



Europäische Gaumenfreuden

Eine kulinarische Reise durch Europa mit 27 Rezepten



Europäische Kommission
Generaldirektion Landwirtschaft und ländliche Entwicklung
<http://ec.europa.eu/agriculture/>



Amt für Veröffentlichungen

ISBN 978-92-79-21882-8



doi:10.2762/31865

Landwirtschaft
und ländliche
Entwicklung

Europäische Kommission

Europäische Gaumenfreuden
Eine kulinarische Reise durch Europa mit 27 Rezepten

Luxemburg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union, 2013

2013 — 57 S. — 21 x 29,7 cm

ISBN 978-92-79-21882-8
doi:10.2762/31865

*Europe Direct soll Ihnen helfen, Antworten auf Ihre
Fragen zur Europäischen Union zu finden*

Gebührenfreie Telefonnummer (*):
00 800 6 7 8 9 10 11

(*) Einige Mobilfunkanbieter gewähren keinen Zugang zu 00 800-Nummern oder berechnen eine Gebühr.

Zahlreiche weitere Informationen zur Europäischen Union sind verfügbar über Internet,
Server Europa (<http://europa.eu>).

Katalogisierungsdaten befinden sich am Ende der Veröffentlichung.

Luxemburg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union, 2013

ISBN 978-92-79-21882-8
doi:10.2762/31865

© Europäische Union, 2013
Nachdruck mit Quellenangabe gestattet.

Printed in Belgium

GEDRUCKT AUF RECYCLINGPAPIER

Europäische Gaumenfreuden

Eine kulinarische Reise durch Europa mit 27 Rezepten

Inhalt

BELGIEN

GEBRATENE EIER MIT SPARGEL UND BIER-MOUSSE, ROHMILCHKÄSE UND SCHINKENSTREIFEN.....	4
---	---

BULGARIEN

AUBERGINEN-PAPRIKA-PÂTÉ.....	6
------------------------------	---

TSCHECHISCHE REPUBLIK

BÖHMISCHE KNÖDEL	8
------------------------	---

DÄNEMARK

BROTSCHNITTEN MIT KRABBE, FORELLE UND KRÄUTERN	10
--	----

DEUTSCHLAND

SCHWÄBISCHER ZWIEBELROSTBRATEN	12
--------------------------------------	----

ESTLAND

ESTNISCHER SALAT	14
------------------------	----

IRLAND

IRISCHER Eintopf.....	16
-----------------------	----

GRIECHENLAND

MOUSSAKA.....	18
---------------	----

SPANIEN

TINTENFISCH MIT AÑANA-SALZ	20
----------------------------------	----

FRANKREICH

WEINBERGSCHNECKEN NACH BURGUNDER ART MIT PETERSILIE UND KNOBLAUCH.....	22
--	----

ITALIEN

TAUBEN-RISOTTO	24
----------------------	----

ZYPERN

FLEISCHBÄLLCHEN.....	26
----------------------	----

LETTLAND	
KARTOFFELFLADEN	28
LITAUEN	
GEBRATENER HECHT MIT MEERRETTICHSSOSSE	30
LUXEMBURG	
GERÄUCHERTER SCHWEINENACKEN MIT SAUBOHNEN	32
UNGARN	
LEBER NACH UNGARISCHER ART	34
MALTA	
MANDELKUCHEN	36
NIEDERLANDE	
GEBRATENE SEEZUNGE MIT GARNELEN	38
ÖSTERREICH	
ÖSTERREICHISCHE SEMMELKNÖDEL (BEILAGE ZUM SAUERKRAUT)	40
POLEN	
OSTSEELACHSFILET MIT CRÈME BRÛLÉE UND KREBSSALAT	42
PORTUGAL	
FISCH UND MEERESFRÜCHTE IN DER CATAPLANA	44
RUMÄNIEN	
SARMALE (KRAUTWICKEL) AUS WIRSINGKOHL	46
SLOWENIEN	
AUSTERNPILZGULASCH	48
SLOWAKEI	
KARTOFFELPASTETEN MIT SCHAFSKÄSE	50
FINNLAND	
TRADITIONELLE FINNISCHE SEETEUFELSUPPE	52
SCHWEDEN	
GELBE ERBSENSUPPE	54
VEREINIGTES KÖNIGREICH	
EINTOPF AUS LANCASHIRE	56

Belgien

GEBRATENE EIER MIT SPARGEL UND BIER-MOUSSE, ROHMILCHKÄSE UND SCHINKENSTREIFEN



*(Œufs frits, asperges et sabayon à la bière,
copeaux de fromage de vache au lait cru et jambon)*



ZUTATEN für vier Personen



- 8 sehr frische Eier
- 16 weiße Spargelstangen (belgischer Spargel)
- 0,1 l helles Bier mit starkem Hopfenaroma
- 200 g Butter
- 1 Zitrone
- Semmelbrösel
- Kuh-Rohmilchkäse in Scheiben
- 2 Scheiben Schinken
- Kerbel oder Petersilie zur Verzierung
- Essig
- Salz



ZUBEREITUNG



Den Spargel schälen und bissfest kochen, dann aus dem Kochwasser nehmen und beiseitelegen.

4 Eier für 5 Minuten in Salz-Essig-Wasser kochen (weichkochen), mit kaltem Wasser abschrecken und schälen. Die gekochten Eier lassen sich leichter schälen, wenn Sie sie nach dem Kochen (für etwa 20 Minuten) in den Gefrierschrank legen. Den Schinken in dünne Streifen schneiden.

