triesenberger Art

Alle Jahre wieder gibt es an den Triesenberger Wochen urchige, bekannte Liechtensteiner Gerichte, wie den Sulzbraten. Wie man diesen zubereitet, verrät uns Jürgen Gassner, Inhaber und Chefkoch vom Restaurant Edelweiss in Triesenberg.

Zutaten für 4 Personen

- 800g eingesalzter Schweinehals, mariniert mit Salz, Pfeffer und Knoblauch
- 1 Liter Kalbsfond
- 200 ml Weisswein
- ½ Knoblauch
- ¼ Lauch
- 1 kleine Karotte
- ¼ Sellerie
- 1 Zwiebel
- Frischer Rosmarin
- Maizena zum Abbinden

Zubereitung Fleisch

Das Fleisch würzen und im Kombisteamer mit Dampf und Heissluft bei 150 C° für ca. 1 ½ - 2 Stunden garen. Unterhalb des Bratens eine Schale platzieren, damit der Fleischsaft aufgefangen werden kann.

Jürgen Gassner verrät noch einen zusätzlichen Tipp: Er kauft seinen eingesalzten Schweinehals bei der Metzgerei Wendelin Schädler in Triesenberg.

Sauce

Das Gemüse klein schneiden und in wenig Öl anziehen lassen, anschliessend mit Weisswein ablöschen. Das ganze ca. 10 min köcheln lassen und das Kalbsfonds, den Fleischsaft und Rosmarin begeben und um die Hälfte einreduzieren. Wenn nötig mit Maizena abbinden und abschmecken, Sauce durch ein Sieb giessen und den warmen Braten damit nappieren.

Anrichten

Den Braten wie auf dem Foto arrangieren und mit Rotkraut, Gemüse und Kartoffelstock servieren. "En Guata" aus der Walsergemeinde Triesenberg wünscht das Restaurant Edelweiss in Triesenberg, Jürgen Gassner.



Vögli' s Steinpilz-Ravioli mit Rehrücken

Der Chefkoch vom Restaurant Vögli im Malbuner Alpenhotel Karlheinz Vögli verrät uns eines seiner Lieblings Rezepte für die Herbstsaison.

Zutaten für 4 Personen

- **Ravioliteig**
 - 300 g Mehl
 - 3 Eier
 - 3 EL Olivenöl
- **Füllung**
 - 2 EL Olivenöl
 - 2 Schalotten fein gehackt
 - 300 g Steinpilze frisch
 - 300 g Champignons frisch
 - 150 g Mascarpone
 - 2 Eier
 - 80 g Alpkäse gerieben
 - 20 g Petersilie
 - evtl. etwas Parmesan
- **600 g Rehrücken (150 g pro Person)**
- **Hilfsmittel**
 - Pasta- oder Nudelmaschine oder Wallhol
 - Zick-Zack Roller
 - 2 Eigelb
 - 20 g Weisswein
 - Mehl
 - Salbeiblätter
 - 20 g Alpkäse gehobelt

Zubereitung

Als erstes wird der Ravioliteig zubereitet. Alle Zutaten gut mit einander vermischen, Karlheinz Vögli empfiehlt den Teig in Klarsichtfolie einzupacken und einen halben Tag ruhen zu lassen.

Für die Füllung die frischen Pilze rüsten, waschen, kleinschneiden und mit den gehackten Schalotten zusammen in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl heiss anbraten. Gut abtropfen und auskühlen lassen. Die Petersilie hacken, mit allen Zutaten vermischen und mit den Gewürzen gut abschmecken. Je nach Geschmack kann noch Parmesan in die Füllung geben werden. Die Masse danach kühlstellen, da sie zum füllen der Ravioli kalt sein muss.

Für die Herstellung der Ravioli empfiehlt sich eine Italienische Nudelmaschine mit Hand- oder Elektroantrieb. Alternativ kann der Teig mit dem Wallholz ausgewallt werden. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben. Den Teig in mehreren Durchgängen sehr dünn ausrollen und danach mit einem Messer in Rechtecke (doppelt so gross, wie die Ravioli zum Schluss sein sollen) schneiden. Die Füllung als kleines Bällchen auf dem Teig platzieren. Mit Eigelb den Teig neben der Füllung vollflächig bestreichen und die Ravioli kompakt falten, damit keine Luftblasen entstehen (Empfehlung: zuerst ein Model machen). Bei Bedarf die Ravioli auf die gewünschte Grösse zuschneiden und mit einem Zick zack-Roller die Kanten versiegeln (alternativ gut mit den Fingern andrücken). Die fertigen Ravioli auf beiden Seiten mit Mehl bestäuben. Die Ravioli in viel heissem (nicht kochendem) Salzwasser etwa 2-3 min ziehen lassen. Abtropfen lassen und in aufschäumender Butter mit frischem Salbai kurz schwenken und mit wenig Weisswein ablöschen.



L I E C H T E N S T E I N

Den Ofen auf 150° C vorheizen. Den Rehrücken mit Salz und Pfeffer würzen und rundherum kurz und heiss anbraten. Danach den Rehrücken für 10 Minuten im Ofen ziehen lassen, bis das Fleisch innen schön rosa ist. Das Fleisch in 1 cm dünne Tranchen schneiden. Die Ravioli auf einen Teller anrichten und mit der aufgeschäumten Butter beträufeln und mit frisch gehobeltem Alpkäse bestreuen. Anschliessend den Rehrücken auf den Ravioli garnieren.

Guten Appetit.



Salzburger Nockerl aus dem Fürstentum Liechtenstein

Geniessen Sie die Liechtensteiner Variante der süssen Verführung nach dem Rezept des Hotel Restaurants Schaanerhof.

Zutaten

- 10 Eiklar
- 1 Prise Salz
- 6 EL Zucker
- 6 Eidotter, verquirlt
- 6 EL Mehl
- Etwas Butter für die Auflaufform
- Preiselbeeren / Himbeeren zum belegen der Auflaufform
- Staubzucker zum Garnieren

Zubereitung

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Eiklar mit einer Prise Salz steif schlagen. Den Zucker nach und nach hinzugeben und alles zu einem cremigem Eischnee schlagen. Danach die verquirlten Dotter und das gesiebte Mehl vorsichtig unterheben.

Die Auflaufform gut ausbuttern und mit Preiselbeeren/Himbeeren belegten. Die Masse in drei grosse Nocken aufteilen und in die Form füllen. Die Form auf mittlerer Stufe in den auf 200°C vorgeheizten Backofen geben und ca. 12 Minuten backen. Den Ofen dabei nicht öffnen.

Die fertigen Nockerl aus dem Ofen holen und mit Staubzucker bestreuen. Sofort servieren.

Tipp: Überzählige Eidotter mit einer Prise Salz vermischt sind im Tiefkühler für 3 Monate haltbar.



Hausgemachter Kaiserschmarrn

Julia und Isabelle Fitz, die neuen Inhaberinnen vom Walserhof in Malbun, verraten uns ihr Kaiserschmarrn Rezept. Dazu brauchen wir:

Zutaten

- 200 ml Milch
- 120 g Mehl
- 1 Prise Salz
- 1 El Saure Sahne
- 4 Eiweiß
- 80 g Zucker
- 4 Eigelb
- 2 Eier
- 50 g Butterschmalz
- 15 g Rosinen
- 50 g Butterflocken

Zubereitung

In einer Schüssel die Milch und das Mehl miteinander verrühren und das Salz dazugeben. Die zwei Eier und vier Eidotter unter mischen. In einer separaten Schüssel das Eiweiss mit dem Zucker schaumig schlagen und der Milch / Mehl / Salz Mischung unterziehen.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen und anschliessend den Teig reinfliessen lassen. Die Teigmasse in vier Teile schneiden, umdrehen und bei 180° in den Backofen schieben. Wenn der Teig aufgegangen ist, ihn aus dem Backofen nehmen, in kleine Stücke zerreißen, etwas Butter dazu und fertig ist der Kaiserschmarrn.

Zu guter Letzt noch etwas Puderzucker darüber streuen und mit frischen Beeren, Minze, Preiselbeeren, Zwetschgenröster, Apfelmus oder Kompott anrichten.



Sommerdrink „Erdbeer-Minz-Margarita“

Barkeeper Joe von der Nexus Bar in Vaduz stellt uns seinen Sommerdrink "Erdbeer-Minz Margarita" vor. Die rote, süsse Margarita ist immer ein Hingucker und eignet sich vorzüglich für gemütliche Sommerabende mit Freunden.

Zutaten

- 4cl Tequilla
- 2cl Zitronensaft
- 2cl Orangenlikör
- 8 Erdbeeren
- 4 Minzblätter
- je nach Süsse der Erdbeeren, eine Prise Zucker zwei Eisschaufeln Crasheis

Zubereitung

Alle Zutaten in den Standmixer geben, gut mixen und das Glas nach Wunsch dekorieren.

Dieses Rezept kann je nach Belieben mit anderen Früchten wie Ananas, Himbeeren, Mango etc. abgeändert werden.



Gebratene Tiger Gambas auf warmem Spargelduett mit geröstetem Knoblauchbrot

Alexander Ritter, Geschäftsführer des Restaurant B'eat in Schaan, stellt sein Rezept "Gebratene Tiger Gambas auf warmem Spargelduett mit geröstetem Knoblauchbrot" vor.

Zutaten für 4 Personen

- 400 g Weisser Spargel aus der Region
- 400g Grüner Spargel aus der Region
- 1 Knoblauchzehe frisch
- 50g Cherrytomaten
- 2 Teelöffel Zitronensaft
- 1 Teelöffel Olivenöl / Rapsöl
- 500g Tiger Gambas frisch
- 1 Stängel Thymian
- 200g Brot

Zubereitung

Einen grossen Topf mit 1/3 Wasser aufsetzen und aufkochen lassen. Mit Salz und Zucker kräftig würzen. In der Zwischenzeit den weissen Spargel schälen und ca. 2 cm vom hinteren Teil abschneiden. Weisser Spargel in das leicht kochende Wasser geben und auf kleiner Stufe nicht mehr kochen lassen. Vom grünen Spargel das untere Drittel schälen. Nach ca. 6-8 min, je nach Grösse des Spargels, aus dem Wasser nehmen und auskühlen lassen. Den selben Vorgang mit dem grünen Spargel wiederholen.

Sie nehmen nun ca. 0.2 l Spargelsud mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer gewürzt, geben ihn in eine Schüssel und rühren mit einem Schneebesen das Öl unter. Spargel in 3 cm Stücke schneiden und in die Vinaigrette geben. Cherrytomaten waschen und vierteln und ebenfalls in den Spargelsalat geben, je nach Bedarf abschmecken.

Die Tiger Gambas schälen und in einer heissen Pfanne auf beiden Seiten kräftig anbraten. Dann Knoblauch und Thymian dazu geben und vom Herd nehmen.

Brot in Scheiben schneiden und mit etwas Öl in einer Pfanne goldbraun rösten und klein gehackten Knoblauch begeben, mit Salz würzen.

Anrichten

Den Spargelsalat in der Teller Mitte anrichten, die Tiger Gambas sternförmig im äusseren Teil des Tellers anrichten und das Knoblauchbrot separat dazugeben.



Spargelgericht

Klaus Schatzmann, Inhaber und Chefkoch des Hotel Restaurant Schatzmann in Triesen, stellt uns sein Rezept für ein leckeres Spargelgericht vor. Wer sich lieber bekochen lässt, als sich selbst an den Herd zu stellen, kann sich im Restaurant Schatzmann verwöhnen lassen.

