
ERSTES REZEPT Zucchini in Kräuter-
marinade

Zutaten 1,5 kg Zucchini, je 25 g frischer Rosmarin, Thymian und Petersilie, 6 Knoblauchzehen, 140 ml Weißweinessig, 2 EL Zucker, 350 ml Olivenöl, Salz, Pfeffer.

Die gewaschenen, ungeschälten Zucchini in 5 mm dicke Scheiben schneiden, auf ein Tuch (Küchenkrepp) legen und dünn mit Salz bestreuen. Etwa 20 Minuten ziehen lassen und dann die angesammelte Flüssigkeit abtupfen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Scheiben gleichmäßig goldbraun anbraten. Für die Marinade Kräuter und Knoblauch fein hacken, mit Essig und Öl und Zucker gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Marinade darf ruhig etwas kräftiger abgeschmeckt sein, da die Zucchini noch mindestens 2 Tage durchziehen sollten. Die noch warmen Zucchini mit der Marinade vorsichtig mischen, in sterilisierte Gläser füllen, verschließen und 25 Minuten bei 90 Grad im Wasserbad einkochen.

Tipp Schmeckt wunderbar als Vorspeise zu Käse, Schinken und Salami sowie als Beilage zu kurzgebratenem oder gegrilltem Fleisch.

ZWEITES REZEPT Brombeer-Holunder
Fruchtaufstrich

Zutaten 1,5 kg Brombeeren, 1,5 kg Holunderbeeren, 2 Zitronen, 1 kg Rohrohrzucker, Geliermittel (Pektin oder Agar – gibt es im Bioladen).

Die Früchte zusammen in einen Topf geben und einmal kurz aufkochen, pürieren bzw. passieren. Zucker, Geliermittel (Anleitung steht auf der Packung) und Zitronensaft einrühren, unter Rühren aufkochen, etwa 3 Minuten sprudelnd kochen lassen. Heiß in Gläser füllen.

Tipp Schmeckt nicht nur auf Brot sehr lecker, schmeckt in Joghurt, Quark und auch zu kräftigem Käse. Fein als Füllung für Kuchen und Törtchen. Warm gemacht zu Eis oder Pudding.

WOLFGANG K. BUCK Manufaktur
der Marmeladenkoher in Wunstorf-
Luthe empfiehlt: September-Verführung
und Gemüse-Herbst

Der Marmeladeur aus Wunstorf-Luthe gehört mit Sicherheit zu den experimentierfreudigsten Köchen der Region ums Steinhuder Meer. Seit mehr als acht Jahren erfindet er immer wieder neue Geschmacksrichtungen, nicht nur für den Frühstückstisch. Würzig, pikant oder scharf sind seine Fruchtaufstriche zum Käse, zum Grillen oder auch als Saucengrundlage. Mehr als 320 Rezepte sind seiner Fantasie entsprungen. >



04_2011 | Prämie Nr. 27 – Taschenmesser von Richartz

In der Tradition der Klingentadt Solingen entwickelt und produziert die Firma Richartz in der vierten Generation vor allem Messer, die das Leben einfacher und schöner machen. Was ihre Produkte auszeichnet, sind das Design, durchdachte Funktionen und die Liebe zum Detail. Wie das STRUKTURA Taschenmesser classic maxi 7, das Richartz in diesem Heft als Prämie für das Werben neuer Slow Food Mitglieder zur Verfügung stellt. Zu den Funktionsteilen des Messers aus rostfreiem Edelstahl und Kunststoff gehören eine große Klinge (32 x 8 Millimeter) und eine kleinere Klinge, ein Dosenöffner, eine Kapselheber-Schraubendreher-Kombination, ein Korkenzieher, Lederbohrer, Schere, Ring, Pinzette und Zahnstocher. Wer sich also in der nächsten Zeit auf Pilzsuche begibt – egal, ob er die Pilze trocknen, anderweitig konservieren oder frisch zubereiten möchte – ist mit dem STRUKTURA Taschenmesser bestens ausgerüstet. Die hochwertigen Edelstahlgriffe des eleganten Messers sind mit einer markanten, rutschsichernden Noppenstruktur versehen. Eine lange Lebensdauer versprechen die 10 Jahre Garantie, die die Firma gibt. Stolz ist man in Solingen, dass Richartz zu den „Deutschen Standards – Marken des Jahrhunderts“ gehört. Dieses weltweit bekannte Buch ist eine Enzyklopädie deutscher Marken. Es stellt die Ikonen der deutschen Wirtschaft vor und zeigt, wer auf seinem Gebiet Standards gesetzt hat. Die Taschenmesser von Richartz gehören dazu.