Zubereitung der Bier-Mousse



Bei den verbleibenden 4 Eiern das Eiweiß vom Dotter trennen. Die Butter zerlassen. Die Eigelbe bei mäßiger Hitze in einen Topf geben, das Bier hinzufügen und kräftig schlagen. Vom Feuer nehmen und die geschmolzene Butter dazugeben. Mit dem geschlagenen Eiweiß die Soße auflockern.

Die geschälten Eier in den Semmelbröseln wälzen und in reichlich heißem Öl frittieren.

Mit den Rohmilchkäsescheiben, Kerbel oder Petersilie und Zitronenscheiben dekorieren.



Bulgarien

AUBERGINEN-PAPRIKA-PÂTÉ



(Kiopoolu)



ZUTATEN für vier Personen



- 1 Aubergine (750 g)
- 2 mittelgroße, enthäutete und gegrillte grüne Paprikaschoten
- 3 mittelgroße, reife und feste Tomaten, geschält und fein gehackt
- 2 Tomaten, geschält und geviertelt, zur Dekoration
- 4 Esslöffel natives Olivenöl Extra
- 3 Esslöffel roter Weinessig
- 3 Esslöffel fein gehackte Petersilie
- 2 Esslöffel fein gehackter Knoblauch
- Salz
- Schwarzer Pfeffer





ZUBEREITUNG



Die Aubergine folgendermaßen vorbereiten: drei- bis viermal mit einer Gabel anstechen, auf ein Backblech legen und in einem Abstand von 10 cm von der Hitzequelle für ca. 20 Minuten grillen. Von Zeit zu Zeit wenden.

Dann in ein angefeuchtetes Geschirrtuch wickeln, 5 Minuten ruhen lassen, auswickeln und die Schale abziehen. Die Aubergine halbieren, fein hacken und glatt pürieren. Die gehäuteten Paprikaschoten auf dieselbe Weise pürieren.

Die zwei Pürees zu einer Creme mischen. Das Olivenöl und den Essig esslöffelweise hinzugeben. Das Gemisch mit einem Holzlöffel kräftig umrühren, bis eine glatte Masse entsteht. Die gehackte Tomate, die Petersilie, den Knoblauch, Salz und Pfeffer hinzugeben. Die Masse weiter rühren, bis alle Zutaten gut vermischt sind.

Die Pâté abschmecken und abkühlen lassen. Auf einem Teller oder auf Brot als Aperitif servieren.



Tschechische Republik

BÖHMISCHE KNÖDEL



(České knedlíky)



Z U T A T E N für vier Personen



- 500 g Weizenmehl Type 1050 („polohrubá“)
- 3 bis 4 Eier
- 500 ml Milch
- 1 Packung Hefe oder 100 ml Bier
- 60 g Butter
- 1 Teelöffel Salz
- Wasser
- Muskat

ZUBEREITUNG



Die Hefe in warmer Milch auflösen (bzw. das Bier dazugeben), das Mehl, die Eier, das Salz und eine Prise gemahlene Muskatnuss hinzugeben. Die Masse zu einem glatten, weichen Teig kneten, diesen mit einem Leinentuch bedecken und mindestens 90 Minuten gehen lassen.

Dann den Teig erneut durchkneten und weitere 30 Minuten gehen lassen.

Den fertigen Teig zu einer langen Rolle formen und diese entweder in ein Leinentuch oder in mit Butter bestrichenes Pergamentpapier einwickeln und 20 Minuten in siedendem Salzwasser kochen.

Nach dem Kochen die Rolle aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen, auswickeln und mit Nähgarn in Scheiben schneiden.

Die Knödel werden als Beilage zu Fleischgerichten serviert; sie können auch in Scheiben geschnitten in Butter angebraten werden.



Dänemark

BROTSCHNITTEN MIT KRABBE, FORELLE UND KRÄUTERN



(Smørrebrød med rejer, ørred og krydderurter)



ZUTATEN für vier Personen



- 2 Scheiben Brot (25 bis 30 g)
- 15 g Butter
- 50 g gekochte Krabben
- 1 Teelöffel frisch gehackte Kräuter (Basilikum, Schnittlauch und Estragon)
- 3 Eier
- 1 Knoblauchzehe
- ½ geräucherte Forelle
- ½ Gurke
- Dill als Dekoration
- Sahne je nach Geschmack



ZUBEREITUNG



Die Knoblauchzehe zerdrücken und in etwas Öl oder Butter anbraten. Die Eier direkt in die Pfanne aufschlagen. Salzen, pfeffern und umrühren, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist (für eine cremigere Konsistenz kann ein wenig Sahne dazugegeben werden).

Die Brotscheiben rösten und großzügig mit Butter bestreichen. Abwechselnd mit Scheiben der Räucherforelle, dem Rührei, den Krabben und Gurkenscheiben belegen. Mit den gehackten Kräutern bestreuen.



Deutschland

SCHWÄBISCHER ZWIEBELROSTBRATEN



ZUTATEN für vier Personen

- 4 Scheiben Rumpsteak
- Oliven- oder Rapsöl
- 4 bis 6 mittelgroße Zwiebeln
- 3 Esslöffel Butterschmalz
- 500 ml Rinderbrühe
- 250 ml trockener Rotwein
- Salz
- Pfeffer
- Frischer Thymian in einem Leinensäckchen
- Gehackter Schnittlauch



Mit sautierten Kartoffeln und gemischtem Salat servieren.



