

Karin Kaufmann
Karin Guldenschuh



FRAU KAUFMANN KOCHT

Rezepte
ohne Firlefanzen

atVERLAG



Karin Kaufmann
Karin Guldenschuh

FRAU KAUFMANN KOCHT

Rezepte ohne Firlefanz

atVERLAG

INHALT

Für Lara, Maximilian, Ernst, Ina, Ludwig und Gerhard.
Damit sie schmecken, was gut ist.

BEGEGNUNGEN AM TISCH 8

GEWÜRZ-EINMALEINS 11

**JAHRESZEITEN:
KUNST DES WARTENS 25**

**UNTERWEGS:
LUXUS IM ALLTAG 59**

**GEBURTSTAG:
GESCHENKE AUS DER KÜCHE 99**

**ÄLPLERLEBEN:
FEUER DER TRADITION 139**

**URLAUB:
SOUVENIRS GEGEN FERNWEH 175**

**WEIHNACHTEN:
GESCHMACK DER GEBORGENHEIT 213**

DANKE 251

REZEPTVERZEICHNIS 252

BEGEGNUNGEN AM TISCH

Wir sind ein eingespieltes Team. Seit vielen Jahren reden wir über das unkomplizierte Kochen im Alltag. Über Rezepte ohne Firlefanzen mit hochwertigen Zutaten und bestem Ergebnis. Angefangen hat alles mit den halbjährlichen Programmen für die Kochschule »Frau Kaufmann«. Wir haben für die Menüs ein Miniaturformat entworfen – mit Kommentaren rund um die Zutaten, ihre Herkunft und ihre Zubereitung. Daraus ist über die Jahre ein Archiv kulinarischer Gedanken entstanden, die wir jetzt in unserem bereits zweiten Kochbuch vertiefen.

Je weniger Firlefanzen, desto besser. So ist es beim Kochen und auch beim Schreiben. Bei beiden Tätigkeiten braucht es das Zusammenspiel von Kopf und Hand. Geschwätzigkeit im Text ist genauso störend wie Schnickschnack auf dem Teller.

Unsere Besprechungen haben sich zu Ritualen des Dialogs entwickelt, auf deren Essenzen wir vertrauen. Deshalb pflegen wir unsere lieb gewonnenen Gewohnheiten mit Respekt und Freude. Ob drinnen oder draußen, zu Hause oder in der Kochschule, in Egg oder in Bregenz. Wenn wir uns treffen, ist der Tisch nicht nur Arbeitsplatz, sondern Ort der Begegnung. Dieser Rahmen spornt uns an und stärkt unsere Ausdauer beim Denken.

Nicht von ungefähr haben Texte und Textilien denselben Wortstamm, ist doch ein Text nichts anderes als ein Gewebe aus Worten. Auch Kochen ist ein Handwerk des Zusammenfügens von passenden Zutaten mit unterschiedlichen Techniken zu einem genussvollen Ganzen. Sowohl beim Kochen als auch beim Schreiben gibt es verschiedene Geschwindigkeiten. Einige Worte sind klar und eindeutig, andere müssen ruhen und dann wie bei der langen Teigführung nochmals bearbeitet werden. Bei manchen Formulierungen ist stundenlanges Schmoren angesagt. Die Rezepte sind funktionale Texte, die verständlich und erfolgsorientiert auf den Punkt kommen. Keinen Zirkus, aber doch etwas mehr Wirbel machen die kleinen Geschichten dahinter und drum herum.

Während wir im ersten Kochbuch den Weg der Zutaten von ihrem Ursprung bis auf den Tisch verfolgt haben, geht es diesmal um den ganz persönlichen Blick auf das Kochen in allen Lebenslagen. Die Kreationen sind Ausdruck eines bodenständigen und zugleich weltoffenen Lebensstils. Sie entspringen der unbändigen Freude über die Ernte zum richtigen Zeitpunkt, den Ideen für den Luxus einer guten Jause im Alltag, der Überzeugung vom besonderen Wert von Geschenken aus der Küche, der Liebe zum Feuer der Tradition am Holzherd auf der Hütte, der Sehnsucht nach Verlängerung des Urlaubs mit kulinarischen Souvenirs und dem Glauben an die herz-wärmende Kraft der Rituale beim Essen.

