Zeitschrift: Wohnen

Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

Band: 75 (2000)

Heft: 4: Küchendesign für Individualisten

Rubrik: Rezepte

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

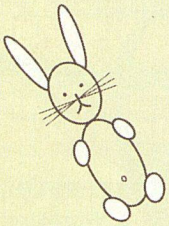
Terms of use

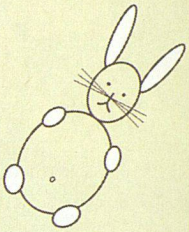
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 19.07.2025

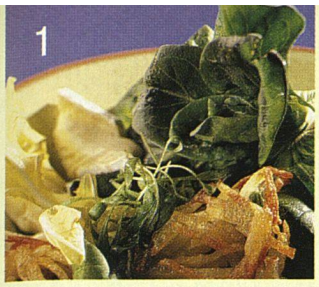
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Frühling auf dem Teller





Spätestens wenn Tulpen, Vergissmeinnicht und Goldlack auf Balkonen, Sitzplätzen und bei den Hauseingängen Frühlingsstimmung verbreiten, ist es Zeit, dass der Lenz auch auf den Teller Lebensfreude zaubert: Mit frischen Salaten und aromatischen Kräutern für den Gaumen und farbigen Zutaten fürs Auge. Eine kleine Auswahl.



Buchhinweis
Die aufgeführten Rezepte sind dem Schweizer Kochmagazin LE MENU Nr. 2/99 entnommen. Herausgeberin des Magazins: die Organisation der Schweizer Milchproduzenten SMP, Weststrasse 10, 3000 Bern 6, Telefon 031 359 57 28.

1 Frühlingssalat mit Kartoffel-Crisps

Für 1 Person

Kartoffel-Crisps
2 Kartoffeln, z.B. Charlotte
2 EL Bratcreme
Salz

Salat
1 EL Weissweinessig
2 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer
1 Portion Frühlingssalat, z.B. Löwenzahn, Cicorino verde, Spinat, Kresse, Radieschen
50 g Brie suisse, in Scheibchen geschnitten

1 Für die Kartoffel-Crisps Kartoffeln zu Stäbchen raffeln, trocken tupfen. Mit der Bratcreme mischen, salzen. Pingpongballgrosse Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen.

2 In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens etwa 20 Minuten knusprig backen, nach der halben Backzeit wenden.

3 Für den Salat Essig und Öl verrühren, würzen. Frühlingssalate waschen, gut abtropfen, mit der Sauce mischen. Käse sorgfältig daruntermischen, auf einem Teller anrichten. Kartoffel-Crisps danebenlegen.

2 Hefezopf mit Safran-Ricotta-Fülllung

Für eine Cakeform von etwa 28 cm Länge

Hefeteig
300 g Mehl
½ TL Salz
40 g Zucker
50 g Butter, weich
¼ Zitrone, abgeriebene Schale
20 g Hefe, zerbröckelt
etwa 1,25 dl Milch, lauwarm

Füllung
500 g Ricotta, abgetropft
5 EL Hartweizengriess
3 EL Zucker
1 bis 2 EL Mohnsamen
2 Eigelb
½ Zitrone, abgeriebene Schale
2 Briefchen Safranpulver, in 1½ EL Zitronensaft aufgelöst

Glasur
50 g Puderzucker
1 bis 2 TL Zitronensaft

1 Für den Teig Mehl, Salz und Zucker in eine Schüssel geben, mischen, eine Mulde formen.

2 Butter und Zitronenschale in die Mulde geben. Hefe in einem Teil der Milch auflösen, mit der restlichen Milch zum Mehl giessen. Alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Zugedeckt bei Zimmertemperatur aufs Doppelte aufgehen lassen.

3 Für die Füllung alle Zutaten mischen.

4 Teig zu einem Rechteck von etwa 36 x 30 cm auswallen. Füllung bis auf einen 2 cm breiten Rand darauf verteilen. Teig von der Breitseite her aufrollen, Rolle längs halbieren. Mit der Schnittseite nach oben spiralförmig mehrmals übereinander legen, in die mit Backpapier ausgelegte Form legen, zugedeckt 30 bis 45 Minuten gehen lassen.

5 Zopf in der untern Hälfte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens 55 bis 60 Minuten backen.

6 Für die Glasur beide Zutaten verrühren, den noch heissen Zopf damit betreichen, auf Gitter auskühlen.

INFO Sie können den Ricotta durch Magerquark ersetzen. Diesen vor Gebrauch 2 bis 3 Stunden in einem Sieb über einer Schüssel im Kühlschrank abtropfen lassen. 2 bis 3 EL Griess beifügen.

3 Fleischvögel mit grüner Füllung

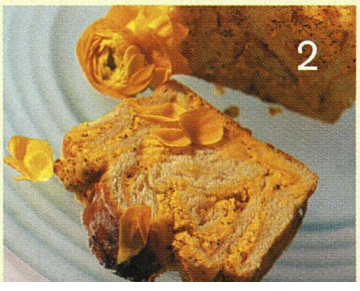
Für 4 Personen

Füllung
1 Weggli, zerzupft, in 1 EL Milch eingeweicht, ausgedrückt
250 g Kalbsbrät
1 Zwiebel, fein geraffelt
1 Knoblauchzehe, gepresst
3 bis 4 EL Spinat, fein gehackt
2 EL Kräuter, z.B. Petersilie, Majoran, Thymian, Rosmarin, fein gehackt
8 grosse dünne Rindsplätzli, z.B. Nuss
Zahnstocher zum Fixieren
Bratbutter zum Anbraten
1 dl Rotwein
2 dl Rindsfond
Salz, Pfeffer
Majoran für die Garnitur

1 Für die Füllung Weggli mit einer Gabel zerdrücken, mit den restlichen Zutaten mischen oder alles im Cutter pürieren, würzen.

2 Plätzli würzen, Füllung darauf verteilen, satt einrollen, mit Zahnstocher fixieren.

3 Fleischvögel in der Bratbutter ringsum gut anbraten. Bratsatz mit dem Wein auflösen. Fond beifügen, zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 1¼ Stunden schmoren, abschmecken.

4 Fleischvögel schräg aufschneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten, garnieren. Bratenjus absieben, dazu servieren.

INFO Dazu passen in Butter gedämpftes Frühlingsgemüse und Frühkartoffeln oder Reis.