ZUBEREITUNG



Das Fleisch muss ausreichend abgehangen sein. Für die Zubereitung sollte das Fleisch ferner Raumtemperatur haben und nicht erst kurz vor dem Garen aus dem Kühlschrank genommen werden.

Das Rumpsteak am Fett rundum anschneiden. Dann mit Öl bestreichen und für mindestens 20 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln in 2 mm dicke Ringe schneiden. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe darin braten. Die Hitze reduzieren, salzen und weiter braten, bis die Zwiebeln kross werden. Die Zwiebeln aus der Pfanne nehmen, abtropfen lassen und kurz auf Küchenpapier legen, um das überschüssige Butterschmalz aufzusaugen. Die fertigen Zwiebeln warmhalten.

Die Pfanne nicht reinigen, etwas Öl hinzufügen, so stark wie möglich erhitzen und das Fleisch beidseitig für ca. 3 Minuten braten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller legen und im vorgeheizten Ofen 15 bis 20 Minuten bei 90 °C backen, so dass es sehr langsam gart.

Während der Zubereitung des Rumpsteaks und der Zwiebeln die Pfanne mit der Brühe und dem Wein ablöschen und ein Bund Thymian in einem Leinenbeutel hineinlegen. Die Soße um die Hälfte reduzieren und warmhalten. Anschließend die Soße separat in einer Sauciere servieren.

Estland

ESTNISCHER SALAT



(Rosolje)

Z U T A T E N für vier Personen



- 500 g Heringsfilets (Matjesfilets)
- 500 g gegartes Rindfleisch (Schmorfleisch)
- 5 gekochte Rote Beten
- 3 gekochte Kartoffeln
- 3 große süße oder süßsaure Gewürzgurken
- 2 kleine Äpfel
- 12 hart gekochte Wachteleier
- 2 Zwiebeln
- 0,25 l Sahne (40-50 % Fettgehalt)
- 0,15 l Sahne (20-30 % Fettgehalt)
- 3 Esslöffel Senf
- 1 Esslöffel Zucker
- Salz
- Pfeffer
- Gehackter Dill





ZUBEREITUNG



Die Heringsfilets, das Fleisch, die roten Beten, die Kartoffeln, die Gewürzgurken, die Äpfel in kleine Würfel schneiden; die Zwiebel in Ringe schneiden und die Eier halbieren.

In einer Schüssel Sahne, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer verrühren. Bei Bedarf zusätzlich salzen und pfeffern, eine halbe Stunde in den Kühlschrank stellen und nochmals umrühren. Vor dem Servieren etwas Dill einrühren und mit den Wachteleiern und Zwiebelringen dekorieren.

Das Gericht kann allein oder auf Brot oder Toast serviert werden.



Irland

IRISCHER EINTOPF



(Stobhach Gaelach)

Z U T A T E N für vier Personen



- 1,5 kg Lammshulter ohne Knochen
- 1 kg Kartoffeln
- 4 bis 6 Zwiebeln
- 4 bis 6 große Karotten
- 500 ml Hühnerbrühe
- Salz
- Pfeffer
- Thymian
- Glatte Petersilie





ZUBEREITUNG



Das Fleisch in mittelgroße Stücke schneiden. Das Fett entfernen und das Fleisch in einer beschichteten Schmorpfanne ohne Öl oder Wasser anbräunen und dann warmhalten. Die Kartoffeln schälen und in längliche Stücke schneiden. Die Zwiebeln waschen, halbieren und die Schnittflächen in derselben Schmorpfanne anbraten, ohne diese vorher zu reinigen und ohne Öl hinzuzufügen. Die angebratenen Zwiebeln aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen und achteln. Die Brühe in die Schmorpfanne gießen und erhitzen, so dass sich der Schmorssaft darin löst.

In einem gusseisernen Topf das Fleisch, die Zwiebeln, die in Scheiben geschnittenen Karotten und die Kartoffeln schichten. Jede Schicht salzen und pfeffern sowie mit ein wenig gehacktem Thymian und Petersilie bestreuen. Die Brühe dazugeben, den Topf abdecken und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C 30 Minuten lang backen. Dann die Ofentemperatur auf 120 °C verringern und weitere 90 Minuten backen.

Von Zeit zu Zeit mit einem Holzlöffel alles umrühren. Bei Bedarf etwas Brühe hinzufügen.

Mit Petersilie bestreuen und heiß servieren, dazu ein gutes irisches Bier. Variante: Die Hälfte der Zwiebeln kann durch Karottenscheiben ersetzt werden.



Griechenland

MOUSSAKA



ZUTATEN für vier Personen



- 1 kg Auberginen
- 1 große Zwiebel
- 500 g Lammhackfleisch
- 1 Glas Weißwein
- 5-6 frische Tomaten
- 750 ml Béchamelsoße
- 2 Eigelbe
- Natives Olivenöl Extra
- 100 g geriebener Emmentaler
- Butter
- Salz
- Pfeffer





ZUBEREITUNG



Die Auberginen in feine Streifen schneiden, salzen und pfeffern und eine Stunde lang ruhen lassen.

Die Zwiebel in etwas Olivenöl anbraten und das Hackfleisch dazugeben. Die entkernten, gewürfelten Tomaten und den Weißwein dazugeben. Salzen und pfeffern. Bedeckt für ca. 45 Minuten köcheln lassen.