Gutes Essen an einem schön gedeckten Tisch nährt, erdet und stiftet Frieden als tragfähige Brücke für das Gespräch. Das fängt beim einfachen Mittagstisch zu Hause an und reicht bis zum Staatsbankett. Wir wünschen allen Köchinnen und Köchen bereichernde Begegnungen und gutes Gelingen.

Karin Kaufmann und Karin Guldenschuh



GEWÜRZ-EINMALEINS

Gewürze machen zwar von der Menge her nur einen winzigen Anteil der Zutaten aus. Wenn es jedoch um die Feinheiten des Aromas geht, sorgen sie für den entscheidenden Unterschied. Damit es auch dann gut schmeckt, wenn es schnell gehen muss, kreierte und produziere ich meine Gewürzmischungen selbst. Sie werden jeweils für bestimmte Anwendungen entwickelt, eignen sich aber ebenso zum vielfältigen Improvisieren. So lässt sich zum Beispiel auf verschiedene Art und Weise Raffinesse in einen Salat oder ins Gemüse bringen, etwa mit den Gewürzmischungen »Fischerei«, »Rassiger Doppler«, »Blumiger Achter«, »Grüner Elfer« oder »Salziges Frächtchen«. Solche Experimente funktionieren mit all meinen Gewürzen. Wer diese Gewürze und meine Gemüsebrühe vorrätig hat, ist für sämtliche Geschmacksrichtungen gerüstet: salzig, scharf, süß, pikant und vieles mehr.

Weil ich täglich mit meinen Gewürzmischungen koche, sind sie auch ein wichtiger Bestandteil meiner Rezepte. Sie sind als Anregungen zu verstehen. Wer diese Gewürze nicht zur Verfügung hat, kann sich mit den angegebenen Einzelgewürzen behelfen.

Besonderen Wert lege ich auf das Salz. Grundsätzlich verwende ich Ursalz. Das ist naturbelassenes, mineralstoffreiches Steinsalz ohne Zusätze. Während das Ursalz als Geschmacksverstärker wirkt, verwende ich das Sal Tradicional aus Portugal als spezielle Draufgabe.

Aus meiner Sicht wird oft zu früh gewürzt. Fisch und Gemüse würze ich erst nach dem Garen, Dünsten oder Braten. Frische Kräuter sollte man erst am Schluss dazugeben, damit ihr Aroma nicht verfliegt. Auf den Tisch gehören für mich die Basisgewürze, das heißt Salz- und Pfeffermühle und Olivenöl. Je nachdem, was es gibt, stelle ich noch eine meiner Gewürzmischungen zum Nachwürzen dazu. Dabei gilt immer: zuerst probieren, alles andere empfinde ich als unhöflich der Köchin gegenüber.

RASSIGER DOPPLER

Sal Tradicional mit Chili. Salzig-scharfes Allround-Talent.

Eine Prise ins Olivenöl, für gesalzene Butter, auf frischem Ziegenkäse, für Gemüse, Salat, Polenta und Kartoffeln.

FLOTTER ZWEIER

Gemahlener Koriander & Kümmel. Ein harmonisches Paar der Gegensätze. Koriander intensiviert, Kümmel nimmt zurück.

Nicht nur für Roggen- und Dinkelbrot.

Auch für Schweinebraten, Bratkartoffeln, Gulaschsuppe, in kleiner Dosis als letzter Schliff für die meisten Gemüsesuppen.

SÜSSER DREIER

Rohrohrzucker mit Zimt und Nelken.

Vielseitiges Nachspeisengewürz.

Für Obstkuchen, Nusszopf, Kaiserschmarren, Milchreis, Grießbrei, Apfelmus, Topfenknödel, ins Müsli oder für Milchshakes.

ERSATZ: Rohrohrzucker, mit etwas gemahlendem Zimt und Nelkenpulver gemischt.