Zutaten

- 4 El. frischgekochte Morcheln mit Sud
- 8 Stk. grüne Spargeln – Tipps (kleine dünne Spargelspitzen)
- 8 Stk. weisse Spargeln - Tipps
- 8 Cherry Ramatto Tomaten
- Spargelespuma (siehe Grundrezept), Bärlauchschaum (siehe Bärlauchsüppchen) Basilikum, Kerbel, junger Knoblauch (geschält und kurz blanchiert)

Zubereitung

1. Die Spargeln schälen und den untersten Teil des Stieles abschneiden, in kochendem Wasser mit Salz und etwas Zucker „mit Biss“ kochen, herausnehmen und kalt abschrecken.
2. Im selben Kochwasser die Tomaten kurz blanchieren, kalt abschrecken und schälen. Die Tomaten in wenig Butter mit einem Hauch Knoblauch und etwas Salz und Zucker ganz kurz andämpfen.

Es wird angerichtet

Die Gläser mit je 1 El. Morchel füllen, darauf je 2 Tomätchen legen, die Spargeln hineinlegen. Unmittelbar vor dem Servieren das Spargelespuma und den Bärlauchschaum hineinschäumen und mit den Kräutern garnieren, eventuell einen Bärlauch-Croûton dazu servieren.

Variationsmöglichkeiten

Auf ähnliche Art lassen sich alle „4 Jahreszeiten im Glas“ zubereiten. Lassen Sie sich im Sommer inspirieren beispielsweise durch zarte „Primeurs“-Gemüse, Peperoni oder Ratatouille mit Tomatenespuma und Basilikumöl. Im Herbst durch Pilze mit pochiertem Wachtelei und Petersiliencreme. Im Winter mit Lauch, Trüffel und Kartoffelschaum. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.



Patta Negra Schweinsfilet mit Spargel Risotto, Bärlauchjus, sautierten Artischocken und Morcheln

Ein Rezept von Roger Nuss, Geschäftsführer und Chefkoch im Restaurant zur alten Eiche in Triesen

Zutaten für 4 Personen

- 500g Patta Negra Schweinsfilet oder normales Schweinsfilet, 8 Scheiben Serrano Schinken, Olivenöl, Rosmarin, Thymian, Knoblauch, ChiliBärlauchjus, 1dl kräftiger Rotwein, 2 dl braune Sauce, Bärlauch
- 4 weisse Spargeln, 4 grüne Spargeln
- 160g Risotto Reis, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, Weisswein, Spargelfond, Butter, Parmesan
- 1 EL Mehl, 2 EL Weisswein
- 8 kleine Artischocken, 50g Morcheln, 2 Knoblauch Zehen in Scheiben, 12 Cherry Tomaten

Zubereitung

Patta Negra Schweinsfilet im Serrano Schinken einwickeln. Im Olivenöl leicht anbraten, Kräutern, Knoblauch und Chili dazugeben und 12 Minuten in Ofen bei 120 Grad fertig garen, das Fleisch darf noch leicht rosa sein, warm stellen.

Rotwein einkochen und mit der Bratensauce auffüllen, feine Bärlauch streifen dazu geben und abschmecken.

Weisse Spargeln schälen, und in einem leichten Gemüsefond mit wenig Zucker bissfest garen und im Kalten Wasser abschrecken. Den Fond für den Risotto behalten.

Grüne Spargeln am unteren Ende schälen und im Salzwasser bissfest garen, und im Kalten Wasser abschrecken.

Von den kleinen Artischocken die äusseren Blättern entfernen, Vierteln und im Salzwasser mit Zitronensaft weich garen.

Die Spargeln in der der Hälfte durchschneiden, den unteren Teil in Stücke schneiden für den Risotto.

Schalotte und Knoblauch fein hacken, im Olivenöl andünsten, Risotto Reis mit dünsten, mit wenig Weisswein ablöschen und mit Spargelfond auffüllen bis der Risotto Reis bedeckt ist, langsam köcheln lassen und immer wieder rühren und mit Fond nach giessen bis der Reis noch einen leichten Biss hat, mit einer Butter Flocke und 1 EL Parmesan verfeinern, und die Spargel Stücke dazu geben.

Die Spargel Spitzen im Mehl wenden, aus dem Mehl und dem Weisswein ein flüssiger Teig herstellen, die Spargelspitzen durch ziehen und Frittieren.



L I E C H T E N S T E I N

Artischocken und Morcheln im Olivenöl sautieren, den Knoblauch und Cherry Tomaten dazugeben und abschmecken.



Krapfa“ (Berliner)

Passend zur Faschnachtszeit hat die Bäckerei Gassner ein „Krapfa“ (Berliner) Rezept verraten. Es ist ein Versuch wert, die Köstlichkeiten selbst herzustellen. Wer lieber gleich geniesst, erhält das runde Hefeteiggebäck bei Gassner in Schaan.

Zutaten

- 250g Mehl
- 20g Hefe
- 50g Zucker
- 1dl lauwarme Milch
- 20g weiche Butter
- 2 Eigelb
- 1 Prise Salz

Rapsöl zum Frittieren

Füllung: 200g Aprikosengelee

Zubereitung

Mehl in eine Schüssel geben. Hefe und etwas Zucker in der lauwarmen Milch auflösen. Zusammen mit dem Mehl zu einem Vorteig verrühren. Zugedeckt an einem warmen, zugfreien Ort aufgehen lassen. Butter, restlicher Zucker, Salz und Eigelb zum Mehl dazugeben. Alles zu einem Teig kneten. Teig ca. eine halbe Stunde aufgehen lassen.

Teig nochmals kneten und Kugeln formen. Diese um etwa das Doppelte aufgehen lassen.

Öl auf 160 Grad erhitzen. Die Kugeln portionenweise frittieren. Sobald sie auf einer Seite goldbraun sind wenden, und nochmals gleich lang backen. Aus der Pfanne nehmen, abtropfen und im Zucker wenden.

Das Aprikosengelee in einen Spritzsack geben und den Krapfen damit füllen.



Stroganoff

Ein Rezept von Karlheinz Vögeli aus dem Alpenhotel in Malbun

Zutaten (für 4 Personen):

- 600 g Rindsfilet Würfel
- 50 g kleine Speckstreifen
- 100 g Zwiebeln fein gehackt
- 200 g Peperoni streifen
- 100 g Champignons
- 40 g Senf
- 3 EL Paprika Edelsüss
- etwas Weisswein
- 2 dl Bratensauce
- 1 dl Rahm
- 4 TL Sambal Oleck

Zubereitung:

Rindsfilet Würfel schneiden (nicht zu gross) und anschliessend kurz in Öl kräftig anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. Die Pfanne mit ein bisschen Butter, Zwiebeln und Speck schön anziehen. Danach Peperoni und Champignons dazu geben und ca. 3 Minuten anschwitzen. Anschliessend mit Paprikapulver, Senf und Sambal würzen und mit Weisswein ablöschen. Bratensauce und Rahm dazu geben und kurz einkochen. Zum Schluss die Rindsfilet Würfeln kurz mitschwenken und anrichten. Als Beilagen eignen sich Spätzli oder Nudeln.



Crevettencurry mit Ananas

Ein Rezept von Jürgen Gassner aus dem Restaurant Edelweiss in Triesenberg

Zutaten (für 4 Personen):

- 600 gr. rohe Riesengarnelen, geschält
- 1 Babyananas

Sauce:

- 250 ml. Kokosnussmilch
- 40 gr. Thai-Choice Paste Red Curry
- 1 EL Thai-Choice Fischsauce
- 1 EL Palmzucker
- 1 TL Tamarindenpaste
- Roter Chili, in Streifen geschnitten
- Thai-Basilikum

Zubereitung:

Sauce:

Kokosnussmilch mit Currypaste, Fischsauce, Palmzucker und Tamarindenpaste unter Rühren einmal aufkochen und von der Herdplatte ziehen. Garnelen mit Haushaltspapier trocken tupfen. Die Schale der Ananas wegschneiden. Erst in Scheiben, dann in Würfel schneiden. Sauce nochmals erhitzen. Garnelen und Ananas beifügen und kurz ziehen lassen.

Anrichten:

Crevettencurry in vorgewärmte Schalen verteilen. Mit Chili und Thai-Basilikum garnieren.



Liechtensteiner Käsepressknödel á la Philipp mit geschmolzenen Zwiebel, zerlassener Alpbutter und Hartkäsespäne

Ein Rezept vom Küchenchef Philipp Reisner vom fam Hotel Gorfion in Malbun

Zutaten:

- 1 kleine Zwiebel (Biobauernhof Frick)
- 200 ml Milch (Pradamee)
- 50 ml Sahne (Pradamee)
- Semmelwürfel von 4 Semmeln
- 2 Eier (Biobauernhof Frick)
- 220 g geriebener Alpkäse (Pradamee und Sücka)
- Salz Pfeffer, Muskatnuss und Majoran
- Butterschmalz zum ausbacken

Garnitur:

- 120 g Butter (Pradamee)
- 1 kl. Zwiebel (Biobauernhof Frick)
- 120 g Hartkäse (Bangshof in Ruggell)
- Fein geschnittener Schnittlauch (eigener Garten)
- Fein gehackte Petersilie (eigener Garten)

Zubereitung:

- 2 Tage alte Semmel in Würfel schneiden.
- Zwiebel fein schneiden und in Butter kurz anschwitzen, vom Feuer geben und mit Milch und Sahne ablöschen.
- Den lauwarmen Sahne-Milch-Zwiebel-Fond mit Salz, Pfeffer, Musaknuss und Majoran würzen.
- Eier in der Masse versprudeln.
- Semmelwürfel und Pradamee-Sücka-Käsemischung vermischen.
- Den Sahne-Milch-Zwiebel-Eier-Fond darüber giessen.
- Petersilie und Schnittlauch für die Farbe hinzugeben und alles gut vermengen.
- Etwa 15 min. rasten lassen, danach kleine Knödel drehen, die etwas flach gedrückt werden.
- Butterschmalz in der Pfanne erhitzen und die Pressknödel gold-gelb ausbacken.

Garnitur:

Butter und Zwiebel so lange erhitzen bis die Zwiebel eine gold-gelbe Farbe bekommt. Gemisch beim Anrichten über die Käsepressknödel verteilen und zum Schluss die Hartkäsespäne darüber geben und mit Schnittlauch bestreuen.



Dreierlei Schaumsüppen mit dazu passenden Süßwasserfischen

Ein Rezept vom Gault Millau Koch Hubertus Real vom Park Hotel Sonnenhof in Vaduz

Zutaten:

- 4dl Randensuppe: 100g Rande, 3 dl Gemüsebouillon, 20g Rahm, Salz/ Pfeffer
- 4dl Petersiliensuppe: 3 dl Gemüsebouillon, 1 dl Rahm und Petersilie
- 4dl Kürbissuppe: 2 dl Gemüsebouillon, 100g Kürbis, 100g Rahm
- Geräucherte Lachsforelle, Aal, gebratener Zander je 40g

Zubereitung:

Für alle Gemüsesuppen die Zutaten in einen Mixbecher geben und ganz fein pürieren. Abschmecken und leicht wärmen. Den Zander kross braten und mit den Gemüsepürees ausgarnieren.

Kartoffelravioli mit grünem Spargel

Von Heiko Krüger vom Hotel Restaurant Meierhof in Triesen

Zutaten:

- 1kg Kartoffeln
- 2 dl geschlagener Rahm
- Salz und Muskat

Zubereitung:

Kartoffeln weich kochen und durch ein Sieb pressen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den geschlagenen Rahm, unter die Kartoffelmasse heben. Masse warm stellen.