www.richartz.com

Wenn Sie zu den ersten 20 Personen gehören, die bis zum 30. September 2011 ein neues Slow Food Mitglied werben, erhalten Sie das STRUKTURA Taschenmesser classic maxi 7 als Prämie. Danach erhalten Werber eine Ersatzprämie.

Dafür einfach den Mitgliedsantrag auf der nächsten Seite kopieren, ausfüllen und an die Slow Food Geschäftsstelle senden:

Slow Food Deutschland e.V., Luisenstraße 45, 10117 Berlin
oder per Fax an: 030. 24 62 59 41

Schreiben Sie bitte auch Ihre Adresse dazu, damit wir wissen, wohin die Prämie gehen soll.

Sie können den Mitgliedsantrag auch online ausfüllen unter
www.slowfood.de/mitgliedwerden

Dort haben Sie auch die Möglichkeit, nur das Slow Food Magazin zu abonnieren.



Foto © privat

Erst im Vorruhestand machte Wolfgang K. Buck (Foto oben) sein Hobby zum Beruf, seitdem kocht er ständig Marmelade ein. Der Sohn eines Bäckermeisters war nach Kochlehre und BWL-Studium über 30 Jahre in der Nahrungsmittelindustrie tätig. Viele erntereife Früchte kommen aus eigenem Anbau, Plantagen der Region oder aus dem Alten Land. Lavendel, Thymian, Duftlieder und Rosen blühen im eigenen Schrebergarten. Löwenzahn- oder Schlehenblüten findet er auf Wiesen und Feldrändern entlang der Leine oder im Naturpark Steinhuder Meer.

Seine Rezeptidee „September-Verführung“ hat er für eine Radiosendung entwickelt. „Sie ist witzig durch ihre Gewürzkombination und enthält außerdem alle Früchte, die im September verfügbar sind.“ Das Rezept „Gemüse-Herbst“ entstammt seinem neuen Buch „Marmeladen-Verführung“, das im Hinstorff Verlag Rostock erscheint. „Es enthält nur Gemüse, ist pikant und passt ausgezeichnet zum reifen Käse. Auch hierfür sind alle Zutaten im Herbst verfügbar“, erzählt Wolfgang K. Buck.

Wolfgang K. Buck

„der marmeladenkocher“

Im Blenze 29, 31515 Wunstorf,

Tel 05031. 714 36,

www.dermarmeladenkocher.de

ERSTES REZEPT September-Verführung

Zutaten 250 g Birnenfruchtfleisch (reife Früchte), 200 g frische Feigen (etwa 3 Stück), 350 g Zwetschgen, 200 ml Rotwein / alternativ 200 ml Apfelsaft, ½ gestrichener TL gemahlener Zimt, ½ gestrichener TL Currypulver, Schale von einer Bio-Orange, 500 g Gelierzucker (Verhältnis 2 : 1).

Die Birnen und Feigen in kleine Würfel schneiden oder mit einem Fleischwolf (10 mm-Scheibe) zerkleinern. Die Zwetschgen nur vierteln. Im Wein / Saft kurz ankochen. Immer gut rühren, damit die Feigen nicht anbrennen. Die Gewürze, Orangenschale und den Gelierzucker hinzufügen, nach Packungsvorschrift 4 Minuten sprudelnd kochen lassen. Anschließend die Masse in heiß ausgespülte Twist-off Gläser abfüllen. Natürlich nicht auf den Kopf stellen. Abkühlen, Glas öffnen, und ... Leckerschmecker!

ZWEITES REZEPT Gemüse-Herbst

Zutaten 200 g Hokkaido-Kürbis, 250 g geschälte Rote Bete, 100 ml Wasser, 200 g Zucchini, 250 g geschältes Tomatenfruchtfleisch, 1 EL provenzalische Kräuter, etwas frischer geriebener Meerrettich, etwas schwarzer Pfeffer, ½ TL Apfelpektin, 500 g Gelierzucker 2 : 1.