SCHARFES TRIO

Drei Pfeffersorten, geschrotet. Rustikale, körnig-scharfe Mischung aus weißem, schwarzem und grünem Pfeffer.

Für Hart- und Weichkäse. In Kräuterbutter.

Auf gebratenem Fleisch, über Kässpätzle sowie Käse- oder Wurstnudeln.

ERSATZ: Frisch gemahlener Pfeffer.

SCHARFER VIERER

Pfefferkörner für die Mühle. Frisch gemahlene, ausgewogen-scharfe Mischung: Tellicherry-Pfeffer, schwarzer Pfeffer, Kubeben- und Urwald-Pfeffer (Voatsiperifery).

Auf alle Nudelgerichte, Risotto, Pizza und alle Gemüsesuppen.

ERSATZ: Frisch gemahlener Pfeffer.

SCHARFER FÜNFER

Salz-Pfeffer-Mischung, gemahlen. Natursalz, grüner, schwarzer, Szechuan- und Urwald-Pfeffer (Voatsiperifery), rosa Pfeffer (rosa Beeren).

Für dunkles, im Ganzen gebratenes Fleisch, wie Hirschrücken, Rindsrostbraten, Gröschtl, Tiroler- und Semmelknödel.

ERSATZ: Natursalz und frisch gemahlener Pfeffer.

FLOTTER SECHSER

Körniges Brotgewürz. Koriander, Fenchel, Schwarzkümmel, Anis, Pfeffer und Schabzigerklee.

Für alle Brotsorten, besonders geeignet für Sauerteig.

HEISSER SECHSER

Gewürze und Zitrusfrüchte. Eine wärmende Mischung aus Zimtstangen, Orangen- und Zitronenschale, Sternanis, Nelken, Ingwer.

In der Gewürzkugel oder im Teesieb in heißes Wasser oder eine andere Flüssigkeit hängen. Für Kompott, Tee, Glühwein, Punsch.

ERSATZ: Zimtstange, Nelken, Zitronen- und Orangenscheiben.

BLUMIGER ACHTER

Sal Tradicional mit Gartenkräutern:

Thymian, Liebstöckel, Kerbel, Chili, Rosmarin, Kornblumenblüten.

Zu Gemüse und in Salatmarinaden.

Oder einfach eine Prise aufs Butterbrot oder ins Olivenöl geben.

ERSATZ: Frische, fein gehackte Kräuter aus dem Garten und Fleur de Sel.



Rassiger Doppler, Flotter Zweier, Süßer Dreier und Scharfes Trio



JAHRESZEITEN KUNST DES WARTENS

Was für ein Glück, dass ich in einer Region mit vier Jahreszeiten lebe. Das intensive Grün des Frühlings, das mediterrane Sommerfeeling, die unerschöpfliche Ernte des Herbstes und die volle Speisekammer im Winter bringen Vielseitigkeit in die Küche. Wer die Geduld hat, die Zutaten zum richtigen Zeitpunkt zu verwenden, wird mit intensiven Geschmackserlebnissen belohnt.

Ich werde ganz kribbelig, wenn die Natur nach dem Winterschlaf erwacht. Gierig nach Frische mache ich mich auf den Weg zu den ersten grünen Boten des Frühlings wie Bärlauch und Brennessel. Wer einen eigenen Garten hat, ist achtsamer mit Naturprodukten. Mir geht es zum Beispiel so beim Rhabarber. Er hat bei mir einen guten Halbschattenplatz. Wenn er jedes Jahr praktisch von selbst wiederkommt, ernte ich ihn fast ehrfürchtig.

Interessanterweise ist es dem Spargel gelungen, dass er von den meisten Menschen zur richtigen Zeit gegessen wird. Das sollte eigentlich bei jedem Gemüse und Obst der Fall sein. Im Takt der Natur zu kochen, erdet mich. Ich fühle mich verbunden mit alldem, was meine Umgebung ausmacht – die Ernte aus Feld und Wald, die Natur, die Menschen.