Ravioliteig

Zutaten:

- 600 gr Mehl
- 12 Stk Eigelb
- 4 Stk Vollei
- 15 gr Salz
- 3cl Olivenöl

Zubereitung:



Das Mehl auf die Arbeitsfläche geben und in der Mitte ein Mulde schaffen, die Eier und das Eigelb hinein geben, Salz und Öl hinzufügen. Nun werden die Zutaten mit Hilfe einer Gabel vermischt und dabei immer ein bisschen vom Mehl mit eingearbeitet. Hat die Masse eine knetbare Konsistenz erreicht, kann mit den Händen auf der bemehlten Arbeitsfläche weitergearbeitet werden. Der Teig sollte so lange geknetet werden, bis er elastisch ist, eine glänzende Oberfläche hat und nicht mehr klebt (ca. 10 min). Den Teig in Klarsichtfolie packen und eine Stunde ruhen lassen. Mehl auf die Arbeitsfläche streuen und das Stück Teig so dünn wie möglich ausrollen (mit einer Pastamaschine wird das natürlich einfacher). Nun den dünnen Teig in Quadrate oder Rechtecke schneiden. Auf einer Quadrathälfte einen TL Kartoffelfüllung häufeln. Ein anderes Quadrat darüberklappen und mit den Gabelzinken die Ränder der Teigtaschen zusammendrücken.

Ravioli in siedendes Wasser geben und etwa 5 Minuten köcheln lassen.

Spargel und Schaum

Vom grünen Spargel die untersten 5 cm abschneiden. Den Spargel im siedenden Wasser bissfest kochen und in 4-5 cm lange Stücke schneiden. Einen Teil des Spargelwassers mit etwas kalter Butter aufmixen.



Spargelsalat an Passionsfrucht-Dressing für 4 Personen

Von Damian Beck vom Gasthaus zum Löwen in Bendern

Zutaten

- 8 grüne Spargeln
- 8 weisse Spargeln
- 12 Jacobsmuscheln
- Salatblätter

Marinade:

- 6 El. Olivenöl
- 1 El. Zucker
- 2 Passionsfrüchte halbiert und ausgehöhlt
- 2 El. Weissweinessig
- 1 Prise Cayennepeffer

Alles zusammen gut verrühren.

Zubereitung

Spargeln bissfest in Salzwasser mit einer Prise Zucker kochen. Spargeln schälen, in Stücke schneiden und mit der Sauce marinieren. Jacobsmuscheln in heissem Olivenöl kurz anbraten und auf dem Spargel-Blattsalat anrichten.



Bärlauch-Ziegenkäse Ravioli für 4 Personen

Nach Rezept von Ehepaar Katrin und Roger Nuss vom Restaurant „Zur Alten Eiche“ in Triesen

Zutaten

Teig:

450 g Weismehl, 50 g Griess, 4 Eier, 1 Eigelb, 20g Bärlauchblätter (gewaschen, trocken getupft, ohne Stiele), 1 Ei Olivenöl, Salz, 1 Ei zum Bestreichen

Bärlauch Pesto:

200 g Bärlauch (fein geschnitten), Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Ei Pinienkerne (geröstet), 6 Ei Parmesan (gerieben), 1 dl kaltgepresstes Olivenöl

Füllung:

200 g Ziegen-Frischkäse (Chavroux), 2 Eigelb, 20 g Parmesan (gerieben), 1 Ei Bärlauch Pesto

Zubereitung

Teig:

Die Bärlauchblätter mit den Eiern, Olivenöl mixen und mit dem Mehl und Griess zu einem glatten Teig verarbeiten. Bei Bedarf während der Verarbeitung einen Esslöffel Wasser hinzufügen. Den Teig in Klarsichtfolie wickeln, circa eine Stunde ruhen lassen.

Bärlauch Pesto:

Die Pinienkerne hacken, in einen Mörser geben, die Hälfte des Olivenöls und den Bärlauch hinzugeben und pürieren, den Käse und das restliche Olivenöl hinzugeben und weiter verarbeiten. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ravioli Füllung:

Ziegenkäse, Eigelb, Parmesan und Bärlauch Pesto zu einer glatten Masse verrühren.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche sehr dünn auswahlen. Mit einem runden, gewellten Ausstecher, Durchmesser zirka 8 cm, Rondellen ausstechen. Die Rondellen mit dem Ei bestreichen, die Füllung in die Mitte dressieren und zuklappen. Die Teigländer um die Füllung gut andrücken und die Luft hinauspressen. Die Ravioli in sanft kochendem Salzwasser zirka 3 Minuten al dente ziehen lassen, anschliessend herausnehmen und kurz im Butter Schwenken.

Anrichten (Tipp)

Die Ravioli auf den vorgewärmten Tellern anrichten. Das Gericht kann je nach Wunsch zum Beispiel mit Lachs, Spargel-Artischocken-Gemüse und Bärlauch Knospen garniert werden. Vollständiges Rezept auf Anfrage möglich.



Osterkuchen

Nach dem Kinderglauben bringt der Osterhase die Ostereier und die Mutter backt den Osterkuchen. Ein schöner Brauch, der sich alle Jahre zum Osterfest wiederholt. Wir wünschen viel Freude!

Zutaten

6 dl Milch, 2 Prisen Salz, 60g Griess, 50g Butter, 3 EL Zucker, 50g geschälte, gemahlene Mandeln, 50g Sultaninen, 500g gekaufter Mürbteig, 3 Eigelb, 3 Eiklar und 1 Prise Salz

Zubereitung

Milch und Salz aufkochen. Griess einrühren und zirka 20 Minuten garen. Butter, Zucker, Mandeln und Sultaninen dazugeben. Auskühlen lassen. Mürbteig auswallen und damit ein Wähenblech belegen. Eigelb unter leicht ausgekühlten Brei mischen. Eiklar mit der Prise Salz sehr steif schlagen und unter die Masse ziehen. Diese auf den Teigboden verteilen. Bei 200 Grad zirka 30 Minuten backen.

Mohr im Hemd

Nach Rezept von Klaus Schatzmann, Hotel Restaurant Schatzmann in Triesen

Zutaten

- 100 gr. Butter
- 50 gr. Staubzucker
- 6 Eigelb
- 100 gr. zartbittere Schokolade, geschmolzen
- 100 gr. geriebene Mandeln
- 60 gr. Schokobisquitbrösel, gut getrocknet
- ½ Kl. Backpulver
- 1 El. Weissmehl
- 6 Eiweiss
- 50 gr. Staubzucker
- 1 Prise Salz

Zubereitung

- 100 gr. Butter mit 50 gr. Staubzucker schaumig schlagen, Eigelbe und Schokolade einrühren.
- Das Eiweiss mit dem Staubzucker zu festem Schaum schlagen.
- Die Butter-Eigelbmasse mit (den zuvor vermengten Mandeln, Schokobröseln, Backpulver und Weissmehl) leicht vermengen und die geschlagene Eiweiss-Zuckermasse unterheben.
- In eine gut ausgebutterte und mit Zucker ausgestreute Backform (oder Trennbackförmchen) füllen und im Backofen im Wasserbad bei 170°C ca. 15 Minuten backen.

Serviervorschlag

Aus den Förmchen stürzen und auf einem Teller mit halbgeschlagenem Rahm, Schokoladesauce und Vanilleglacé oder Kokos-Sorbet servieren.



Glühmost

Zutaten für 1 Liter Glühmost:

- 1 Liter saurer Most
- Je ½ Zitrone, Orange, Apfel (in Scheiben geschnitten)
- 2-3 Nelken
- 2-3 Zimtstengel
- 2-3 Zwiebelringe (vorsichtig dosieren)
- Kandiszucker

Zubereitung:

Zirka ein Drittel der gesamten Mostmenge in eine Pfanne geben, Zitronen-, Orangen- und Apfelschnitze sowie Zwiebelringe, Zimtstangen und Nelken hinzugeben, alles erhitzen und gut aufkochen. Nach und nach Kandiszucker beifügen, je nach gewünschter Süsse. Den Sud richtig ziehen lassen. Den restlichen Most begeben und alles nochmals 15-20 Minuten köcheln lassen. Anschliessend die Zutaten absieben und servieren. Auf Wunsch mit einem Zitronen- oder Orangenschnitz garnieren. Prost!



Chruudspätzli für 4 Personen

Nach Rezept des Cafes Guflina in Triesenberg

Zutaten und Zubereitung

- 500 g Rohes Sauerkraut
- 1 dl Weisswein
- 1dl Boullion
- Wacholderbeeren, Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer
- 100 g geräucherter Speck
- 300g Knöpfli­masse
- Garniture

Sauerkraut mit Weisswein und Bouillon aufkochen. Speck und Gewürze dazu geben und ca. 2 Stunden langsam gar kochen. Speck in Würfel schneiden und mit dem Sauerkraut in einer Pfanne anbraten. Die Knöpfli­masse im heissen Salzwasser kochen und anschliessend gut abtropfen lassen dann ebenfalls anbraten. Am Schluss alles auf einen Teller anrichten und mit gehackter Petersilie und Cherry- Tomate ausgarnieren.



Rehfilet an Heidelbeersauce mit Rosenkohlfan und Spätzle

Nach Rezept von Damian Beck, Gasthaus zum Löwen in Bendern

Zutaten und Zubereitung

Rehfilet rosa braten und warm stellen. Für die Sauce Wildfond mit Heidelbeeren einreduzieren und mit dem Pürierstab kalte Butterflocken untermixen. Für den Rosenkohlfan den Rosenkohl weich dämpfen und mit Sahne pürieren. Gleich viel Eier untermixen. Kräftig würzen. In ausgebutterten Timbal-Formen im Ofen garen, bis die Masse fest ist.

Blattsalat mit Garnelen und Jakobsmuscheln an Paprika-Chutney

Nach Rezept von Damian Beck, Gasthaus zum Löwen in Bendern

Zutaten und Zubereitung

Jakobsmuscheln und Riesengarnelen mit Salz und Pfeffer würzen. In heissem Olivenöl kurz anbraten. Auf dem Blattsalat anrichten und das Chutney darüber verteilen.

Chutney

3-farbige Paprikas in kleine Rauten schneiden. Mit Frühlingszwiebeln, Knoblauch und Zucker in Olivenöl kurz garen, mit Essig ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Erkalten lassen.

Pikante Käsestangen

Zutaten (für ca. 80 Stück):

- 100 g Mehl
- 60 g Parmesan
- 60 g Emmentaler
- 6 EL Sauerrahm
- Salz, Paprika edelsüss
- 60 g Butter
- Eigelb zum Bestreichen

Zubereitung:

Käse reiben, Mürbeteig mit Käse herstellen, Teig ½ cm dick auswallen, 1 x 12 cm lange Streifen schneiden, spiralförmig drehen, mit Eigelb bestreichen, bei 220 Grad 10 Minuten backen.



Nudeln in leichter, sämiger Thunfisch-Tomaten-Käse Sauce

Zutaten für 2 Portionen:

- 1 Dose Thunfisch in Wasser
- 1 grosse Zwiebel, gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 4 EL Tomaten (Pizzatomaten), bis ca. 1 Dose, oder frische Tomatenwürfel
- 4 EL Schmelzkäse (light 10%)
- 2 EL Saure Sahne
- Etwas Gemüsebrühe, instant (Pulver)
- Viel Basilikum, frisch oder getrocknet
- 200g Nudeln
- Salz, Pfeffer, etwas Zucker
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL Öl

Zubereitung:

Nudeln bissfest kochen. Die Zwiebel in Öl glasig braten, Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten, etwas Zucker dazugeben, dann Knoblauch und die gehackten Tomaten (keine passierten, es sollen Stückchen sein). Etwas Gemüsebrühe angiessen, einen Deckel auflegen und die Sauce kurz köcheln lassen. Den Thunfisch dazugeben, gerne auch mit dem Wasser, in der Sauce erhitzen. Schmelzkäse, saure Sahne und Basilikum in die Sauce rühren und mit schwarzem Pfeffer abschmecken, bei Bedarf auch etwas salzen.



