



NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Kochen mit NAH & FERN

REZEPTE AUS ALLER WELT





NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept mit WürzKunst SCHWEIZ



NATÜRLICH • KRÄFTIG • ECHT SCHWEIZERISCH

Schweizer Gemüse-Suppe mit WürzKunst Schweiz



35 Min.
Gesamtzeit



25 Min.
Kochzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

(für 4 Personen)

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 1 Lauchstange
- 1 Selleriestange
- 1 Kartoffel
- 1 Zucchini
- 1 rote Peperoni
- 1 Liter Gemüsebouillon
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL **WürzKunst Schweiz**
- 100 ml Rahm oder Crème fraîche (optional)
- Frische Petersilie zum Garnieren

ZUBEREITUNG

- 1 Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- 2 Das Gemüse (Karotten, Lauch, Sellerie, Kartoffel, Zucchini, Peperoni) in kleine Würfel oder Scheiben schneiden.
- 3 Olivenöl in einem grossen Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig andünsten.
- 4 Gemüse dazugeben und ca. 5 Minuten mitdünsten.
- 5 Mit WürzKunst Schweiz würzen und mit Gemüsebouillon ablöschen. Alles aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist.
- 6 Suppe nach Belieben pürieren oder stückig lassen. Rahm oder Crème fraîche einrühren, abschmecken und mit frischer Petersilie bestreuen.

WÜRZKUNST SCHWEIZ

Die perfekte Mischung für schweizerische Genussmomente.

- Schabzigerklee
- Zwiebel
- Knoblauch
- Petersilie
- Lauch
- Muskat
- Pfeffer
- Liebstöckel
- Thymian
- Majoran
- Zitrone



GENUSSTIPP

Dazu passt knuspriges Bauernbrot oder ein feiner Bergkäse. Auch ideal als Vorspeise für ein typisch Schweizer Menü.



100%
NATÜRLICHE
ZUTATEN



OHNE KÜNSTLICHE
ZUSÄTZE



VIELSEITIG
EINSETZBAR



NATÜRLICH &
GESCHMACKVOLL



ENTWICKELT IN
DER SCHWEIZ



NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept mit WürzKunst EUROPA

AROMATISCH • HARMONISCH • VIELSEITIG

Mediterranes Hähnchen in Kräuter-Sahne-Sauce mit getrockneten Tomaten und Oliven



40 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

(für 4 Personen)

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- 1 EL WürzKunst Europa
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 200 g Champignons
- 100 g getrocknete Tomaten in Öl (abgetropft)
- 80 g schwarze Oliven (entsteint)
- 200 ml Sahne
- 100 ml Hühnerbrühe
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Zitronensaft
- Frische Petersilie
- Salz & Pfeffer nach Geschmack

DAS BESONDERE

Mit der WürzKunst Europa von Nah & Fern holen Sie sich die feinen Aromen des Mittelmeers nach Hause. Ideal für Gerichte mit Geflügel, Pasta, Gemüse oder zum Verfeinern von Saucen. Ein Hauch Urlaub auf dem Teller!



ZUBEREITUNG

- 1 Hähnchenbrust in mundgerechte Stücke schneiden und mit 1 EL WürzKunst Europa, Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Hähnchen rundum goldbraun anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.
- 3 Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in derselben Pfanne glasig dünsten.
- 4 Champignons in Scheiben schneiden und mitbraten, bis sie leicht gebräunt sind.
- 5 Getrocknete Tomaten in Streifen schneiden und zusammen mit den Oliven zugeben. Kurz anbraten.
- 6 Mit Sahne und Hühnerbrühe ablöschen. Alles gut verrühren und 5–8 Minuten köcheln lassen.
- 7 Hähnchen wieder in die Sauce geben, mit Zitronensaft, Petersilie und WürzKunst Europa abschmecken. 2 Minuten ziehen lassen und servieren.

WÜRZKUNST EUROPA

Die perfekte Mischung für europäische Genussmomente.

- Oregano
- Basilikum
- Thymian
- Rosmarin
- Knoblauch
- Zwiebel
- Paprika
- Schwarzer Pfeffer
- Meersalz
- Zitronenschale



GENUSSTIPP

Dazu passen Bandnudeln, Reis oder frisches Baguette. Ein Spritzer Zitronensaft und etwas Parmesan runden das Gericht ab.





NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept mit WürzKunst AMERIKA

AROMATISCH • WÜRZIG • TYPISCH AMERIKANISCH

Tex-Mex Bohnenpfanne mit Bohnen, Mais und Reis



45 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 1 Dose schwarze Bohnen
400 g (Abtropfgewicht)
- 1 Dose Kidneybohnen
400 g (Abtropfgewicht)
- 1 Dose Mais
300 g (Abtropfgewicht)
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 2 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Dose stückige Tomaten
400 g
- 200 g Langkornreis
- 2 EL Tomatenmark
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Paprikapulver
- Salz und Pfeffer
- Saft ½ Limette
- Frischer Koriander zum Garnieren

DAS BESONDERE

Mit der WürzKunst Amerika von Nah & Fern holst du dir den authentischen Geschmack des Wilden Westens nach Hause. Perfekt für Tex-Mex, BBQ und viele weitere Lieblingsgerichte.

ZUBEREITUNG

- 1 Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Paprika waschen, entkernen und in Würfel schneiden.
- 2 Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Zwiebel sowie Knoblauch glasig dünsten.
- 3 Paprika dazugeben und 5 Minuten anbraten.
- 4 Tomatenmark einrühren, Kreuzkümmel und Paprikapulver zugeben und kurz mitrösten.
- 5 Tomaten, abgetropfte Bohnen, Mais und Reis einrühren.
- 6 Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.
- 7 Aufkochen, dann bei mittlerer Hitze abgedeckt ca. 20–25 Minuten köcheln lassen, bis der Reis gar ist. Gelegentlich umrühren.
- 8 Mit frischem Koriander garnieren und servieren.

WÜRZKUNST AMERIKA

Die perfekte Mischung für authentische Genussmomente

- Paprika
- Knoblauch
- Zwiebel
- Chili
- Schwarzer Pfeffer
- Oregano
- Koriander
- Kreuzkümmel
- Muskat



GENUSSTIPP

Dazu passen Guacamole, Tortilla Chips, Maisgerichte oder ein frischer Avocado-Salat.





NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept mit WürzKunst Afrika

AROMATISCH • WÜRZIG • AFRIKANISCH

Erdnuss-Hähnchen mit Süßkartoffeln und Spinat



45 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

(für 4 Personen)

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- 2 Süßkartoffeln
- 2 Handvoll frischer Spinat
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Paprika
- 1 Dose gehackte Tomaten (400 g)
- 200 ml Kokosmilch
- 2 EL Erdnussbutter
- 2 EL Pflanzenöl
- Salz & Pfeffer nach Geschmack

DAS BESONDERE

Mit der WürzKunst Afrika von Nah & Fern verleihen Sie diesem Gericht den authentischen Geschmack Afrikas – harmonisch, würzig und unverwechselbar.



ZUBEREITUNG

- 1 Hähnchen in Würfel schneiden und mit 1 EL WürzKunst Afrika, Salz und Pfeffer marinieren.
- 2 Süßkartoffeln schälen und in Würfel schneiden. In einem Topf mit etwas Öl ca. 10 Minuten anbraten.
- 3 Zwiebel, Knoblauch und Paprika fein hacken. In einer Pfanne mit Öl glasig anbraten.
- 4 Hähnchenwürfel dazugeben und rundum anbraten.
- 5 Gehackte Tomaten und Kokosmilch zugeben, 1 EL WürzKunst Afrika und Erdnussbutter einrühren.
- 6 Süßkartoffeln dazugeben und alles ca. 15 Minuten köcheln lassen.
- 7 Spinat unterheben und 2–3 Minuten mitziehen lassen. Abschmecken und servieren.

WÜRZKUNST AFRIKA

Die perfekte Mischung für afrikanische Genussmomente.

- Paprika
- Koriander
- Kreuzkümmel
- Ingwer
- Knoblauch
- Chili
- Zimt
- Muskat
- Schwarzer Pfeffer
- Meersalz



GENUSSTIPP

Dazu passt Basmatireis oder Fladenbrot.
Ein Spritzer Limettensaft rundet das Gericht perfekt ab.





NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept mit WürzKunst INDIEN

AROMATISCH
•
WÜRZIG
•
EXOTISCH



Indisches Hähnchen-Curry mit Kokosmilch und Kichererbsen



40 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

(für 4 Personen)

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- 1 EL WürzKunst Indien
- 1 Dose Kokosmilch (400 ml)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück frischer Ingwer (2 cm)
- 1 rote Paprika
- 1 Dose Kichererbsen (240 g Abtropfgewicht)
- 2 EL Pflanzenöl
- Saft von 1 Limette
- Frischer Koriander
- Salz & Pfeffer nach Geschmack

DAS BESONDERE

Mit der WürzKunst Indien von Nah & Fern holen Sie sich die Aromen Indiens nach Hause. Perfekt abgestimmt – für authentischen Geschmack wie aus 1001 Nacht.



ZUBEREITUNG

- 1 Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden und mit 1 EL WürzKunst Indien mischen.
- 2 Zwiebel, Knoblauch und Ingwer fein hacken.
- 3 Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Hähnchen darin rundum anbraten und aus der Pfanne nehmen.
- 4 Zwiebel, Knoblauch und Ingwer im gleichen Öl glasig dünsten.
- 5 Paprika in Würfel schneiden und zugeben. 3–4 Minuten mitbraten.
- 6 Kokosmilch, Kichererbsen und das angebratene Hähnchen hinzufügen. Alles gut verrühren und ca. 15 Minuten köcheln lassen.
- 7 Mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit frischem Koriander bestreuen und servieren.

WÜRZKUNST INDIEN

Die perfekte Mischung für indische Genussmomente.

- Kurkuma
- Kreuzkümmel
- Koriander
- Garam Masala
- Bockshornklee
- Ingwer
- Knoblauch
- Chili
- Zimt
- Schwarzer Pfeffer
- Zwiebel
- Kardamom



GENUSSTIPP

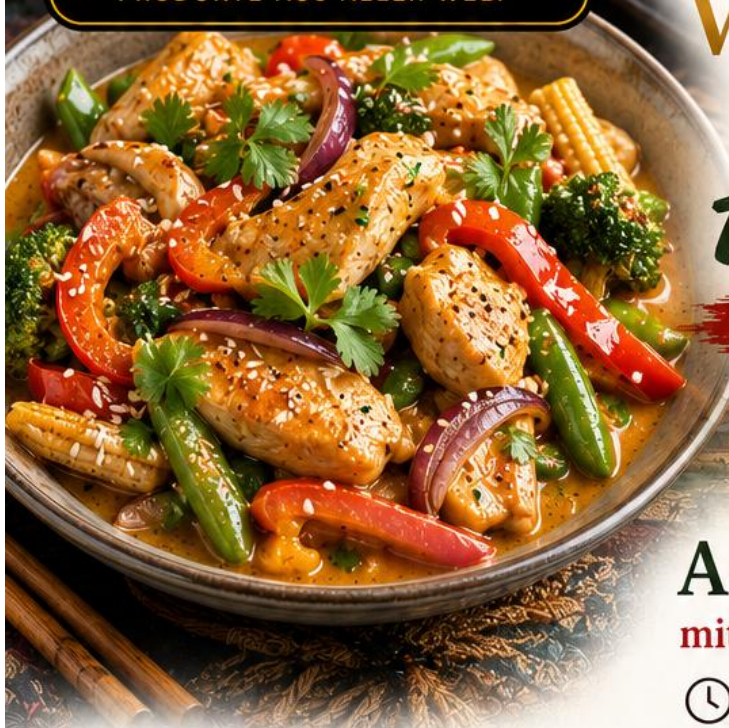
Dazu passen Basmatireis, Naan-Brot oder ein frischer Gurken-Raita.





NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT



Rezept mit WürzKunst ASIEN

AROMATISCH • WÜRZIG • EXOTISCH

Asia-Hähnchen mit Kokosmilch und Gemüse



35 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

(für 4 Personen)

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- 1 EL WürzKunst Asien
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 Brokkoli (ca. 250 g)
- 1 Dose Kokosmilch (400 ml)
- 2 EL Sojasauce
- 1 EL Fischsauce (optional)
- 1 EL Sesamöl
- Saft von 1 Limette
- Frischer Koriander
- Salz & Pfeffer nach Geschmack
- Sesam zum Bestreuen

DAS BESONDERE

Mit der WürzKunst Asien von Nah & Fern holen Sie sich die Aromen Asiens direkt nach Hause. Perfekt abgestimmt für exotische Gerichte mit authentischem Geschmack und feiner Würze.



