

KOCHBUCH

Projektwoche 2021

mit Jakob Andratsch und Fiona Donschachner

14.6.2021 - 18.6.2021

INHALTSVERZEICHNIS

KÄSESPÄTZLE	3
KAISERSCHMARRN	5
SCHINKENFLECKERL	9
KRAUTFLECKERL	10
REISFLEISCH	11
GULASCH MIT KNÖDEL	13
FLEISCHLABERL MIT KARTOFFELPÜREE	15
MOHNNUDELN	17
FRITTATENSUPPE	18

KÄSESPÄTZLE

ZUTATEN

- 40 dag Mehl
- Salz
- 4 Eier
- Muskatnuss
- 200 ml Milch
- 4 Esslöffel Butter
- 20 g geriebener Emmentaler
- 2 Zwiebeln
- 2 Esslöffel gehackter Schnittlauch



ZUBEREITUNG

1. In einer Schüssel den Teig aus Mehl, Eiern, Milch, einer Prise Muskatnuss und Salz kneten.
2. 4 Liter Salzwasser aufkochen. Eine Portion Teig darauf verteilen. Tauchen Sie das Messer in heißes Wasser und schieben Sie die Teigstreifen in das kochende Wasser. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis der Teig fertig ist.
3. Mit einem Löffel die Spätzle herausnehmen, 2 Esslöffel geschmolzene Butter mischen, den Käse mischen, mit Alufolie abdecken und zugedeckt 10 Minuten bei 100°C backen.

Gekocht von Ania und Sonia.

KAISERSCHMARRN

ZUTATEN

3 Eier

1/2 Glas Mehl

1/2 Glas Milch

ein Teelöffel Vanillezucker

zwei Löffel Butter

Prise Salz

Puderzucker zum Bestäuben

gib es mit: Pflaumenmarmelade (traditioneller Zusatz) oder Apfelmus oder Bratäpfel, Fruchtsauce usw. Optionale Zusätze: zwei Löffel Rosinen, Zimt

ZUBEREITUNG

- Die Eier müssen wärmer als Zimmertemperatur sein (z.B. lege sie in warmes Wasser).
Weichen Sie die Rosinen (wenn Sie sie verwenden) in Alkohol oder heißem Wasser ein.
- Mehl in die Schüssel geben dann Milch eingießen und glatt rühren. Die Eidotter, Vanillezucker zugeben und nochmal mischen (die Eiweiße für später aufheben) Zum Schluss die abgeseihten Rosinen zugeben.
- In einer Schüssel die Eiweiße mit Puderzucker und Salz schlagen.
Mischen Sie dann den fertigen Schnee unter die erste Masse (sacht!).
- Die Butter in einer Pfanne erhitzen denn *langsam und gleichmäßig* den Rührteig ausgießen .
- Bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten braten (bis das Omelett goldbraun wird). Das Omelett von beiden Seiten anbraten.

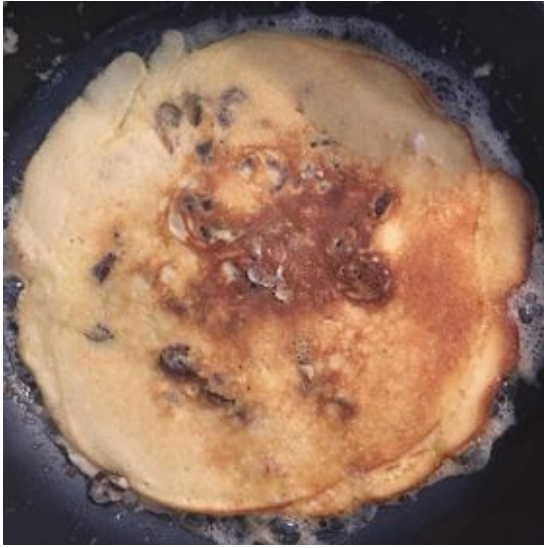
- Jetzt mal ein bisschen Spaß... Den Teig in kleinere Stücke brechen.

Et voila!

Alles, was Sie tun müssen, ist, Ihr Gericht mit Ihren Lieblings Zusätzen zu dekorieren ! Es gibt viele Möglichkeiten...

Gekocht von Lena, Marta und Gosia.