Spargel mit Meerrettich-Schaum und Räucherlachs

Spargel mit Meerrettich-Schaum, Räucherlachs und Kartoffelpuffern von Mario Mayer, Gasthaus zum Hirschen in Mauren

Zutaten für 4 Personen:

- 700 g grüner Spargel
- 700 g weisser Spargel
- 600 g Frühkartoffeln
- 600 g Räucherlachs
- Frischer Meerrettich
- 0.2 l Rahm
- 0.2 l Rinderkraftbrühe
- 0.2 l Weisswein
- 1 Löffel Butter
- 1 Löffel Mehl
- Pfeffer
- Salz
- Zitronensaft einer ganzen Zitrone
- Öl zum Braten

Zubereitung:

Kartoffeln schälen und durch Rösti-Raffel reiben. Mit Salz und Pfeffer würzen und im heissen Öl anbraten. Spargel schälen und kochen. Dem Wasser etwas Salz, Zucker und Weisswein, sowie den Zitronensaft zugeben. Für den Meerrettich-Schaum einen Löffel Butter erhitzen. 1 Löffel Mehl und den frischen Meerrettich dazu geben und mit der Rinderkraftbrühe und der Sahen aufkochen. Weisswein dazu geben und mit Pfeffer und Salz würzen. Räucherlachs-Scheiben zu Röschen formen und zusammen mit dem Spargel, den Kartoffelpuffern und dem Meerrettich-Schaum anrichten. Mit Petersilie und Aceto Balsamico garnieren.



Roastbeef Sunbeam im Grill zubereitet

Roastbeef Sunbeam im Grill zubereitet von Peter Büchel, Restaurant Riet in Balzers.

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Roastbeef
Salz und Pfeffer aus der Mühle
4 EL mittelscharfer Senf
2 EL geschrotete schwarze Pfefferkörner
2 Knoblauchzehen
1 TL Salz
100 gr. Sonnenblumenkerne

Für den Dip

100 gr. Sonnenblumenkerne
2 Bund Basilikum
Saft von 1 Zitrone
2 EL Aceto Balsamico
2 EL Olivenöl
1 Prise Zucker

Zubereitung:

- Das küchenfertige Roastbeef unter fliessendem Wasser abwaschen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
- Den Senf mit den geschroteten Pfefferkörnern, den mit Salz zerriebenen Knoblauchzehen und den gehackten Sonnenblumenkernen vermischen und das Roastbeef damit einstreichen.
- Das Roastbeef auf einen Spiess stecken und auf dem Grill garen. Zuerst 220 Grad ca. 15 Minuten, dann retour stellen auf 80 Grad, bis die Kerntemperatur 45 Grad hat.
- Für den Dip die Sonnenblumenkerne ganz oder gehackt in eine Schüssel geben.
- Basilikum waschen, hacken, mit Zitronensaft, dem Aceto balsamico und dem Olivenöl unter die Sonnenblumenkerne rühren.
- Den Dip mit Salz, Pfeffer und Zucker kräftig würzen.
- Das Roastbeef Sunbeam in Scheiben schneiden, anrichten, ausgarnieren und mit dem Sonnenblumen-Dip servieren.



Spargelsalat mit Crevetten (oder Pulpo) und Parma Schinken

Spargelsalat mit Crevetten (oder Pulpo) und Parma Schinken von Rolf Berger, Restaurant Torkel in Vaduz

Zutaten:

- 12 Crevetten (oder Pulpo)
- 12 Spargeln gekocht
- 4 EL Gemüsebrunoise gekocht
- 1 EL Balsamico
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Erdnussöl
- 120 Gr. Rohschinken in Streifen geschnitten

Zubereitung:

Sauce: Den Essig mit Salz, Pfeffer und den beiden Oelen vermischen. Die Gemüsebrünoise darunter geben Crevetten (oder Pulpo) würzen und braten.

Die gekochten, aber noch warmen Spargeln, in 1 cm lange Stücke schneiden, mit der Sauce vermischen und auf den Teller anrichten. Die gebratenen Crevetten oder der Pulpo darauf setzen und die Schinkenstreifen darüber streuen.



Käseknöpfli mit saurem Käse

Vom Wirtepaar Miriam und Othmar Öhri-Biedermann, Wirtschaft zum Löwen in Schellenberg

Zutaten für 8 Personen:

600g Mehl, 8 Eier, 1dl frisches Wasser, 1 Prise Pfeffer, 1 Prise Muskat und 1 Prise Salz

Zubereitung:

Zutaten in eine Schüssel geben und einen Teig herstellen. Ca. 10-20 Minuten ruhen lassen. Dann wird der Teig durch den Knöpflihobel ins kochende Salzwasser (2 gehäufte TL Salz) getrieben. Die Knöpfli gut aufwallen lassen, zusammen mit Appenzeller (gerieben) und Sauerkäse (gerieben) in eine Schüssel geben und gut mischen. Zwiebelringe in Butter goldgelb rösten und auf das Gericht geben und servieren. Dazu reicht man Blattsalat, Kartoffelsalat oder Apfelmus. Tipp: Sollten die Käseknöpfli zu trocken sein, etwas Brühwasser dazugeben, bevor sie mit dem Käse vermischt werden.

Kalbsrahmgulasch mit Sauerrahmspätzle

Von Küchenchef Christian Helmreich, Restaurant Engel, Vaduz

Zutaten für 4 Personen:

- 750 g Kalbsbäckli
- 3 grosse Zwiebeln
- 1 rote Paprikaschote
- 1 El Paprikapulver
- 1El Tomatenmark
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Lorbeerblätter
- 1 El Zeste von der Zitrone
- ¼ l Weisswein
- 500 ml Kalbsfond
- 200 ml Sahne

Sauerrahmspätzle:

- 500 g Spätzlemehl
- 4 Eier
- 200 g Sauerrahm
- 1 ½ TL Salz

Zubereitung:

Kalbfleisch in 3–4 cm grosse Würfel schneiden, Zwiebel, Knoblauch und Paprika grob würfeln. Zwiebel in Öl goldbraun anrösten. Paprika, Kalbfleisch zufügen und kurz mit anrösten. Paprikapulver und Tomatenmark einrühren und mit Weisswein ablöschen restliche Zutaten zugeben. Mit Kalbsfond aufgiessen. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf kleiner Hitze 30–40 Min leicht köcheln lassen. Das weichgekochte Fleisch aus dem Sud nehmen. Sud mixen und Sahne dazu geben. Evtl. mit Mehlbutter binden.



L I E C H T E N S T E I N

Sauerrahmspätzle:

Eier, Sauerrahm und Salz verrühren. Mehl dazugeben und zu einem glatten Teig vermischen. Wenn nötig etwas Milch dazugeben. Teig durch ein Spätzlesieb in kochendes Salzwasser streichen. Nach 2-3 min herausnehmen, und im kalten Wasser abschrecken. Spätzle im Butter schwenken und auf dem Teller mit dem Kalbsrahmgulasch anrichten.
Mit Sahnehaube und Schnittlauch garnieren.



Wildschweinrücken

Von Küchenchef Willi Breuss, Restaurant pur in Schaan

Zutaten:

- 2 ½ kg Wild - Schweinrücken
- 1 Karotte
- 1 Sellerie
- 1 Orange
- 2 Tomaten, sonnengetrocknet
- 1 Zwiebel
- 3 Schalotten
- 50 g Steinpilze getrocknete
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Stange/n Zimt
- 4 Anis (Sternanis)
- Salz und Pfeffer
- 3dl Kräftiger Rotwein
- 50 g Butter
- 2 EL Öl (Sonnenblumenöl)
- 3 EL Tomatenmark
- 4 Wacholderbeeren

Zubereitung:

Den Wildschweinrücken auslösen, die Knochen klein hacken und mit etwas Öl anbraten. Zwiebel, Sellerie und Karotten in kleine Würfel schneiden und mit rösten, Tomatenmark dazugeben und ebenfalls anrösten. Mit dem Rotwein anschließend ablöschen und mit Wasser überdecken. Lorbeerblatt, Wacholder und getrocknete Tomaten dazugeben und auf kleiner Hitze 1,5 Stunden köcheln lassen. Kleine Stücke der Orangenschale, 2 Sternanis und 1 Zimtstange dazugeben und eine weitere Stunde köcheln lassen. Danach durch ein Sieb gießen und den Fond auf ca. 700ml ein reduzieren. Die Steinpilze in lauwarmem Wasser einweichen.

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen und eine Bratpfanne mit etwas Butter erhitzen. 1 Sternanis und 1 Zimtstange kurz mit braten, dann herausnehmen. Leicht gesalzene und gepfefferte Rückenstücke mit grob geschnittener Charlotte kurz rund um anbraten, anschließend ca. 40 min. in die Backröhre schieben. Danach das Fleisch aus der Pfanne nehmen und 5 min. ruhen lassen. Die Steinpilze ausdrücken und mit klein geschnittener Charlotte in der Fleischpfanne anschwitzen, den Fond und etwas Wasser von den Pilzen aufgießen und leicht abbinden. Den Rücken in Fingerdicke Stücke schneiden und auf einem Saucenspiegel anrichten.

Dazu passt hervorragenden Rotkohl und Spätzle oder Knödel.



Rehpfeffer

Von Küchenchef Oliver Klotz, Restaurant FAGO in Eschen

Zutaten:

- 750 g (- 1000g) Rehschulter
- 200 g Mirepoix (Suppengemüse, - bestehend aus - Tellen Zwiebel, - Teil Möhren, - Teil Sellerie
- 2 Knoblauchzehen
- 2 l Rotwein
- ¼ l Obstessig
- 2 Lorbeerblätter
- 6 Nelken
- 8 Pimentkörner
- 1 TL Korianderkörner
- 10 Wacholderbeeren
- 1 Zweig frischer Thymian

Zubereitung:

Das Rehfleisch sorgfältig mit einem scharfen Messer enthäuten, waschen trocken tupfen und in Würfel schneiden, in ein Gefäss geben. Das Gemüse Putzen und kleinschneiden. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. 1 Liter Rotwein mit dem Obstessig, der Hälfte des Gemüses und mit allen Gewürzen einmal aufkochen und abkühlen lassen, dann über das Fleisch giessen. In dieser Beize das Fleisch an einem kühlen Ort oder im Kühlschrank bis zu 1 Woche liegen lassen. Die Beize abgiessen und auffangen, das Fleisch abtropfen lassen. Das dauert 2-3 Stunden, dass das Fleisch mit der Beize vollgesogen ist.

Öl in einer Pfanne stark erhitzen und das Fleisch darin scharf anbraten, dabei leicht salzen. Die Beize klären, das heisst bei geringer Hitze aufkochen und dann durch ein Tuch abgiessen. In einem Schmortopf Öl erhitzen und die 2.Hälfte des Suppengemüse darin anrösten. Das angebratene Fleisch dazugeben und unter Rühren noch mehr Farbe annehmen lassen. Dann mit ¼ l Rotwein aufgiessen, etwas geklärte Beize dazu giessen, die anderen Gewürze sowie das Paprikapulver dazugeben und das Ragout in etwa 60-70 Minuten weich schmoren.