Für eine Kuchenform
von 28 cm Durchmesser

Teig
200 g Butter,
in kleine Stücke geschnitten
200 g Backzucker
oder Puderzucker
3 Eier
1 EL Orangenlikör
150 g Mehl
50 g Maisstärke

Belag
900 g Rhabarber
3 EL »Süßes Früchtchen«
2 EL Rohrzucker

Meringue (Baiser)
2 Eiweiß
1 Prise Salz
100 g Backzucker
oder Puderzucker
1 Handvoll gehackte Mandeln,
geröstet

RHABARBER-MERINGUE-KUCHEN

Für den Belag den Rhabarber schälen, der Länge nach halbieren und in 10 cm lange Stücke schneiden. In eine Auflaufform geben, mit »Süßem Früchtchen« bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze 15 Minuten etwas dünsten. Den gedünsteten Rhabarber mit dem Zucker bestreuen und zur Seite stellen.

Gedünsteter Rhabarber schmeckt intensiver und verliert nicht so viel Flüssigkeit wie der rohe Rhabarber.

Für den Teig die Butter mit 180 g Zucker in der Küchenmaschine oder mit dem Handrührgerät schaumig rühren. Die Eier trennen. Die Eigelbe einzeln dazugeben, bis die Masse hellgelb und flaumig wird. Dann den Orangenlikör hinzufügen. Das Eiweiß mit dem restlichen Zucker steif schlagen. Das Mehl und die Maisstärke in die Eigelbmasse sieben und unterheben. Dann den Eischnee vorsichtig unterheben. Den Teig in die Kuchenform streichen und im Backofen bei 160 Grad Ober-/Unterhitze etwa 20 Minuten backen.

In der Zwischenzeit für die Meringue das Eiweiß mit dem Salz und dem Zucker zu einer festen Masse schlagen. Die gehackten Mandeln unterheben.

Die Kuchenform aus dem Ofen nehmen, den Boden zügig mit dem Rhabarber belegen, die Meringuemasse auf dem Rhabarber verteilen und weitere etwa 25 Minuten bei 150 Grad fertigbacken.



Ergibt 8 Fladen à 105 g

Teig

20 g frische Hefe
ca. 2 EL Wasser
150 ml Milch
10 g Zucker
100 g Joghurt
1 Ei
8 g Salz
500 g Mehl

Füllung

900 g gemischtes Gemüse
(z. B. Zwiebeln, Fenchel,
Spargel, Frühlingszwiebeln,
Weißkraut, Paprika, Karotten,
Erbsenschoten), in Streifen
geschnitten
8 EL Olivenöl
»Veggie«
mildes Chilipulver
2 Handvoll frische Kräuter,
grob gehackt
3 EL Butter

Dip

200 g Sauerrahm (saure Sahne)
½ unbehandelte Zitrone,
abgeriebene Schale
1 EL frische Minze, grob gehackt
Fleur de Sel

FLADENBROT MIT GEMÜSEFÜLLUNG

Die Fladen schmecken kalt und warm und sind eine noble Jause. Ich fülle sie auch gerne mit eingelegten Tomaten (siehe Seite 108) und gebe eine knusprige Scheibe Speck dazu.

Für die Fladen die Hefe in einer Rührschüssel mit dem Wasser verrühren. Milch, Zucker, Joghurt, Ei, Salz und Mehl hinzufügen und in der Küchenmaschine auf kleinster Stufe oder mit den Knethaken des Handrührgeräts etwa 5 Minuten kneten. Bei Bedarf noch etwas Wasser beigegeben. Den Teig so lange gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat. Dann in acht Portionen teilen und jede Portion zu einem dünnen Kreis ausrollen. Die Fladen ohne Fett in einer heißen Pfanne auf jeder Seite etwa 2 Minuten hellbraun backen.

Das Gemüse mit dem Olivenöl in einer beschichteten Pfanne je nach Größe und Sorte etwa 10 Minuten knackig dünsten. Mit »Veggie«, Chili, Kräutern und Butter abschmecken.

Für den Dip den Sauerrahm mit der Zitronenschale und der Minze verrühren und mit Fleur de Sel abschmecken.

Die Fladen aufschneiden und mit dem heißen Gemüse füllen. Den Dip dazu servieren.