Während das Fleisch gart, die Auberginen abspülen, gründlich entwässern lassen und in dem sehr heißen Olivenöl frittieren, bis sie von beiden Seiten goldbraun sind.

Eine Gratinform einfetten und den Boden mit der Hälfte der Auberginen auslegen. Mit dem Gemisch aus Fleisch und Tomaten bedecken. Darüber eine weitere Schicht Auberginen legen.

Die geschlagenen Eigelbe und zwei Drittel des geriebenen Käses zur Béchamelsoße geben. Die Auberginen damit bedecken und den restlichen Käse darüberstreuen.

Bei 180 °C für 45 Minuten goldbraun backen.

Spanien

TINTENFISCH MIT AÑANA-SALZ



(Chipirones a la sal de Añana)

ZUTATEN für vier Personen



- 1 Teelöffel Añana-Salz
- 4 kleine ganze Tintenfische
- 50 g Tomaten, in kleine Würfel geschnitten
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 10 g Oliven zur Dekoration
- 4 Knoblauchzehen
- 20 g Brotroutons
- 200 ml natives Olivenöl Extra

Zutaten für die Soße aus frischen Tomaten



- 2 Tomaten
- ½ Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 1 Teelöffel Thymian
- Salz
- Pfeffer



ZUBEREITUNG



Den Tintenfisch ausnehmen und bei Bedarf die Tentakel entfernen. Die gewürfelten Tomaten, die Knoblauchzehen und die Tintenfische in eine Pfanne geben und 20 Minuten bei leichter Hitze anbraten. Die Tintenfische herausnehmen und auf Küchenpapier legen.

Zubereitung der Tomatensoße: die Tomaten enthäuten, entkernen und würfeln. Den Knoblauch und die Zwiebel schälen und hacken. Das Öl in einen Topf geben und die Zutaten zusammen mit Thymian, Salz und Pfeffer dazugeben. Bei sehr geringer Hitze für ca. 30 Minuten kochen. Abkühlen lassen und rühren, bis die Soße die Konsistenz eines glatten Pürees hat.

Die Tomatensoße auf einem Teller anrichten, die Tintenfische dazugeben und das Ganze mit Oliven und den zuvor blanchierten Frühlingszwiebeln garnieren. Unmittelbar vor dem Servieren mit Añana-Salz bestreuen.



Frankreich

WEINBERGSCHNECKEN NACH BURGUNDER ART MIT PETERSILIE UND KNOBLAUCH



(Escargots de Bourgogne en persillade)



ZUTATEN für vier Personen



- 48 Weinbergschnecken ohne Haus
- 2 Bund glatte Petersilie
- 3 Knoblauchzehen
- 100 g Mandelpulver
- 150 g Butter
- 2 Fenchelknollen
- 1 Bund Kerbel
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Bund Estragon
- 0,1 l natives Olivenöl Extra
- 1 Limette
- Salz
- Pfeffer
- 20 g Moosbeeren





ZUBEREITUNG



Den Fenchel fein hacken und den Limettensaft darübergeben, damit er sich nicht braun färbt. Jeweils die halbe Menge Kerbel und Estragon hacken. Den Schnittlauch vorsichtig zerschneiden. Die zerkleinerten Kräuter mit Fenchel, Öl und Limettensaft mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung der Knoblauchbutter: Der weichen Butter den gehackten Knoblauch, die gehackte Petersilie und das Mandelpulver hinzufügen. Mischen und abschmecken.

Zum Servieren auf jedem Teller den Fenchel in 6 kleine Häufchen teilen. Die Schnecken in der Knoblauchbutter wälzen und jeweils 2 auf die Fenchelhäufchen legen. Mit den verbleibenden Kräutern und den Moosbeeren garnieren.



Italien

TAUBEN-RISOTTO



(Risotto coi piccioni)

Z U T A T E N für vier Personen



- 2 Tauben (nicht ausgenommen)
- 300 g Reis für Risotto
- Salbei
- Rosmarin
- Rinderbrühe
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer





ZUBEREITUNG



Die Tauben ausnehmen und Herz und Leber aufbewahren. Die Vögel sowohl innen als auch außen mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und etwas Salbei bestreuen. In einer Pfanne das Fleisch mit wenig Öl von allen Seiten anbraten.

Die Innereien fein hacken und in die Tauben füllen.

Mindestens eine Stunde lang in einem bedeckten Topf mit etwas Olivenöl auf kleiner Flamme garen, von Zeit zu Zeit umrühren, damit das Taubenfleisch nicht anbrennt. Die Tauben aus dem Topf nehmen, das Fleisch entbeinen und wieder in den Bratensaft legen.

Den Reis zum Bratensaft geben und darin kochen. Das Risotto mit einem Holzlöffel ständig umrühren und bei Bedarf Rinderbrühe hinzugeben, bis der Reis gar ist.



Zypern

FLEISCHBÄLLCHEN



(Keftedes)

Z U T A T E N für vier Personen



- 700 g gehacktes Schweinefleisch
- 120 g Petersilie
- 120 g Zwiebel
- 250 g Kartoffeln
- 120 g Semmelbrösel
- 1 Ei
- Natives Olivenöl Extra
- Salz
- Pfeffer





ZUBEREITUNG



Die Petersilie und die Zwiebel hacken. Die rohen Kartoffeln raspeln. Alle Zutaten mischen und die Semmelbrösel und das Ei dazugeben. Die Masse kneten, salzen und pfeffern und 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig zu Kugeln eines Durchmessers von 4 bis 5 cm formen. In wenig Öl goldbraun braten.