Sobald es weich ist, das Fleisch stückweise mit der Fleischgabel herausnehmen, auf einen vorgewärmten Teller absieben. Auch das Schweineblut durch ein Sieb giessen. In die Sauce zum Kochen bringen und unter ständigem Rühren das Blut nach und nach schöpflöffelweise dazugeben, bis die Sauce glatt, glänzend und dicklich ist. Sie soll nicht mehr kochen. Mit dem Cognac, Portwein oder Sherry und eventuell noch etwas Essig abschmecken. Das Fleisch inzwischen in dem restlichen Rotwein heiss machen, dann erst Sauce geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wenn Sie kein Schweineblut bekommen können, verwenden Sie zum Binden der Sauce im Backofen gebräuntes Mehl oder Saucenlebkuchen. Dazu passt: Hausgemachte Spätzle



Stir-Fry-Poulet mit Basmati Reis

Von Clare u. Walter Risch, Restaurant Central, Schaan

Zutaten:

- 750 gr. Pouletbrust in Streifen geschnitten
- 2 Eiweiss
- 60 g Maizena
- 2 Zwiebeln
- 1 rote Papikaschote
- 200 g Broccoli
- 50g Cashewkerne geröstet

Zutaten Sauce:

- 2 EL Soja Sauce
- 2 EL Sherry
- 1 EL Austern Sauce

Zubereitung:

Pouletstreifen in leicht geschlagenem Eiweiss dünken und dann in Maizena drehen. Fleisch in grossen Wok mit heissem Oel ca. 3 Min. braten. Fleisch anschliessend mit Küchenpapier abtropfen. Geschnittene Zwiebeln, Paprikaschote und Broccoli 5 Min. in nicht zu heissem Wok unter ständigem Rühren braten. Fleisch dazugeben. Sauce einrühren (alle Saucen-Zutaten zusammen mischen), Cashewkerne daruntermischen. Ca. 1-2 Min. köcheln lassen. Mit Basmatireis servieren.



Carpaccio di polpo / Tintenfisch-Carpaccio

Vom Ristorante PerBacco in Triesen

Zutaten für 8 Personen:

1 kg Tintenfisch (polpo)
200 g Cherry-Tomaten
100 g Rucola
1 Stangensellerie
1 Karotte
1 Zwiebel
Olivenöl
1 Zitrone
"Alter" Balsamico-Essig
Salz, Pfeffer und Petersilie

Zubereitung

Den Tintenfisch in reichlich Salzwasser mit dem Stangensellerie, der Karotte und der Zwiebel etwa 1 Stunde "köcheln". Danach den Tintenfisch gut abtropfen lassen und fest in eine transparente Schutzfolie einwickeln. Abkühlen lassen und dann für mindestens 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Den Tintenfisch mit der Aufschnittmaschine (ca. 5 mm dünn) aufschneiden und auf einem Teller anrichten. Das Olivenöl mit dem Zitronensaft, Petersilie, Salz und Pfeffer mit einem Schwingbesen kräftig mischen. Die entstandene Creme auf das Tintenfisch-Carpaccio verteilen. Am Schluss mit dem Rucola und den geschnittenen Cherry-Tomaten garnieren und nochmals mit Olivenöl und Balsamico würzen.



Kartoffelsuppe

Von Küchenchefin Antonia Lana, Restaurant Alte Eiche, Triesen.

Zutaten für 10 Personen:

- 2 kg Kartoffeln
- 250 g Karotten
- 250 g Sellerie
- 250 g Lauch
- 250 g Zwiebel
- 50 g Butter
- 500 g Speckwürfeli
- viel Majoran
- Bouillon

Zubereitung:

Die Kartoffeln werden weich gekocht und zerstoßen.

Das Gemüse in Butter und Zwiebeln anbraten, alles gut anziehen und zusammen mit der Bouillon zu den Kartoffeln geben.

Abschmecken und geniessen, am besten mit Weissbrot und Würstchen.



Spätzlepfanne Au

Von Mandy Gramsch, Landgasthof Au, Vaduz, www.gasthof-au.li

Zutaten:

- 250 g Knöpflemehl
- 3 Eier
- 3 Schweinemedallions à 50 g
- 180 g frische Champignons
- ca. 2 dl Rahm
- Muskat
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung Spätzle:

- Teig mit Zutaten gut verrühren
- Durch ein Spätzlesieb ins kochende Wasser geben
- Aufkochen lassen
- Zum Abschrecken in Eiswasser geben
- Absieben
- Spätzle in Butter schwenken

Zubereitung Fleisch in Champignonrahmsauce:

- 3 Schweinefiletmedaillon salzen und pfeffern
- In Butterschmalz anbraten
- Zwiebelwürfel und frische Champignon dazugeben
- Mit Cognac (oder Weinbrand) ablöschen
- Rahm, frisch geschnittenes Peterli und Schnittlauch dazugeben
- Kurz ziehen lassen Anrichten in einer Eisengusspfanne:
- Spätzle in der Pfanne anrichten
- Die Medaillons mittig auf Spätzle verteilen
- Rahmsauce darüber anrichten
- Nach Belieben garnieren



Schokoladenkuchen mit Sauerrahmeis

Halbflüssiger Schokoladenkuchen mit Sauerrahmeis und marinierten Himbeeren von Henning Sersch, Restaurant Residence, Vaduz.

Zutaten für 4 Personen:

Für den Kuchen:

- 250 g Butter
- 250 g Kuvertüre
- 125 g Zucker
- 5 Eier
- 5 Eigelb
- 50 g Mehl

Für das Sauerrahmeis:

- 450 g Sauerrahm
- Saft von 2 unbehandelten Zitronen und etwas Zitronenabrieb
- 100 g Staubzucker
- 2-4 cl Vodka
- als Garnitur 200g frische Himbeeren

Zubereitung:

Für den Kuchen:

Schokolade und Butter zusammen im Wasserbad schmelzen. Zucker, Eier und Eigelb dazugeben - gut verrühren (geht am besten in der Küchenmaschine)! Mehl unterrühren. Dann die Masse in gebutterte und gezuckerte Soufleformen füllen (ca. 1 cm unter dem Rand). Für mindestens drei Stunden kühl stellen. Bei 160 ° Umluft ca. 11-13 Min backen.

Für das Eis:

Den Sauerrahm mit den restlichen Zutaten gut verrühren und in einer Eismaschine gefrieren lassen. Die Himbeeren waschen und mit etwas Grand Marnier (Orangenlikör) marinieren.

Zum Anrichten den Kuchen aus dem Förmchen nehmen und auf dem Teller platzieren, aus dem Eis eine Kugel drehen und dann die marinierten Himbeeren anrichten.



Banker Lunch

Von Küchenchef Christian Helmreich, Restaurant Engel-Ratskeller, Vaduz

Der Banker Lunch besteht aus einem rosa gebratenen Rindssteak mit knackigen gemischten Salaten an feinem Hausdressing, dazu wird Cocktailsauce und Kräuterbutter sowie getoastetes Vollkornbrot serviert.

Zutaten Banker Lunch:

- 650g Rindshuftsteak
- 4 Scheiben Vollkorntoast
- Eisbergsalat
- 1 Stück Lollo Rosso
- 2 EL Öl

Zubereitung:

Fleisch in gleich grosse Stücke schneiden, leicht platieren, Öl in die Pfanne geben, Fleisch würzen und beidseitig scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen, Salat waschen und in mundgerechte Stücke schneiden, Vollkorntoastbrot toasten, Fleisch im 180 Grad vorgeheizten Backrohr ca. 3 Minuten ziehen lassen, zart rosa servieren.

Zutaten Salatdressing:

- 3dl Rotweinessig
- 2 EL Senf
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Zucker
- 8dl Olivenöl
- Basilikum
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Knoblauch fein hacken, Senf, Zucker, Rotweinessig dazugeben, Olivenöl einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, frisch gehackten Basilikum beifügen.

Zutaten Cocktailsauce:

- 2 Eidotter
- 1 EL Senf
- 2 EL Essig
- 2 TL Salz
- 2 EL Cognac
- 2 EL Tomatenmark
- 200ml Sonnenblumenöl

Zubereitung:

Eidotter, Senf, Essig, Zucker, Salz, Cognac schaumig rühren, Tomatenmark hinzufügen, danach Sonnenblumenöl einrühren, bis die Sauce dickflüssig ist.



Kalbsrahmgulasch

Von Philip Reisner, Familienhotel Gorfion, Malbun, www.gorfion.li

Zutaten:

- 1 kg Kalbsschulter
- 200 g Zwiebel(n)
- 4 EL Öl
- 20 g Paprikapulver
- 750 ml Wasser
- ½ Zitrone(n), Schale und Saft
- 1 Becher Sauerrahm
- 20 g Mehl
- Salz

Zubereitung:

Fleisch in ca. 3-4 cm große Würfel schneiden. Zwiebel ebenfalls würfeln und in Öl bei starker Hitze bräunen. Hitze reduzieren, Paprikapulver einstreuen, durchrühren und mit einem Drittel Wasser aufgießen.

Aufkochen. Fleisch zugeben und salzen. Übriges Wasser, Zitronenschale und Saft zugeben. Fleisch zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 50 Min weich dünsten. Fleisch mit einem Siebschöpfer rausnehmen.

Sauerrahm mit Mehl verrühren, in die Sauce geben und 4 Min köcheln. Sauce mit Stabmixer pürieren. Fleisch zugeben und ein paar Minuten ziehen lassen. Abschmecken.



Kaninchenfilet im Speckmantel auf mediterranem Gemüsesalat mit Cashewnüssen und Rucola.

Von Chefköchin Zoki, Restaurant Hugo's, Schaan

Zutaten:

- 1 Aubergine
- 1 Zucchini grün oder gelb, je nach Saison
- 1 Rote, gelbe und grüne Peperoni
- 2 Rote Zwiebeln
- 1 kleines Glas eingelegte Artischocken
- Grüne entkernte Oliven
- Olivenöl
- Balsamicoessig
- 4 Kaninchenfilet
- Jeweils drei Speckscheiben
- Butter
- Thymianzweig
- Cashewnüsse gehackt und geröstet

Zubereitung Mediterraner Gemüsesalat:

Zwiebel schälen und vierteln, restliches Gemüse waschen, Peperoni entkernen und alle Gemüsesorten in die gewünschte Form schneiden, Olivenöl erhitzen, Gemüse mit geschälten klein geschnittenen Knoblauch anschwitzen, mit Balsamicoessig ablöschen kurz einreduzieren lassen mit Ursalz, geschrotetem bunten Pfeffer, etwas Rohrzucker und Kräutern je nach Geschmack wie z.B. Zitronenthymian, Minze, Petersilie ziehen lassen.

Zubereitung Kaninchenfilet:

Filet waschen, trocken tupfen und in Speckscheiben einrollen. Pfanne erhitzen und das Filet in Olivenöl mit einem Thymianzweig von allen Seiten goldbraun anbraten. Butterwürfel dazugeben und im Ofen bei 85 Grad ca. 5 min. ziehen lassen. Mediterranen Salat mittig am Teller anrichten, Kaninchenfilet schräg halbieren und auf das Gemüse platzieren. Rucolasalat mit Nuss-Balsamicodressing marinieren und mit Cashewnüssen schön anrichten.



Fisch-Wirsingrollen

Von Enzo Montinari, Schaanerhof, Schaan, www.schaanerhof.li

Zutaten:

- 1 Kopf Wirsing, (ca. 1kg)
- 400g Fischfilet (z.B. Seelachs oder Royalfilet)
- 1 Zwiebel
- 10g Butter
- 2 Eier
- 1 EL Mie de pain oder Semmelbrösel hell
- 1 Zitrone
- 0,5dl Rahm
- Salz, Pfeffer und frische Kräuter

Sauce:

- 5dl Fischfond oder Gemüsebrühe
- 3dl Rahm
- 1dl Trockenem Weisswein
- 50g Butter
- 30g Mehl

Zubereitung:

Von dem Wirsing acht große Blätter abnehmen, die Rippen mit einem scharfen Messer flach einschneiden. In reichlich kochendem Salzwasser die Blätter blanchieren.

Das Fischfilet durch den Fleischwolf drehen oder in einer Küchenmaschine zerkleinern. Zitrone auspressen und den Saft über den Fisch geben.

Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und in der Butter glasig dünsten. Zusammen mit den Eiern, dem Mie de pain, Rahm und den frischen Kräutern zu dem gehacktem Fisch geben und zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten. Nochmals abschmecken.

Je 2 Wirsingblätter knapp aufeinanderlegen und die Fischmasse darauf verteilen. Zu Päckchen aufrollen und eventuell mit Bindfaden umwickeln.