Das Kürbisfleisch entkernen (muss nicht geschält werden). Die Rote Bete mit einem Fleischwolf (10 mm-Scheibe) zerkleinern. Beides im Wasser ca. 10 Minuten ankochen. Zucchini entkernen und reiben, vorbereitete Tomaten klein würfeln. Pektin mit dem Gelierzucker mischen und alle Zutaten sowie Gewürze und Meerrettich nach Packungsvorschrift kochen. In Twist-off-Gläser abfüllen und abkühlen lassen.



Foto © FinePic, München

VÉRONIQUE WITZIGMANN die Tochter des Jahrhundertkochs Eckart Witzigmann, aus München empfiehlt: Chutney von Rote Bete

Köchin wollte sie nie werden, aber in der Rolle der Marmeladenfee fühlt sie sich sehr wohl. Seit 2004 beschäftigt sich Véronique Witzigmann (Foto oben) mit feinen Fruchtaufstrichen. Von ihrer Tochter Marietta ließ sie sich zum eigenen Sortiment motivieren. Weil diese keine Stückchen in den Marmeladen mochte – und frisches Obst schon gar nicht – kreierte Mutter Véronique ihre süßen Fruchtaufstriche, würzigen Chutneys, Pestos und pikanten Senf-Saucen selbst. Mittlerweile hat sie kleine

und feine Produkte entwickelt, die es nicht nur in Feinkostgeschäften, sondern auch in der gehobenen Gastronomie und Hotellerie gibt. Ihre Maxime bei der Produktion: Jedes Produkt muss genau die Qualität haben, die sie ihrer Tochter beim ersten selbst gemachten Fruchtaufstrich bieten wollte. Im März erschien Véronique Witzigmanns Buch „Kochen ist hipp“ im Verlagshaus Jacoby & Stuart. Im August erscheint ein weiteres Buch zum süßen Thema „Backen“.

Ihr Rezept ist eines ihrer Lieblings-Chutneys. „Ich finde das geschmackliche Zusammenspiel der roten Bete in Verbindung mit den orientalischen Gewürzen und der leicht säuerlichen Ananas ungewöhnlich und sehr geschmackvoll. Zudem zeigt diese Empfehlung, dass sich auch unsere Gemüse für die Verarbeitung zu Chutneys eignen“, erklärt sie und empfiehlt es zu lauwarmen Ziegenkäse.

www.veronique-witzigmann.de

REZEPT Chutney von Rote Bete

Zutaten 1 Stück Ingwer, 1 Stück Anisstern, 1 Stück Zimtstange, 700 g Rote Bete, ½ Ananas, 180 g rote Zwiebeln, 1 EL Öl, 180 g brauner Zucker, 1 Msp. mildes Currypulver, 1 Msp. Cayenne Pfeffer, 1 Prise Kardamom, 150 ml milder Rotweinessig, Salz, Pfeffer.

Außerdem Einwegteebeutel & Küchengarn, ggf. etwas Wasser oder Rote-Bete-Saft, Twist-off-Gläser.

In den Einwegteebeutel Ingwerstück, Anisstern und Zimtstange einfüllen und verschließen. Die Rote Beten garen und schälen. Davon 500 Gramm abwiegen und in kleine Würfel schneiden. Die Ananashälfte putzen, nochmals längs halbieren, den harten Strunk entfernen und die Ananas schälen. 200 Gramm Fruchtfleisch abwiegen und in kleine Würfel schneiden.

Die Zwiebeln schälen, 150 Gramm davon abwiegen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebelwürfel mit Öl in einem Topf glasig anbraten. Dann den Zucker dazugeben und unter Rühren bei mittlerer Hitze erwärmen, bis der Zucker geschmolzen ist.

Die Rote Bete, die Ananas, das Currypulver, Cayenne Pfeffer und Kardamom dazugeben und zum Kochen bringen. Mit dem Essig ablöschen und zirka 20 Minuten einkochen lassen.

Das Gewürzsäckchen aus dem Chutney entfernen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch heiß in die vorbereiteten Gläser füllen und verschließen.

Tipp Sollten Sie keine frischen Rote Beten bekommen, können Sie auch bereits vorgegarte verwenden. Handschuhe überziehen nicht vergessen!