SCHINKENFLECKERL

ZUTATEN

250 Gramm kurze Nudeln: vorzugsweise österreichische Fleckerl oder polnische Nudeln

1 Zwiebel, fein gehackt

200 Gramm Schinken, in Streifen geschnitten

50 Gramm geriebener Emmentalerkäse

250 ml Sahne

2 Eier

50 Gramm Butter

ein Esslöffel Öl

2 Esslöffel Semmelbrösel

ZUBEREITUNG

Die Nudeln al dente kochen. Den Backofen auf 180 Grad C vorheizen.

Währenddessen die Semmelbrösel kurz in Öl anbraten. Die Zwiebel in Butter schaumig schlagen (ca. 3 Minuten) und den Schinken dazugeben. Noch etwa eine Minute braten. Sahne, Eier, Käse und Semmelbrösel hinzufügen. Gekochte Nudeln, Salz und Pfeffer hinzufügen. Alles in eine hitzebeständige Form geben und für 20-30 Minuten in den Ofen stellen.

Gekocht von Igor und David.



KRAUTFLECKERL

ZUTATEN

Butter oder Öl

geschnittenes Weisskraut

1/2 Zwiebel

1/3 Packung Nudeln

Prise Zucker

Prise Salz

Prise Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Schmelzen Sie die Butter in der Pfanne und braten Sie die Zwiebel an.
2. Fügen Sie das Weisskraut hinzu.
3. Mit Salz, Pfeffer, und Zucker würzen.
4. Gekochte Nudeln hinzugeben.

Gekocht von Karolina, Sara und Marysia.



REISFLEISCH

ZUTATEN

600 g Schopfbraten vom Schwein

200 g Zwiebel

3 EL Öl

5 TL edelsüßes Paprikapulver

1 TL scharfes Paprikapulver

500 ml Rindsuppe

1 TL gemahlener Kümmel

1 EL Majoran (getrocknet)

2 Knoblauchzehen (gepresst)

salz

350 g Langkornreis

1 EL glattes Mehl

ZUBEREITUNG

1. Schopfbraten mit einem scharfen Messer in etwa drei Mal drei Zentimeter große Stücke schneiden.
2. Zwiebeln schälen, klein hacken und in einer großen Pfanne mit heißem Öl unter ständigem Rühren kräftig anrösten.
3. Fleisch beifügen, kurz mitrösten, beide Paprikapulver einstreuen, kurz durchrühren, mit Suppe aufgießen und mit Kümmel, Majoran, Knoblauch sowie Salz würzen. Zugedeckt bei geringer Hitze etwa 40 Minuten dünsten.
4. Einen Liter Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Reis beifügen, etwa zwölf Minuten kochen lassen, abseihen und mit kaltem Wasser übergießen.

5. Mehl mit 2 EL Wasser glatt rühren und den Saft vom Reisfleisch damit binden, einmal aufkochen lassen. Etwa 200 ml Saft abschöpfen und bis zum Anrichten beiseitestellen.
6. Den vorgekochten Reis zum Fleisch geben und zugedeckt bei geringer Hitze noch etwa 10 Minuten dünsten. Öfter umrühren!
7. Reisfleisch von der Hitze nehmen und etwa 5 Minuten ausdampfen lassen.
8. Den abgeschöpften Saft erwärmen. Reisfleisch anrichten und den Saft dazu gießen.

Gekocht von Igor, Nikodem und Kacper.



GULASCH MIT KNÖDEL

ZUTATEN

500 g Zwiebel

500 g Rindfleisch

2 EL Öl

4 EL Paprikapulver

4 EL Tomatenmark

250 ml Suppe

2 Spr. Tabasco

1 Prise Pfeffer

1 Prise Salz

40 g Butter

3 Eier

150 ml Milch

1 Bund Petersilie

1 TL Salz

200g Semmelwürfel

ZUBEREITUNG

1. Für das Gulasch mit Semmelknödel bereiten Sie zuerst das Gulasch zu.
Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel schälen und fein hacken. Etwas Öl in einem großen Topf erhitzen.
2. Das Fleisch darin scharf anbraten, dann die Zwiebeln dazugeben und mit anbraten. Alles mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und Tomatenmark dazugeben. Die Suppe dazu geben und mit Deckel mindestens 90 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen.

3. Am Ende nochmal ordentlich mit Salz, Pfeffer, Paprika und Tabasco abschmecken.
4. Für die Knödel, die Semmelwürfel in eine große Schüssel geben. Milch und Eier vermengen. Butter in einem Topf weich werden lassen. Petersilie waschen und fein hacken. Nun alles mit den Semmelwürfel vermengen und kräftig mit Salz abschmecken. Etwa 10 Minuten ziehen lassen.
5. Anschließend mit feuchten Händen Knödel formen und diese in einem Topf mit Salzwasser 20 Minuten köcheln lassen.