Die Wirsing-Fischrollen in einer flachen Pfanne im Fischfond oder in Gemüsebrühe ca. 20 Minuten pochieren. Anschliessend aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Mehl begeben, mit Weisswein ablöschen und 3 dl vom Pochierfond und Rahm begeben und zu einer sähmigen Sauce einkochen, abschmecken.

Sauce auf warmen Teller geben und Wirsingrollen darauf anrichten. Salzkartoffel oder Reis als Beilage dazu Servieren.



Äplermagronen mit Wirz

Von Peter Büchel, Restaurant Riet, Balzers, www.riet.li

Zutaten für 4 Personen:

- 350 g Makkaroni Salz
- 250 g Wirz
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Rapsöl zum Dünsten
- 5 dl Milchwasser (halb Milch, halb Wasser)
- 1 Würfel Gemüsebouillon
- Pfeffer aus der Mühle Muskat, frisch gerieben
- 200 g geriebener Appenzeller
- 40 g Haferflocken, ohne Fett geröstet

Zubereitung:

Makkaroni in siedendem Salzwasser al dente kochen. Inzwischen vom Wirz den Strunk herauschneiden. Blätter lösen und in feine Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch hacken. Wenig Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Zwiebel und Knoblauch andünsten. Wirz begeben und ca. 2 Minuten mitdünsten. Mit Milchwasser ablöschen. Aufkochen, Bouillonwürfel begeben und bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Makkaroni abgiessen, kalt abspülen und abtropfen lassen, sofort zur Sauce geben. Unter Rühren heiss werden lassen. Mit Muskat abschmecken. Käse darunter rühren. Haferflocken darüber streuen.



Schaumiges Flusskrebs-Süppchen

Von Hubertus Real, Park-Hotel Sonnenhof **** Superior, 16 Gault Millau Punkte, www.sonnenhof.li

Zutaten für 4 Personen:

- 20 Stk Flusskrebse
- 200g Mirepoix
- 40g Tomatenpüree
- Gewürzbündel
- 400g Rahm
- 800g Fischfond
- 50g Cognac
- 50g Rotwein
- 8 Stk. Grünspargelspitzen

Zubereitung:

Die Krebse im siedenden Wasser mit Gemüse und Gewürzen eine halbe Minute überwallen. Danach kurz abschrecken und die Schwänze auslösen, beiseite stellen. Die Schalen mit dem restlichen Mirepoix und dem Tomatenpüree anrösten, mit Cognac und Rotwein ablöschen, einreduzieren und mit dem Fischfond auffüllen. 20 Minuten köcheln lassen, den Fond durch ein Sieb giessen und mit dem Rahm verfeinern. Die zur Seite gestellten Krebschwänze im Fond wärmen und mit der Suppe in vier Tellern anrichten. Mit den Spargelspitzen ausgarnieren.



Kürbis Risotto Thaler mit Crevette

Von Gourmetkoch Rolf Berger, Fürstliches Restaurant Torkel, Vaduz

Zutaten:

4 Crevetten
2 El. gehackte Zwiebeln
1 Tl. gehackter Knoblauch
½ dl. Weisswein
1 Tl. Kräuter
2 El. Tomatensauce

200g Kürbis
50g Schalotten
500 ml Bouillon
100 ml Weisswein
100g Risottoreis
60g Butter
30g frisch geriebener Parmesan
50 ml Sahne
Salz, Muskat
1 Rosmarinweig

Zubereitung:

Kürbis in kleine Würfel schneiden und in Butter kurz anschwitzen. Klein geschnittene Zwiebel dazugeben und mit anschwitzen. Mit Salz und Muskat würzen. Den Risotto hinzufügen und mit dem Weißwein ablöschen. Die Bouillon dazu und weichkochen. (immer wieder etwas Bouillon begeben). Parmesan und Sahne dazugeben und mit dem Rosmarin erkalten lassen. Kugeln machen und daraus Thaler formen. Zum Schluss in Butter anbraten und servieren.

Die Crevetten bis auf ein kleines Stück am Schwanz schälen und 2/3 aufschneiden. Würzen mit Salz und Pfeffer und etwas Kräutern. Etwas gehackten Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl anbraten, mit weissem Wein ablöschen und etwas geschälte Tomaten dazugeben. Die Crevette auf Taler setzen und etwas Sauce rundherum garnieren.



Lammrücken unter der Kürbiskernkruste auf Tomatenbisquit und grünen Bohnen

Von Henning Sersch vom Restaurant Residence Vaduz www.residence.li (13 Gault Millau Punkte)

Zutaten für 4 Personen:

- 4 St. Lammentrecôte à 140 g
- 300 g Kenia Bohnen
- Etwas Lammjus (gibt`s im Feinkosthandel)

Für die Kruste:

2EI gehackte Kürbiskerne, 1 EI Kürbiskernöl, 100 g weiche Butter, ca. 50 g gemahlene Weisbrot nach Bedarf etwas mehr, 1-2 EI geriebener Parmesan, Salz und Pfeffer.

Für den Tomatenbisquit:

5 Eier getrennt in Eigelb und Eiweiß, 1 EI Tomatenmark 100 g Mehl, 1 EI gewürfelte getrocknete Tomaten, Salz und Muskat.

Zubereitung:

Zuerst die Kruste zubereiten:

Dazu werden alle Zutaten miteinander vermischt in Klarsichtfolie eingeschlagen und zu einer Stange gerollt. Anschließend in den Kühlschrank stellen.

Danach den Tomatenbisquit herstellen:

Dazu werden die Eier getrennt und das Eiweiß mit einem Handrührgerät steif geschlagen. Das Eigelb mit dem Tomatenmark und den getrockneten Tomaten verrühren mit Salz und Muskat würzen, das Mehl zu dem Eigelb sieben und danach das steif geschlagene Eiweiß vorsichtig unterheben. Die Masse am Besten in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform füllen und bei 190 Grad 10 min backen (bei Umluft).

Als nächstens werden die Bohnen zugeputzt und in Salzwasser blanchiert (bißfest kochen).

Dann den Lammrücken mit einem Tuch trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle beidseitig würzen. In einer heißen Pfanne von beiden Seiten ca. 2 Minuten scharf anbraten, auf ein Küchengitter legen und die geschnittene Kürbiskernkruste auf dem Fleisch verteilen. Danach den Lammrücken bei 175 Grad ca. sechs Minuten im Ofen abschieben.

Währendessen die Bohnen nochmals in etwas Butter, Salz und Pfeffer (falls vorhanden Bohnenkraut) anschwemmen. Den Tomatenbisquit in vier gleichgroße Teile schneiden und auf dem Teller platzieren, die Bohnen auf dem Bisquit anrichten und am Schluss den Lammrücken draufsetzen. Mit der heißen Lammjus napieren und den Gästen servieren.



Saiblingsfilet auf Kefen und Morchelgemüse

Von Hubertus Real, Park-Hotel Sonnenhof **** Superior, 16 Gault Millau Punkte, www.sonnenhof.li

Zutaten:

- 4 Stk Saiblingsfilet
- 200 g Kefen
- 200 g Morcheln
- 20 g Gemüsebouillon
- 80 g Butter
- 20 g Rahm
- Schnittlauch , Gewürze

Zubereitung:

Die Kefen in 2 cm Rauten schneiden und im Salzwasser blanchieren. Die Morcheln putzen und in etwas Butter andünsten. Rahm, Cognac und etwas Weisswein zuführen und um die Hälfte einkochen. Abschmecken und bei Seite Stellen. Die Fischfilet mit der Haut im Ofen bei 100 Grad eine halbe Minute garen und anschliessend die Haut abziehen. Würzen und auf dem Gemüse anrichten.



Symphonie von der roten Forelle

Von Hubertus Real, Park-Hotel Sonnenhof **** Superior, 16 Gault Millau Punkte, www.sonnenhof.li

Zutaten:

- 400g Tomaten
- Salz/Pfeffer/Zucker
- 1Bt. Gelantine
- 120g Zucchettiwürfel
- 20g Olivenöl
- 120g Forellenwürfel
- 30g Olivenöl
- 65g Forellenkaviar

Zubereitung:

Die Tomaten mit den Gewürzen im Mixer pürieren und einmal aufkochen lassen. Abpassieren und nochmals abschmecken. Mit der eingeweichten Gelantine vermengen, in Gläser abfüllen und für 4 Stunden ins Kühlhaus stellen.

Die Zucchettiwürfel in Olivenöl anschwitzen, auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und anschliessend mit Salz würzen.



Grillierter Tandoori Thunfisch mit Beluga Linsen und Blattspinat

Von Gourmetkoch Sebastian Fink, ehemaliger Koch Hotel Real, Vaduz

Zutaten für 4 Personen:

4x 120 gr. Yellowfin Thunfisch
10 gr. Tandoori
30 gr. Olivenö
1 120 gr. Beluga Linsen
1 Chalotte
Salz, Pfeffer, Rosmarinzweig
ca. 300 gr. Gemüsefond
Noilly Prat
100 gr. Blattspinat

Zubereitung:

Den Thunfisch über Nacht mit dem Olivenöl-Tandoorigemisch marinieren. Die Linsen und die feingehackten Chalotten mit dem Rosmarin in Olivenöl anschwitzen mit etwas Gemüsefond ablöschen, einkochen lassen, dies so oft wiederholen bis die Linsen bissfest sind.

Den Blattspinat rüsten, waschen und im ausreichend Salzwasser blanchieren. In Olivenöl anschwitzen und mit Salz, Pfeffer, Noilly Prat abschmecken.

Den Thunfisch mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem Grill halb durchgaren. Zusammen wie auf dem Bild ersichtlich anrichten und mit frittiertem Ruccolasalat garnieren.

Die Forellenfilets mit Olivenöl und Salz marinieren.

Mit einem Zylinderring zunächst das Zucchettitar und danach das Forellentatar auf das gestockte Tomatengelee anrichten. Mit einer Nocke Forellenkaviar fertigen.



Carpaccio von geräuchertem Schwertfisch

Von Rolf Berger, Gourmet-Koch fürstliches Restaurant Torkel, Vaduz.
www.torkel.li (15 Punkte Gault Millau)

Zutaten:

- 120 gr. geräucherter Schwertfisch in dünne Scheiben geschnitten
- ev.30 gr. Kaviar

Vinaigrette:

- 1 EL. Balsamico-Essig
- 2 EL. Oliven Öl, extra vergine
- 1 EL Erdnussöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Peperonimousse:

- 2 grosse, rote Peperoni
- 0,5 dl.Rahm, geschlagen
- 1 Blatt Gelatine,in kaltem Wasser eingeweicht
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, Paprika Edelsüss

Zubereitung:

Vinaigrette:

Alle Zutaten vermischen.

Peperonimousse:

Die Peperoni waschen, vierteln, die Kerne entfernen, leicht feucht in ein gut verschlossenes Gefäss geben und in der Mikrowelle 10 Minuten garen. Mit dem Stabmixer pürieren, passieren und mit der ausgedrückten Gelatine gut verrühren. Kalt stellen bis die Mousse anfängt fest zu werden, dann den geschlagenen Rahm unterziehen Alle Zutaten müssen die gleiche Temperatur haben. Mit Salz, Pfeffer, und Paprika abschmecken, kalt stellen.

Anrichten:

Die Schwertfischscheiben in Form einer Rosette auf den Teller anrichten, den Kaviar in die Mitte geben. Den Teelöffel im Wasserbad erhitzen und die Quenelles ausstechen, diese gleichmässig auf dem Schwertfisch verteilen, mit der Vinaigrette beträufeln und kalt servieren.