Die Fleischbällchen können sowohl heiß als auch kalt serviert sowie mit Zimt oder getrockneter Minze verfeinert werden.



Lettland

KARTOFFELFLADEN



(Kartupeļu pankūkas)



ZUTATEN für vier Personen



- 2 kg Kartoffeln
- 4 bis 5 Eier
- 2 Zwiebeln
- 200 bis 300 g geräucherter Schweinebauch in Scheiben
- Sonnenblumen- oder Rapsöl
- Salz

Mit Sauerrahm oder Moosbeermarmelade servieren.



ZUBEREITUNG



Die Kartoffeln schälen, roh raspeln und mit den Eiern mischen.

Den Schweinebauch in sehr feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit dem Öl und fein gehackter Zwiebel braten. Wenn die Zwiebeln beginnen, sich braun zu färben, den Inhalt der Pfanne mit den geraspelten Kartoffeln mischen und einen Teelöffel Salz hinzufügen. Gut verrühren und kurz ziehen lassen. Vor dem Braten gut abtropfen lassen.

Das Gemisch aus Kartoffeln und Schweinebauch zu runden Fladen mit einem Durchmesser von ca. 10 cm formen. Öl in einer Pfanne stark erhitzen und darin die Fladen von beiden Seiten knusprig braten.

Heiß mit saurer Sahne, Moosbeermarmelade oder anderen, nicht zu süßen Früchten servieren.



Litauen

GEBRATENER HECHT MIT MEERRETTICHSSOSSE



(Kepta lydeka su krienu padažu)

ZUTATEN für vier Personen



- 1 kg Hechtfilet, in 4 oder 8 Portionen zerteilt
- 100 g Mehl
- 2 Eier
- 100 ml Milch
- Semmelbrösel
- Zitronensaft
- Salz
- Pflanzenöl
- Gewürzgurken und Dill zum Garnieren
- Meerrettichsoße: 100 g Meerrettich, 100 ml Sahne, Salz, Zucker





ZUBEREITUNG



Die Fischfilets putzen und trocknen, mit Zitronensaft besprenkeln, salzen und für ca. 5 Minuten ziehen lassen. Die Fischstreifen in Milch tauchen und dann nacheinander in Mehl, den geschlagenen Eiern und den Semmelbröseln wälzen. Anschließend in Öl frittieren.

Die frittierten Fischstreifen auf Küchenpapier legen, damit das Frittierfett abtropft. Mit Gewürzgurken und Dill garnieren und sofort servieren. Als Beilage eignen sich frittierte oder gekochte Kartoffeln.

Für die Soße 100 g Meerrettich raspeln, mit der Sahne, etwas Salz und einer Prise Zucker mischen und gemeinsam mit dem Fisch servieren.



Luxemburg

GERÄUCHERTER SCHWEINENACKEN MIT SAUBOHNEN



(Judd mat gaardebounen)



Z U T A T E N für vier Personen



- 1 kg geräucherter Schweinenacken
- 1 Stange Porree
- 4 Karotten
- 1 Zwiebel
- 1 Sellerieknolle
- 1 kg frische Bohnen
- 200 ml Weißwein
- 50 g Butter
- 2 Esslöffel Maismehl
- Salz
- Pfeffer
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Gewürznelke
- Bohnenkraut

Wenn Sie Schoten verwenden, benötigen Sie ca. 2 kg Bohnen. Vor der Zubereitung die Bohnen aus den Schoten lösen.

Aus den leeren Schoten kann eine köstliche Gemüsebrühe zubereitet werden: Hierzu die Schoten in 2 l Wasser mit etwas Essig für mindestens 2 Stunden kochen lassen. Die Flüssigkeit filtern und aufbewahren.



ZUBEREITUNG



Das Fleisch über Nacht in kaltes Wasser legen, um das Salz auszuschwemmen.

Am nächsten Tag das Wasser wechseln und zum Kochen bringen. Wenn das Wasser kocht, die Hitze reduzieren und das Wasser abschöpfen. Das gehackte Suppengemüse (Porree, Karotten, Zwiebel und Sellerie) und die Kräuter außer dem Bohnenkraut hinzugeben. Etwas Weißwein dazugeben und bedeckt für mindestens 3 Stunden köcheln lassen.

Anschließend in einer großen Kasserolle die Butter erhitzen, das Maismehl hinzugeben und zu einer Mehlschwitze verrühren. Bevor das Maismehl anbrennt, nach und nach unter ständigem Rühren mit einem Holzlöffel den Fleischsaft dazugeben. Die Bohnen blanchieren, abtropfen lassen und den Sud mit dem Bohnenkraut hinzufügen. Zugedeckt 30 Minuten köcheln lassen.

Das Fleisch in Scheiben schneiden und separat servieren. Die Bohnen mit gehackter glatter Petersilie bestreuen und in einer Terrine servieren. Dazu gekochte Kartoffeln reichen.