Gekocht von Kuba und Maciej.



FLEISCHLABERL MIT KARTOFFELPÜREE

ZUTATEN

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
500 g Faschiertes (gemischt)
2 Eier
2 Semmel (vom Vortag)
1 EL Senf
Majoran
Salz
Pfeffer
3 EL Öl
Öl zum Frittieren
Brösel (zum Wälzen)

400 g Kartoffeln
80 g Butter
150 ml Milch
Salz
Petersilie
Pfeffer
Muskatnuss

ZUBEREITUNG

1. Zuerst die Fleischlaberl zubereiten. Dafür Zwiebel und Knoblauch kleinwürfelig schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin rundum scharf anrösten.

2. Semmeln in Milch ca. 10 Minuten einweichen, anschließend gut ausdrücken. Faschiertes, Senf, Zwiebel, Knoblauch, Semmeln und Eier gut miteinander vermischen.
 3. Mit Majoran, Petersilie, Salz und Pfeffer würzen und mit der Hand zu einer kompakten Masse kneten. Kleine Laibchen formen und die Laibchen in Bröseln wälzen, beidseitig leicht mit einer Gabel einstechen und in heißem Fett beidseitig goldbraun frittieren.
 4. Das Einstechen der Fleischlaberl mit der Gabel bewirkt, dass Luft entweicht und es dadurch beim Frittieren nicht so spritzt.
 5. Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen und grob schneiden. Kartoffeln in Wasser ca. 20 Minuten weich kochen. Die Kartoffeln abseihen und mit einem Kartoffelstampfer gut zerdrücken.
 6. Butter und Milch zufügen und auf kleiner Flamme unter ständigem Rühren noch einmal erwärmen, sodass die Butter schmilzt. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
 7. Die Fleischlaberl mit dem Kartoffelpüree anrichten und servieren.
- Gekocht von Jędrzej und Łukasz.



MOHNNUDELN

ZUTATEN

500 g mehligte Kartoffel
100 g glattes Mehl
50 g Weizengrieß
50 g Butter
1 Dotter
1 Prise Salz
1 EL Butter
100 g Mohn
80 g Staubzucker



ZUBEREITUNG

- Für die Mohnnudeln zuerst die gekochten Kartoffeln schälen, durch eine Kartoffelpresse drücken und mit dem Mehl, Grieß, 1 Prise Salz, Butter und Dotter zu einem Teig kneten.
- Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu daumendicken Rollen formen, in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und zu Nudeln formen.
- Nudeln in leicht gesalzenes, kochendes Wasser legen, vorsichtig umrühren und schwach wallend köcheln, bis sie an der Oberfläche schwimmen (ca. 5 Minuten).
- Mohn und Staubzucker mischen und in 1 EL Butter anrösten. Nudeln aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen und im Mohn Zucker Gemisch wälzen.

Gekocht von Antek, Collin und Oskar.

FRITTATENSUPPE

ZUTATEN

700 g Rinderbeinscheibe
1 Handvoll Eiswürfel
2 KarotteN
1/4 Sellerie
1/4 Porree
1 Zwiebel, mittelgroß
1 Lorbeerblatt
1 Wacholder
1 Pimentkorn
2 Eier
250 ml Milch
150 g Weizenmehl (Type 405)
1 Prise Salz
etwas Pfeffer
5 EL Rapsöl
1/2 Bund Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch

ZUBEREITUNG

1. Beinscheiben unter fließendem Wasser abspülen und in einen Topf geben. Karotten, Sellerie und Porree waschen, schälen, grob zerkleinern und ebenfalls mit in den Topf geben. Die Eiswürfel sowie 3 L sehr kaltes Wasser hineingeben. Bei mittlerer Hitze zum Köcheln bringen, für etwa 60 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen.

2. Für die Frittatten die Eier zusammen mit der Milch verrühren. Das Mehl löffelfeise untermühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und nacheinander den Teig zu Pfannkuchen ausbacken. Frittatten auf Küchenpapier abtropfen lassen und in Streifen schneiden.
3. Das Fleisch sowie das Gemüse aus der Brühe mit einer Siebkelle aus dem Topf schöpfen. Die entstandene Rinderbrühe abermals aufkochen und mit Salz und Pfeffer sowie Petersilie und Schnittlauch abschmecken. Rinderbrühe mit Frittatenstreifen servieren.

Gekocht von Matylda.