Backwachtel mit Aalbrandade auf marinierten Kalbscarpaccio

Von Rolf Berger, Gourmet-Koch fürstliches Restaurant Torkel, Vaduz.
www.torkel.li (15 Punkte Gault Millau)

Backwachtel:

- 4 Wachtelbrüste
- 1 Ei
- Mehl und Paniermehl
- Salz
- Pfeffer
- Paprika

Zubereitung:

Die Wachtelbrüste putzen und mit Salz, Pfeffer, Paprika würzen, panieren und in geklärter Butter backen.

Aalbrandade:

- 4 grosse Kartoffeln (mehlig)
- 100 g geräucherten Aal
- 4 El Schnittlauch
- 20 ml Olivenöl
- Salz
- 1 El grob gestossener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Die Kartoffeln mit Schale weich kochen. Dann im warmen Zustand schälen und mit einer Gabel zerstampfen. Den Aal von Haut und Mittelgräte befreien, in feine Würfel schneiden und zusammen mit Olivenöl, Schnittlauch und dem Pfeffer zu den Kartoffeln geben. Alles gut vermischen und mit Salz abschmecken.

Remouladensauce:

- 200g Creme fraîche
- 4 El Petersilie
- 2 El Kerbel
- 2 Schalotten
- 1 gekochtes Ei
- 1 Essiggurke
- 1 Sardelle
- 10g Kapern
- Zitrone
- Salz
- Pfeffer
- eventuell Worcestersauce

Zubereitung:

Petersilie, Kerbel, Schalotten, gekochtes Ei, Essiggurke, Sardelle und Kapern mit der Creme fraîche im Mixer fein pürieren und mit etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer und eventuell Worcestersauce



L I E C H T E N S T E I N

abschmecken. Kalbscapaccio Das Kalbscarpaccio leicht mit Salz, Pfeffer würzen und mit Limonenöl marinieren.

Anrichten:

Die Aalbandade auf das Carpaccio anrichten und die gebackene Wachtel obendrauf geben. Mit Remoulade Creme fraîche und Zitrone separat servieren.



Topfenknödel auf Apfel-Quittenkompott

Von Hubertus Real, Park-Hotel Sonnenhof **** Superior, 16 Gault Millau Punkte, www.sonnenhof.li

Zutaten:

- 30 g Butter
- 10 g Vanillezucker
- 1/2 Stk. Zitronenzeste
- 300 g Quark
- 2 Stk. Eier
- 60 g Gries

Zubereitung:

Butter, Vanillezucker, Salz und Zeste schaumig schlagen. Den Quark und die Eier dazugeben und dann den Gries unterheben. 1 Stunde in der Kühle stehen lassen, formen und 15 Minuten pochieren.

150 g Butter, 100 g Brösel, 1 Prise Salz

Die Butter bräunen und mit den Bröseln und dem Zucker vermengen (Die Knödel nach dem Garen darin drehen).

70 g Apfel, 10 g Butter, 30 g Quittengelee, Zitronensaft

Äpfel in Würfel schneiden, in Butter anziehen und mit Quittengelee begiessen. Kurz überwallen, mit Zitrone abschmecken.



Knusprige Thunfisch-Lasagne

Von Hubertus Real, Park-Hotel Sonnenhof **** Superior, 16 Gault Millau Punkte, www.sonnenhof.li

Zutaten:

- 280 g Thunfisch
- 10 g Olivenöl
- 10 g Distelöl
- Meersalz
- Koriander
- 100g Frische Mango
- 8 Bt. Brickteig (erhältlich im Asia-Shop)

Zubereitung:

Den Thunfisch in kleine Würfel schneiden und mit dem Öl, dem Meersalz und dem Koriander vermengen. Die Brickblätter knusprig im Ofen backen

Anschliessend die Lasagne schichtweise belegen und auf einen Teller anrichten. Mit den frischen Mangowürfeln garnieren.



Carpaccio vom Yellowfin-Thunfisch

Von Sebastian Fink, ehemaliger Koch Hotel Real, Vaduz

Nebst typischen und einheimischen Rezepten präsentieren wir in Zukunft auch auserlesene Gerichte unserer Gourmet-Köche.

Zutaten:

- 4 Stk. (Südafrika) Scampi ohne Schale
- 2 Stk. (Südafrika) Scampi mit Schale halbiert
- 250 g Yellowfin-Thunfisch-Filet
- 2 Nori Sushi Blätter
- ½ Zitrone
- Ingwer, Curry mild, Fleur de sel, Olivenöl

Zubereitung:

Scampi ohne Schale zwischen eine Klarsichtfolie legen und vorsichtig flach klopfen. Mit dem Thunfisch gleich verfahren.

Den Thunfisch auf einer Folie flach auslegen, damit keine Zwischenräume entstehen. Die Noriblätter bündig auflegen und leicht andrücken. Die Scampi sehr vorsichtig auflegen und das Ganze mit Fleur de sel, Curry, Ingwer und Abrieb einer halben Zitrone würzen. Zu einer Rolle formen und 12 Std. im Tiefkühlfach gefrieren.

Mit einer Aufschnittmaschine dünn aufschneiden, auf einen Teller legen und mit einem Dressing aus Curry, Olivenöl, Salz, Zitronensaft und Fleur de sel marinieren.

Das restliche Dressing mit einem Stabmixer aufschäumen, auf das Carpaccio geben und einen halbierten, grillierten Scampi darauf anrichten.



Kaninchengeschnetzeltes

Kaninchengeschnetzeltes mit Früchtebeilage à la Liechtenstein.

Zutaten:

- 600g Kaninchenfleisch geschnetzelt
- Salz, Pfeffer, Thymian
- 2 EL Fett
- 1 kl. Zwiebel
- 4 Wacholderbeeren
- 1 dl Weisswein
- 2 dl Rahm
- 1 EL Petersilie

Zubereitung:

Fett erhitzen, Fleisch anbraten, würzen und warm stellen. Zwiebeln hacken, Wacholderbeeren fein zerdrücken. Beides im Bratfond andünsten. Mit Weisswein ablöschen, Rahm einrühren, einige Minuten einkochen. Fleisch in der Sosse nochmals kurz erhitzen und abschmecken. 4 mittelgrosse Birnen, 1 dl Wasser, 1 dl Weisswein, Zitronensaft, etwas Zucker, 4 EL Preiselbeeren Birnen schälen, längs halbieren, Kerngehäuse entfernen. Weisswein aufkochen und die Birnen bei mittlerer Hitze einige Minuten darin dünsten. Birnen abtropfen lassen, mit Preiselbeeren füllen. Zusammen mit dem Fleisch servieren.



Gerollte Kalbsbrust

Zutaten:

- ½ -1 kg Kalbsbrust
- Salz, Pfeffer,
- Zitronensaft
- Butter
- Zwiebeln
- gelbe Rüben
- Kalbsbrät
- Kartoffeln
- Bindfaden

Zubereitung:

Die Rippenknochen und der Knorpel werden ausgelöst, die Brust in lauwarmem Wasser gewaschen, damit sie schön weiss wird, dann auf ein Tuch gelegt und gut abgetrocknet. Nun wird sie auf beiden Seiten gesalzen und gepfeffert, mit Zitronensaft beträufelt und mit dem Kalbsbrät fingerdick bestrichen, schön zusammengerollt und mit dem Bindfaden umschnürt, so dass die Fleischfülle nicht herausdringen kann. Anschliessend in einer Kasserolle mit Butter, geschnittenen Zwiebeln und 1-2 gelben Rüben 1 Std. unter mehrmaligem Nachgiessen von Fleischbrühe, damit sie nicht anbrennt, und einmaligem Umwenden schön gelb anbraten.

Hierauf wird der Bindfaden entfernt, die Brust in messerdicke Scheiben geschnitten, diese in die ursprüngliche Form wieder zusammengeschoben, auf einer erwärmten Platte angerichtet, mit gebratenen Kartoffeln bekränzt und zu Tisch gegeben. Die Sosse wird durch ein Sieb geseiht, entfettet und separat angerichtet.

Das ganze kann mit einem buntgemischten Salat oder einem saisongerechten Gemüse serviert werden



Öpfelküechli

Zarte Apfelringe im feinen Teigmantel, serviert mit Zimt-Zucker und Vanillesauce - eine echte Gaumenfreude, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten!

Zutaten:

- 100 g Mehl
- 1 Prise Salz
- 1/8 l Weisswein
- 1 Ei
- 1 TL zerlassene Butter
- Butterschmalz zum Ausbacken
- dicke Apfelscheiben
- Zucker zum bestreuen

Zubereitung:

Das Mehl mit etwas Salz vermischen, mit Weisswein zu einem dicken Teig rühren, das Eigelb und etwas zerlassene Butter dazugeben. Zuletzt das steif geschlagene Eiweiss unterziehen. Die Apfelscheiben darin wenden und im heissen Fett ausbacken (evtl. Alkohol übergiessen und flambieren).



Krautstrudel

Weisskraut oder Weisskohl - je nachdem wo Sie beheimatet sind - gibt's frisch im Herbst zu kaufen. Ein herbstlich, schmackhaftes und zudem noch stressabbauendes Essen ist der Krautstrudel. Also ruhig mal öfters in der nass-kalten Herbst/Winter-Übergangszeit Weisskraut auf dem Tisch kredenzen!

Zutaten:

- Blätterteig
- 250g Hackfleisch
- 3 Karotten
- ½ Krautkopf
- Salz, Pfeffer
- Kümmel
- Zwiebel, Knoblauch
- 2 Eier

Zubereitung:

Kraut fein schneiden, mit Zwiebeln und Knoblauch kurz andünsten und dann kalt stellen. Fleisch, geraffelte Karotten, Kraut, 1 Ei und Gewürze gut vermischen. Teig ausrollen, das Fleisch auf dem ganzen Teig verteilen, einrollen und mit Ei bestreichen, bei 180° ca. 30 Min. backen.

Serviertipp:

Der Krautstrudel wird als Hauptspeise mit einem knackigen Salat serviert oder als Beilage zu einem saftigen Braten.



Güschgle-Knöpfle

Ein besonderer Leckerbissen versprechen die Knöpfle von der Alp Güschgle zu werden. Ganz einfach und doch so schmackhaft!

Zutaten Mengenangabe pro Person:

- 110 g Knöpfledunst (100 % Hartweizengries)
- 1 Ei
- Salz, Muskat
- ½ EL Öl
- ½ dl Milch
- ½ dl Wasser
- 1 mittelgrosse Kartoffel
- 40 g geriebener Alpkäse (jähriger)

Falls nicht vorhanden, kann auch Greyerzer, Sbrinz oder Emmentaler verwendet werden.

Zubereitung:

Aus Knöpfledunst, Ei, Milchwasser, Salz, Muskat und Öl einen zähflüssigen Teig rühren (Menge von Milch und Wasser hängt von der Grösse der Eier ab). Kartoffeln in kleine Würfel schneiden, in ein wenig Salzwasser gar kochen (ca. 15 Min.). Salzwasser abgiessen und Kartoffeln warm halten. Knöpfleteig in kochendes Salzwasser durch das Knöpflesieb oder Knöpflehobel treiben. Knöpfle so lange im Salzwasser lassen, bis sie an die Oberfläche kommen. Knöpfle und Kartoffeln lagenweise mit geriebenem Alpkäse in einer vorgewärmten Schüssel anrichten. Fein geschnittene Zwiebeln in Butter anrösten und über die Knöpfle giessen. Heiss servieren!



Kastanienauflauf

Wenn der Sommer sich dem Ende zuneigt, der Herbst Einzug hält und die Berge sich schon langsam weiss färben, dann wird's gemütlich in der warmen Stube. Die Kastanien im buntgefärbten Blätterwald werden im Ofen köstlich geröstet oder zu einem herrlich schmeckenden Auflauf verarbeitet. Guten Appetit!