Ungarn

LEBER NACH UNGARISCHER ART



(Sertésmáj)



ZUTATEN für vier Personen



- 750 g Schweineleber
- 4 Esslöffel süße Paprika
- 2 Esslöffel scharfe Paprika
- 1 große Zwiebel
- 1 rote Paprikaschote
- Weißwein
- Oliven- oder Sonnenblumenöl
- Gehackte glatte Petersilie
- Salz
- Pfeffer





Malta

MANDELKUCHEN



(Kwareżimal)

Z U T A T E N für vier Personen



- 350 g ungeschälte Mandeln
- 350 g Zucker
- 2 Esslöffel Honig
- 4 Teelöffel Kakaopulver
- 2 Teelöffel Backpulver
- 200 g Mehl
- Geriebene Zitronenschale
- 1 Prise Salz
- 100 ml warmes Wasser
- 50 g gehackte Walnüsse
- 1 Prise Gewürznelke
- 1 Prise Zimt
- 1 Prise Mazis (gemahlene Muskatblüte)





ZUBEREITUNG



Die Mandeln mahlen und alle Zutaten außer dem Honig, dem Wasser und den Walnüssen mischen. Das Wasser in kleinen Mengen hinzugeben und mit dem Rührgerät jedes Mal für ca. 2 Minuten mischen. Nachdem das gesamte Wasser untergerührt wurde, den Teig aus dem Mixer nehmen, mit einem Leinentuch bedecken und 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig zu kleinen Kuchen einer Länge von 10 cm, einer Breite von 3 cm und einer Tiefe von ca. 1 cm formen und diese auf ein Backblech mit gut gefettetem Backpapier legen. Bei 160 °C 10 bis 15 Minuten backen.

Wenn sie abkühlen, härten die Kuchen aus. Die fertigen Mandelkuchen mit Honig bepinseln und mit den gehackten Walnüssen bestreuen; auf Wunsch wie auf dem Foto mit flüssiger Schlagsahne servieren.



Niederlande

GEBRATENE SEEZUNGE MIT GARNELEN



(Gebakken tongschar met grijze garnalen)

Z U T A T E N für vier Personen



- 4 geputzte Seezungen
- 100 g Nordseegarnelen
- 150 g Butter
- Gehackte glatte Petersilie
- Mehl
- Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer

Verwenden Sie für dieses Rezept keine rosa Garnelen sondern Nordseegarnelen.





ZUBEREITUNG



Die Seezungen vorbereiten: Die Fische waschen, abtrocknen und mit Zitronensaft besprenkeln. Einige Minuten ziehen lassen, dann in Mehl wälzen und in einer Pfanne mit Butter anbraten.

Jeder Fisch benötigt zum Garen etwa 8 Minuten. Den frittierten Fisch aus der Pfanne nehmen, gut abtropfen und warmhalten.

Die Pfanne nicht reinigen und die geschälten Garnelen in der Butter braten. 3 Esslöffel Zitronensaft hinzufügen und noch etwas braten lassen, ohne dass der Zitronensaft kocht. Die Hitzequelle ausschalten und eine Hand voll gehackte Petersilie darüberstreuen.

Den Fisch mit den Garnelen, sautierten Kartoffeln, Erbsen und Karotten servieren.

Im Winter können die Garnelen durch Muscheln ersetzt werden.

Österreich

ÖSTERREICHISCHE
SEMMELKNÖDEL
(BEILAGE ZUM SAUERKRAUT)



Z U T A T E N für vier Personen



- 6 altbackene Brötchen
- 125 ml Milch
- 1 Zwiebel
- 30 g Butter
- 2 Esslöffel gehackte Petersilie
- 2 Eier
- Gemahlener Muskat
- Salz
- Pfeffer
- Etwas Mehl





ZUBEREITUNG



Die 6 altbackenen Brötchen in Würfel schneiden und in heißer Milch einweichen.

In einer Pfanne die Zwiebeln in Butter braten; wenn sie gebraten sind, die Petersilie dazugeben. Die Masse dient später zur Dekoration.

Die Brotwürfel ausdrücken und in eine Schüssel geben. Die Eier, das geriebene Muskat, Salz, Pfeffer und etwas Mehl dazugeben, um die Konsistenz zu verbessern. Alles gut verkneten und das Gemisch anschließend ruhen lassen.

Die Masse mit feuchten Händen zu 6 bis 8 gleich großen Knödeln formen (jeweils 30 bis 40 Gramm). Die Knödel einzeln in Plastikfolie wickeln, gut verschließen und 10 Minuten in Salzwasser kochen. Anschließend die Knödel aus der Folie wickeln und servieren.



Polen

OSTSEELACHSFILET MIT CRÈME BRÛLÉE UND KREBSSALAT



(Filet z łososia bałtyckiego z crème brûlée i sałatką z raków)

ZUTATEN für vier Personen

- 800 g Lachs
- 2 Tonkabohnen
- 1 Eigelb
- Öl
- 100 g Krebse
- 40 g Mayonnaise
- 60 g Sahne
- Salz
- Pfeffer
- Dill zum Garnieren (Variation: Petersilie oder Schnittlauch)





ZUBEREITUNG



Den Lachs in 4 portionsgroße Stücke schneiden und in etwas Öl von beiden Seiten anbraten. Dann ruhen lassen.

Für die Crème Brûlée: Die Tonkabohnen für 10 bis 12 Minuten in kochendes Wasser legen und dann zerstoßen. Mit der Hälfte der Sahne und dem Eigelb mischen. Das Gemisch in ofenfeste Schalen geben und bei 140 °C 12 Minuten backen.