GEBURTSTAG GESCHENKE AUS DER KÜCHE

Wünschen ist immer erlaubt, und Liebe geht bekanntlich durch den Magen. Bei uns gibt es deshalb am Geburtstag viel zum Essen und wenig Päckchen. Geburtstag bedeutet vor allem Zusammensitzen mit Verwandten und Freunden bei Kaffee und Kuchen. Natürlich mit Kerzen. Wer aus dem Kindesalter raus ist, bekommt einen Sternspritzer auf den Kuchen.

Zwei Kuchen gibt es mindestens. Mit dabei sind immer die Bananenschnitten mit Schokoladenglasur. Dieses Rezept der Familie Kaufmann habe ich sozusagen mitgeheiratet. Wenn ich Geburtstag habe, kaufe ich mir einen Kuchen in meiner Lieblings Konditorei, den zweiten backe ich mir selbst. Meistens ist es passend zur Jahreszeit ein Marillenkuchen.

Nach dem süßen Auftakt geht das Geburtstagsfest salzig weiter. Wer zu spät kommt, kann mit etwas Glück noch ein Stück vom übrig gebliebenen Kuchen ergattern. Für mich ist ein selbst gemachter Kuchen einfach ein sehr persönliches Geschenk. Mit etwas Übung ist das auch für weniger routinierte Bäckerinnen und Bäcker keine Hexerei.

Für eine Form
von 22 cm Durchmesser

8–9 Eiweiß (Größe M, ca. 250 ml)
1 Prise Salz
150 g Backzucker oder Puderzucker
210 g gemahlene, geschälte Mandeln
1 EL »Süßes Früchtchen«
75 g weiße Kuvertüre, grob gehackt

BOSNISCHE TORTE IN WEISS

Das Eiweiß mit dem Salz kurz aufschlagen und unter ständigem Rühren nach und nach den Zucker zugeben. Die Masse ganz steif schlagen, bis sie glänzt. Die Mandeln, »Süßes Früchtchen« und die gehackte Kuvertüre unterheben. Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad Ober-/Unterhitze etwa 70 Minuten backen. Übrig gebliebenes Eiweiß lässt sich problemlos in einem Glas einfrieren. Es hält sich ungefähr 10 Monate im Gefrierschrank. Im Kühlschrank langsam auftauen.

Ina, die Tochter meiner Co-Autorin Karin, hatte das Glück, dass die Bosnische Torte genau an ihrem Geburtstag für dieses Buch fotografiert wurde. Ich habe sie mit diesem Kuchen überrascht.



Für 4

Rösti

800 g festkochende Kartoffeln,
geschält und fein gehobelt
Salz
4 EL Butterschmalz
2 EL Butter

Kalbstatar

300 g Kalbfleisch,
faschiert oder fein gehackt
2 EL Sardellen, fein gehackt
4 EL Kräuter
(z. B. Liebstöckel, Petersilie,
Zitronenmelisse, Majoran),
fein gehackt
2 Eigelb
»Veggie«
1 TL Dijon-Senf
1 TL Salz
Pfeffer aus der Mühle

RÖSTI MIT TATAR VOM KALB

Für die Rösti die gehobelten Kartoffeln salzen und bei mäßiger Hitze in einer Pfanne im Butterschmalz 5–10 Minuten zugedeckt glasig dünsten. Die Kartoffeln ab und zu umrühren. Den Deckel entfernen und die Hitze erhöhen, nochmals etwas Butterschmalz und die Butter hinzufügen und die Rösti auf beiden Seiten knusprig braten.

Für das Tatar das Kalbfleisch mit den Sardellen, den Kräutern und den Eigelben vermengen. Mit »Veggie«, Senf, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Tatar schön auf die Rösti setzen und servieren.

Ob Kalb, Rind oder Wild:
Mein Mann Ernst ist ein Fan
meines Tatars. Zum Geburtstag
gibt es die Luxusversion mit
knuspriger Rösti.