Zutaten:

- 500 gr Kastanien
- 125 g Butter
- 5 Eier
- 60 g Mandeln
- 125 g Zucker

Zubereitung:

500 g Kastanien werden oben etwas eingeschnitten, in Wasser weich gesotten, abgeschält, auf dem Reibeisen gerieben und durch ein Sieb gestrichen. Dann 125 g Butter schaumig rühren, 250 g am Tage vorher gesottene und geriebene Kartoffeln dazugeben, gut vermischen, den Schnee von 3 Eiklar darunterziehen, eine Auflaufform mit Butter bestreichen, mit feinen Bröseln bestreuen, die Masse hineingegeben und ½ Std. langsam backen.



Käsknöpfle

Zu den wohl typischsten und beliebtesten Rezepten der Liechtensteiner Küche dürfen sicher die Käsknöpfle gezählt werden. Dieses Gericht wird auch heute noch in einigen Liechtensteiner Restaurants serviert.

Zutaten:

Aus 400 g Mehl, 3 Eier, Salz und einem Gemisch aus frischem Wasser und Milch wird rasch ein fester Teig gemacht.

Zubereitung:

Durch den Knöpflehobel in kochendes Salzwasser bringen, aufkochen lassen, absieben, kurz mit kaltem Wasser abschrecken und etwas abtropfen lassen.

Zwischen die Knöpfle geriebenen Käse (meist eine Mischung von fettem und saurem Käse) streuen. Zum Schluss heisse Butter mit leicht bis sehr stark (je nach Geschmack) angebräunten Zwiebeln darüber giessen. Sofort zu Tisch bringen. Dazu wird Apfelmus, Kartoffelsalat oder Grüner Salat gegessen.

Anstelle von Käse kann auch gekochtes, heisses Sauerkraut verwendet werden (= Krautknöpfle oder Chruudchnöpfli)



Käsestrudel

Ein aus reifem Liechtensteiner Alpkäse oder Greyzer hergestellter Käsestrudel lässt nicht nur Vegetarier-Hezen höher schlagen. Die Zubereitung ist einfach, die Gaumenfreuden sind gross!

Zutaten:

Blätterteig Füllung: 250g geriebener Greyzer (oder reifer Malbuner Alpkäse - mindestens während 8 Monaten gelagert), 2 verquirlte Eier, 30g flüssige Butter, 1dl Rahm, zum Bestreichen etwas flüssige Butter oder Rahm (nach Belieben zusätzlich mit gewürfeltem Schinken füllen)

Zubereitung

Den Blätterteig auf einem grossen bemehlten Tuch hauchdünn auswallen. Die Zutaten zur Füllung vermischen, auf den Teig streichen. Den Strudel durch Anheben des Tuches einrollen, auf ein bebuttertes Backblech legen und unter häufigem Bestreichen mit flüssiger Butter oder Rahm während 50-60 Minuten in mittlerer Hitze backen.



Gebratenes Forellenfilet auf Pesto – Tagliatelle

Ein leichtes Frühlingsrezept lädt in luftiger Höhe zum Geniessen und Verweilen ein. Während des traditionellen "Bürger Früalig" ist diese Köstlichkeit auf der Menükarte der einheimischen Gastlokale zu finden. Oder vielleicht schon bald als Eigenkreation auf Ihrem Teller?

Zutaten und Zubereitung:

300 gr. Nudeln roh, im Salzwasser al dente kochen, abspülen und mit der Pesto mischen und abschmecken. Auf einem warmen Teller fantasievoll anrichten und mit wenig Pesto verziehen.

600gr. Forellenfilet würzen und beidseitig goldgelb anbraten. Auf die heissen Nudeln geben mit

10 Stk. halbierten leicht angebratenen Cherry-Ramattitomaten und

5 Stk. halbierten gebratenen Artischockenherzen ausgarnieren. Schittlauch und Sprossen als Deko.

Pesto: 1 Bund Basilikum, 3 Knoblauchzehen, Salz, 1-2dl Olivenöl (je nach belieben)

Alle Zutaten fein mixen



Nana's Griessschnitten

Köstlichkeiten aus Grossmutter's Küche schmecken immer gut! Überraschen Sie Ihr Gäste mit einer süssen Speise aus dem Original Liechtensteiner Kochbuch. Man wird es Ihnen lohnen!

Zutaten und Zubereitung:

8 dl Milch aufkochen, 1 Prise Salz dazugeben, 300 Griess (grob) untermischen, in die siedende Milch einlaufen lassen, Hitze reduzieren und solange rühren, bis sich ein Kloss von der Pfanne löst. Etwas abkühlen lassen. 4 Eier nacheinander gut darunter rühren. Die Masse auf eine beölte Kuchenplatte formen. Abkühlen lassen. In Scheiben schneiden und in Bratbutter goldgelb backen. Auf einer Platte dachziegelartig anrichten und mit Zimtzucker bestreuen.

Dazu serviert man Vanille-, Schoggi- oder Caramelpudding, aber auch Apfel- und Aprikosen- sowie Pflaumenkompott passen herrlich dazu. Das einfache Gericht ist sowohl als Dessert als auch als Hauptmenü geeignet. Wir wünschen allseits einen guten Appetit!



Rahmkuchen mit Schwammerln und Speck

Selbst Hauben- und Sternenköche lieben zwischendurch die Zubereitung einfacher Gerichte. Werden auch Sie zum Meisterkoch und kreieren Sie Ihren eigenen Rahmkuchen à la Liechtenstein. Gutes Gelingen!

Zutaten:

Für den Teig: 230 g Weizenmehl glatt, 7 gestrichene Esslöffel Butter, 1/8 l Sauerrahm, 1 Spritzer Essig, 1 Prise Salz, geriebene Muskatnuss.

Für den Belag: 1 Stange Lauch, 200 g Hamburgerspeck, 200 g Champignons, etwas Öl, 1/8 l Milch, 1/8 l Vollrahm, 3 Eidotter, 1 Ei, 1 Prise Salz, 1 Bund Schnittlauch, 1 Bund Petersilie, 50 g Parmesan.

Zubereitung:

Aus Weizenmehl glatt, zerlassener Butter, Sauerrahm, Essig, Salz und Muskatnuss einen ziemlich festen Teig kneten und 2-3 Std. rasten lassen. Teig ganz dünn ausrollen, auf das Backblech legen und mit einer Gabel stupfen. Die Teigländer können über das Backblech hinausragen, wichtig ist, dass das Backblech auf allen Seiten einen hohen Rand hat. Lauch und Hamburgerspeck in Streifen, Champignons in Scheiben schneiden. Alles in einer Pfanne mit wenig Öl ziemlich rasch anbraten und danach abkühlen lassen. Das Speck-Pilz-Lauch-Gemisch auf dem Teig verteilen. Milch, Rahm, Eiermasse, Salz und gehackte Petersilie verrühren und ebenfalls auf den Teil geben. Zum Schluss den geriebenen Parmesan darüber streuen. Bei mittlerer Hitze backen.

Mit Salat, einem kühlen Bier oder einem leichten Glas Rotwein schmeckt der Rahmkuchen köstlich.



"Schitterhufa" (Brotauflauf)

Haben Sie hartes Brot oder alten Zopf? Dann haben Sie schon die Hälfte des Rezepts. Wie das Wort "Schitterhufa" schon sagt, werden Schichten auf Schichten gelegt und dann köstlich im Ofen gebacken. Wollen Sie wissen, um was für Schichten es sich handelt? Schauen Sie rein, Sie erfahren es im Detail.

Zutaten und Zubereitung:

Altes Brot oder auch Zopf wird in Scheiben geschnitten und lagenweise in eine gut gefettete Auflaufform gegeben. Als Zwischenlage gibt man blättrig geschnittene Äpfel, Weinbeeren und Zitronenschale mit etwas Zucker dazu. Die oberste Lage muss Brot sein. Nun verquirlt man 3-4 Eier mit etwas Salz, Zucker und Zimt sowie 1 l Milch. Die Flüssigkeit wird über das Brot gegossen bis es bedeckt ist.

Dann wird alles im Rohr bei ca. 200-220 Grad hellbraun gebacken.

Eignet sich gut als Dessert oder z.B. auch als einfaches, süßes Abendessen. Guten Appetit!



Kalbshaxe (Osso bucco)

Kalbshaxe oder auch osso bucco genannt, ist ein italienisches Hauptgericht, das auch in Liechtenstein seit Generationen auf dem Pfingst-Speiseplan steht. Holen auch Sie sich etwas italienisches "Know how" mit einem Hauch von einer Liechtensteiner Brise in Ihre Küche.

Zutaten:

- 1 Kalbshaxe (etwa 2 kg) in ca. 4-6cm dicke Scheiben schneiden lassen
- Salz, Pfeffer, Weissmehl, Olivenöl
- 1/4 l Weisswein
- 1/4 l (Instant-)Fleischbrühe
- 3 Karotten
- 1 Sellerieknolle
- 4 Zwiebeln
- 2 EL Butter
- 500g Tomaten aus der Dose
- 1 Lorbeerblatt, Basilikum, Thymian, Petersilie

Zubereitung:

Kalbshaxe mit Salz und Pfeffer würzen, in Weissmehl wenden, die Haxenstücke in 2 EL Olivenöl anbraten, aus dem Bratfett nehmen, warm stellen, Bratfett mit ¼ l Weisswein, ¼ l (Instant-)Fleischbrühe einkochen, Karotten und Sellerieknolle putzen und schälen, gut waschen und in kleine Würfel schneiden, 4 Zwiebeln würfeln, 2 EL Butter zerlassen und das Gemüse mit den Zwiebeln darin leicht anbräunen.

Die Tomaten abtropfen lassen und die Flüssigkeit auffangen, die Tomaten in Stücke schneiden, mit der Flüssigkeit (aus der Dose), dem Lorbeerblatt, Basilikum, Thymian und gehackter Petersilie zu dem Gemüse geben, mit Salz und Pfeffer würzen, die Kalbshaxenstücke auf das Gemüse legen, die Bratenflüssigkeit darüber geben, das Gericht zum Kochen bringen, zugedeckt im vorgeheizten Backofen bei 225-250 Grad etwa 1 ¼ Std. schmoren lassen.

Dazu passt ein würziger Risotto, Spagetti oder frische Bratkartoffeln.



Osterkuchen

Nach dem Kinderglauben bringt der Osterhase die Ostereier und die Mutter backt den Osterkuchen. Ein schöner Brauch, der sich alle Jahre zum Osterfest wiederholt. Wir wünschen viel Freude!

Zutaten:

6 dl Milch, 2 Prisen Salz, 60g Griess, 50g Butter, 3 EL Zucker, 50g geschälte, gemahlene Mandeln, 50g Sultaninen, 500g gekaufter Mürbteig, 3 Eigelb, 3 Eiklar und 1 Prise Salz

Zubereitung:

Michl und Salz aufkochen. Griess einrühren und zirka 20 Minuten garen. Butter, Zucker, Mandeln und Sultaninen dazugeben. Auskühlen lassen. Mürbteig auswallen und damit ein Wähenblech belegen. Eigelb unter leicht ausgekühlten Brei mischen. Eiklar mit der Prise Salz sehr steif schlagen und unter die Masse ziehen. Diese auf den Teigboden verteilen. Bei 200 Grad zirka 30 Minuten backen.



Funkaküechli (Fasnachtsküchlein)

Wenn mit Feuerzauber, Böllerschiessen und Sprüchen wie "Böschele, Böschele, Türkastroh, alte Wiber nemmer oh" die bösen Wintergeister vertrieben werden, ist es Funkensonntag und Zeit für traditionelle Küechli. En guata!

Zutaten und Zubereitung:

Aus 300 g Mehl, 1 Ei, 3-4 EL Rahm und 1 Prise Salz wird ein zarter Teig geknetet bis er Blasen wirft. Dünn auswallen, in handgrosse rechteckige Stücke schneiden und im heissen Fett schwimmend backen. Mit Zucker bestreuen.