Die Krebse pochieren, abtropfen, schälen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Mayonnaise mit der restlichen Sahne vermischen und die Krebse dazugeben. Mit Dill, gehackter Petersilie oder gehacktem Schnittlauch dekorieren.

Zum Servieren die Lachsfilets, die Krebse und die Crème Brûlée auf einem Teller anrichten.



Portugal

FISCH UND MEERESFRÜCHTE IN DER CATAPLANA



(Cataplana de peixe e mariscos)



ZUTATEN für vier Personen



- 600 g gemischter Fisch: Barsch, Lachs, Wolfsbarsch und Seeteufel
- 200 g Krabben
- 120 g Venusmuscheln
- 4 große Miesmuscheln
- 4 Tomaten
- 1 grüne Paprikaschote
- 2 Zwiebeln
- 0,05 l natives Olivenöl Extra
- 0,05 l Weißwein
- 1 Esslöffel Brandy
- 350 g in Streifen geschnittene Kartoffeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund Koriander
- Salz
- Pfeffer



ZUBEREITUNG



Die Tomaten und die grüne Paprikaschote zerschneiden, die Zwiebel in Scheiben schneiden und den Knoblauch hacken.

Das Öl in der Cataplana, einem portugiesischen Kupfer- oder Eisentopf, erhitzen (anstelle einer Cataplana kann auch eine Kasserolle verwendet werden) und das Gemüse 3 bis 4 Minuten lang blanchieren.

Die halbe Menge des Weißweins hinzugeben.

Nun die anderen Zutaten darüberschichten: die Kartoffeln, den in ca. 4 cm große Stücke geschnittenen Fisch, die Krabben und die Muscheln. Den restlichen Weißwein, den Brandy, Koriander, Salz und Pfeffer dazugeben.

Die Cataplana verschließen und für 15 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen.

Mit getoasteten Brotscheiben servieren.



Rumänien

SARMALE (KRAUTWICKEL) AUS WIRSINGKOHL



(Sarmale în foi de varză)

ZUTATEN für vier Personen



- 1 großer Wirsingkohl (oder 2 mittelgroße)
- 750 g Schweinehackfleisch (oder gemischtes Hackfleisch)
- Einige Stücke Räucherspeck
- 2 Zwiebeln
- 2 Esslöffel Reis
- 6 Tomaten oder 2 Esslöffel Tomatenmark
- 1 l Hühnerbrühe
- 100 g Schmalz
- Thymian
- Fenchel
- Salz
- Pfeffer





ZUBEREITUNG



Füllung: Die fein gehackten Zwiebeln im Schmalz braten. Wenn sie beginnen, sich goldbraun zu färben, den Reis hinzugeben und blanchieren. Etwas Wasser hinzugeben und alles mit dem Hackfleisch, Salz und Pfeffer sowie noch 1 bis 4 Esslöffeln Wasser vermischen.

Den Wirsingkohl separat in einzelne Blätter zerteilen, den harten Teil entfernen, die Blätter in der Hühnerbrühe kochen und in der Flüssigkeit lassen, bis sie weich sind.

Die Wirsingblätter in 7 bis 8 cm lange Stücke schneiden (die Größe von Sarmale kann je nach Geschmack variieren und ist auch von der Größe der verfügbaren Wirsingblätter abhängig). Auf jedes Kohlquadrat etwas von der Füllung geben. Dann die Wickel formen, indem die gegenüberliegenden Kanten aufeinander gedrückt und die Kanten mit den Fingern ins Innere der Wickel geschoben werden.

Die Sarmale im Kreis in eine Kasserolle legen und mit klein geschnittenen Kohlstücken bedecken (die beim Zuschneiden der Wickel verbliebenen Reste). Dann die nächste Schicht Wickel darüberlegen. Je nach Tiefe der Kasserolle weiter schichten. Der Topf sollte nicht bis zum Rand gefüllt sein, weil sich die Wickel beim Kochen ausdehnen. Zwischen die Schichten die Räucherspeckscheiben legen. Mit einer Schicht aus geschnittenen Kohlblättern und gehackten Tomaten (oder verdünntem Tomatenmark) abschließen. Schmalz über die Oberfläche streichen und zum Schluss die Brühe und etwas Wasser darübergießen. Sehr langsam und sehr lange köcheln lassen und bei Bedarf noch Wasser dazugeben.

Sarmale schmecken am besten aufgewärmt und werden daher üblicherweise einen Tag vor dem Verzehr zubereitet. Je länger sie köcheln, desto besser werden sie!

Slowenien

AUSTERNPILZGULASCH



(Golaž z bukovimi ostrigarji)

ZUTATEN für vier Personen



- 45 g Butter
- 3 Zwiebeln
- 2 Esslöffel Zitronensaft
- 1 kg Austernpilze (Austernseitlinge)
- 2 Knoblauchzehen
- 100 ml Gemüsebrühe
- 1,5 kg Kartoffeln
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Esslöffel Kümmel
- 30 g oder 1 Teelöffel Tomatenmark
- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer





ZUBEREITUNG



30 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln fein hacken und gemeinsam mit dem Zitronensaft in die Pfanne geben. Die Zwiebeln glasig braten. Die Pilze und den Knoblauch hacken und beides zu den Zwiebeln geben. Zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Die Gemüsebrühe zubereiten und dem Gemisch hinzugeben. Die Kartoffeln schälen und würfeln und ebenfalls dazugeben. Das Lorbeerblatt, den Kümmel und das Tomatenpüree hinzufügen. Bedeckt für weitere 15 Minuten kochen lassen.