Rösti mit Kalbstatar und Sauerrahm mit Sardellen

Für 6

Teig
200 g glattes Mehl (Type 405)
2 EL neutrales Öl (Rapsöl,
Sonnenblumenöl)
120 ml warmes Wasser
2 Prisen Salz
griffiges Mehl zum Bestreuen
(Spätzlemehl, Dunst)
100 g Butter, zerlassen,
zum Bestreichen

Füllung
25 g zimmerwarme Butter
150 g Zucker
3 Eier
750 g Topfen (Quark)
1 TL »Süßes Früchtchen«
2 EL Orangenlikör
150 g Maisstärke
Salz
60 g Semmelbrösel
2 EL Butter

TOPFENSTRUDEL

Für den Strudelteig alle Zutaten bis auf die Butter mit der Küchenmaschine oder mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem Teig kneten. Danach von Hand den Teig so lange kneten, bis er elastisch ist. Den Teig unter einer Schüssel 1 Stunde ruhen lassen. Anschließend den Teig zuerst ausrollen und dann auf einem mit griffigem Mehl gut bestäubten Tuch mit den Händen hauchdünn ausziehen. Die Ränder gerade schneiden.

Für die Füllung die zimmerwarme Butter mit dem Zucker schaumig rühren. Die Eier trennen. Die Eigelbe nacheinander zur Butter-Zucker-Mischung geben. Erst Topfen, »Süßes Früchtchen« und Orangenlikör und dann die Maisstärke unterheben. Das Eiweiß mit etwas Salz steif schlagen und vorsichtig unterheben. Die Semmelbrösel mit 2 Esslöffeln Butter anrösten. Die gerösteten Brösel auf dem Strudelteig verteilen, die Topfenfüllung auf zwei Dritteln des Strudelteigs verteilen und den Teig zu einem Strudel einrollen.

Den Strudel auf ein Backblech setzen und mit der zerlassenen Butter bestreichen. Im auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen etwa 35 Minuten goldbraun backen.

Sobald der Strudelteig auf dem Tuch liegt, muss es zügig gehen, sonst klebt er am Tuch. Wenn ich frische Beeren habe, gebe ich sie auf die Topfenmasse.





DANKE AN UNSER TEAM

HINTER DEN KULISSEN

Viele Köche verderben den Brei. Manchmal ist an diesem Sprichwort etwas dran. Was dieses Kochbuch betrifft, stimmt es sicher nicht. Ganz im Gegenteil, wir brauchen viele konstruktive Feedbacks und wohlwollende Unterstützer. Bis die neuen Rezepte in allen Details funktionieren und veröffentlicht werden können, sind viele Versuche notwendig. Wichtig sind vor allem die aufmerksamen Testpiloten Lara, Maximilian und Ernst, die die Gerichte kritisch verkosten und ihre Eindrücke pointiert zum Ausdruck bringen. Daraus lässt sich ableiten, was fehlt und was zu viel ist. Sind die Rezepte ausgewählt, werden sie alle der Reihe nach fürs Fotoshooting mit besten Zutaten frisch gekocht. Neben der Küchenmeisterin sind dabei die fleißigen Hände von Beate und Gabi am Werk, bis die Gerichte von Vera bildlich in Szene gesetzt werden können. Es ist immer eine Freude, wenn es nach dem Shooting dankbare Esser wie Ina, Ludwig und Gerhard gibt, denen die Gerichte schmecken. Damit haben die Rezepte eine weitere Prüfung bestanden. Auch das Team Requisite ist gefordert, wenn es um die atmosphärischen Zutaten wie Rucksack, Mützen und Handschuhe geht. Anna Kaufmann sorgt für die stets perfekt gebügelten Textilien auf dem Tisch. Roland Guldenschuh ist immer zur Stelle, wenn überraschend etwas gebraucht wird. Diesmal musste ein original Johler-Rodel aufpoliert werden. Wenn das Manuskript steht und die Bilder fotografiert sind, ist der Weg in die Regale der Buchhändler noch ein langer. Dann ist die Expertise des AT Verlags mit Urs Hofmann, Patricia Käppeli und Carla Schmid gefragt, die uns auch bei diesem Kochbuch in bewährter Weise begleitet haben.