In der Zwischenzeit das Paprikagewürz mit der verbleibenden Butter erhitzen und zu dem Gemisch hinzufügen. Zum Schluss salzen und pfeffern.

Slowakei

KARTOFFELPASTETEN MIT SCHAFSKÄSE



(Bryndzové halušky)

Z U T A T E N für vier Personen



- 1 kg Kartoffeln
- 200 g Mehl
- 2 Eier
- 250 g Schafskäse (slowakischer Bryndza)
- 120 g Speckstreifen oder -würfel
- Milch
- Salz





ZUBEREITUNG



Aus den roh geraspelten Kartoffeln, einigen Löffeln Milch, den Eiern und dem Mehl einen Teig bereiten. Salzen und gut mischen.

Den Teig kneten, bis er geschmeidig ist. Rollen formen und diese auf einem feuchten Küchenbrett in dünne Scheiben schneiden.

In einer großen Kasserolle Salzwasser zum Kochen bringen. Die Teigscheiben in kleinen Mengen in das kochende Wasser legen. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, noch 5 oder 6 Minuten kochen lassen. Die Pasteten abtropfen lassen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Die gebratenen Speckstreifen darübergerben.



Finland

TRADITIONELLE FINNISCHE SEETEUFELSUPPE



(Perinteinen suomalainen madekeitto)

ZUTATEN für vier Personen



- 1 große gewürfelte Zwiebel
- 50 g Tofu in Stücken
- 1 bis 2 zerkleinerte Karotten
- 50 g gesalzene Butter
- 6 bis 8 geschälte, gehackte Kartoffeln
- 0,5 l Wasser
- 3 Lorbeerblätter
- 2 Prisen Salz
- 0,2 l verdickter Rahm
- 1 Seeteufel (1,5 kg), in große Stücke geschnitten
- 2 bis 3 Esslöffel gehackter Dill





ZUBEREITUNG



Die Butter in einer Kasserolle erhitzen, die Zwiebeln, die Karotten und den Tofu hinzugeben. Unter ständigem Rühren braten, bis die Zwiebeln weich und angebräunt aber nicht verbrannt sind.

Das Wasser, das Salz, die Lorbeerblätter und die Kartoffeln dazugeben. Zum Kochen bringen. Die Kartoffeln 15 Minuten kochen lassen. Den Rahm und den Fisch dazugeben. Bedeckt für ca. 5 Minuten köcheln lassen. Den gehackten Dill darüberstreuen.

Mit Roggenbrot servieren.



Schweden

GELBE ERBSENSUPPE



(Ärtsoppa)



ZUTATEN für vier Personen

- 200 g getrocknete Erbsen (gelb)
- 4 Scheiben Schinken
- ½ gewürfelte Zwiebel
- 30 g gewürfelte Sellerie
- 30 g zerkleinerter Porree
- 0,15 l klare Rinderbrühe
- ½ Teelöffel Thymian
- Salz
- Pfeffer





ZUBEREITUNG



Die Erbsen über Nacht in Wasser quellen lassen.

Am nächsten Tag den Schinken in kleine Stücke schneiden und in einer Pfanne sautieren.

Das Gemüse und die zuvor abgegossenen Erbsen hinzufügen. Die Brühe dazugeben und zum Kochen bringen.

Die Suppe ca. 30 Minuten köcheln lassen, bis die Erbsen weich gekocht sind.

Mit einem Quirl umrühren, so dass das Erbsenmark die Suppe andickt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Thymian bestreuen (die benötigte Menge Salz ist vom Salzgehalt der verwendeten Rinderbrühe abhängig).

Vereinigtes Königreich

EINTOPF AUS LANCASHIRE



(Lancashire hotpot)

Z U T A T E N für vier Personen



- 800 g *Lammschulter*
- 2 *Lammnieren*
- 500 g *Kartoffeln*
- 250 g *Zwiebeln*
- 25 g *Butter*
- 150 ml *Rinderbrühe*
- *Salz*
- *Pfeffer*





ZUBEREITUNG



Die Lammschulter entbeinen, das Fett entfernen und das Fleisch in Stücke schneiden.

Von den Nieren die Haut und die weißen Stellen entfernen. Die Nieren in Stücke schneiden und wässern, wobei das Wasser mehrere Male gewechselt werden sollte.

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Zwiebeln waschen und zerschneiden.

In einer Kasserolle die Kartoffeln, das Fleisch, die gewässerten Nieren und die Zwiebeln schichten. Salzen und pfeffern. Als letzte Schicht sich leicht überlappende Kartoffelscheiben darauflegen. Die Rinderbrühe hinzugeben und Butterflocken auf die Kartoffelscheiben legen.

Die Kasserolle bei 180 °C für ca. 75 Minuten backen. Den Deckel abnehmen und weitere 30 Minuten backen bis die Kartoffeln goldbraun sind.



Alle Rezepte stammen von Euro-Toques International.

<http://euro-toques.org>

<http://euro-toques.org/Nous-Contacter/Information.html>

Einbandfoto: © iStockphoto

Fotos der Gerichte: © Europäische Union

(außer: Seite 16: Irischer Eintopf © Fotolia; Seite 18: Moussaka © iStockphoto)

Fotos der Zutaten: © iStockphoto.