ZUBEREITUNG

- 1 Hähnchenbrust in mundgerechte Stücke schneiden und mit 1 EL WürzKunst Asien vermengen. Kurz marinieren lassen.
- 2 Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken.
- 3 Öl in einer großen Pfanne oder im Wok erhitzen. Hähnchenstücke darin bei starker Hitze rundum anbraten und herausnehmen.
- 4 Zwiebel, Knoblauch und Ingwer im selben Wok glasig anbraten.
- 5 Paprika in Streifen schneiden, Brokkoli in Röschen teilen und mit dem Gemüse in den Wok geben. 3–4 Minuten anbraten.
- 6 Kokosmilch, Sojasauce, Fischsauce und Limettensaft hinzufügen. Alles gut verrühren und 5 Minuten köcheln lassen.
- 7 Hähnchen zurück in den Wok geben und alles weitere 3–4 Minuten ziehen lassen. Mit frischem Koriander und Sesam bestreuen und servieren.

WÜRZKUNST ASIEN

Die perfekte Mischung für asiatische Genussmomente.

- Koriander
- Kurkuma
- Ingwer
- Knoblauch
- Zitronengras
- Chili
- Kreuzkümmel
- Zwiebel
- Schwarzer Pfeffer
- Sesam
- Zimt
- Sternanis



GENUSSTIPP

Dazu passt Jasminreis oder gebratene Nudeln. Ein Spritzer Limette und etwas frischer Koriander machen das Gericht perfekt.





NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept mit WürzKunst OZEANIEN

FRISCH • AROMATISCH • EXOTISCH

Kokos-Fisch-Curry mit Ananas und Limette



35 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

(für 4 Personen)

- 600 g weißes Fischfilet
(z. B. Kabeljau oder Heilbutt)
- 1 EL WürzKunst Ozeanien
- 1 Dose Kokosmilch (400 ml)
- 1 EL Pflanzenöl
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück frischer Ingwer (2 cm)
- 1 rote Paprika
- 150 g Ananas (frisch oder aus der Dose)
- Saft und Abrieb von 1 Limette
- 1 Handvoll Babyspinat
- Salz & Pfeffer nach Geschmack

DAS BESONDERE

Mit der WürzKunst Ozeanien von Nah & Fern holen Sie sich den Geschmack der Südsee nach Hause – inspiriert von australischen und pazifischen Aromen. Perfekt für Fisch, Meeresfrüchte, Gemüse und exotische Gerichte.



ZUBEREITUNG

- 1 Fisch in mundgerechte Stücke schneiden. Mit 1 TL WürzKunst Ozeanien und etwas Limettensaft marinieren.
- 2 Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Paprika in Streifen schneiden, Ananas in Stücke.
- 3 Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer glasig anschwitzen.
- 4 Paprika und Ananas hinzufügen und ca. 3 Minuten mitbraten.
- 5 Kokosmilch und 1 EL WürzKunst Ozeanien einrühren. Alles aufkochen lassen und 5 Minuten köcheln.
- 6 Fischstücke vorsichtig in die Sauce geben und bei mittlerer Hitze ca. 8–10 Minuten garen, bis der Fisch gar ist.
- 7 Mit Limettensaft, Limettenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken. Spinat unterheben und kurz zusammenfallen lassen.

WÜRZKUNST OZEANIEN

Die perfekte Mischung für exotisch-frische Genussmomente.

- Zitronenschale
- Orangenschale
- Knoblauch
- Ingwer
- Kurkuma
- Koriander
- Kreuzkümmel
- Pfeffer
- Meersalz
- Lemon Myrtle
- Paprika



GENUSSTIPP

Dazu passen Jasminreis oder Kokosreis und ein frischer Gurken-Salat mit Minze.





NAH & FERN

REZEPTE AUS ALLER WELT

Rezept

mit fertiger

GEMÜSEPASTE

LJUTENITSA

BALKAN SUPPE mit Ljutenitsa & Feta

Aromatisch. Würzig. Herzhaft.

Eine schnelle, wärmende Suppe mit dem vollen Geschmack des Balkans – perfekt als Vorfpeise oder leichtes Hauptgericht.



15 Min.

Vorbereitungszeit



30 Min.

Kochzeit



4

Portionen



Einfach

Schwierigkeitsgrad



BULGARIEN
BALKAN



*Vielseitig
Schnell
Lecker*

ZUBEREITUNG

- 1 Zwiebel, Knoblauch und Peperoni fein würfeln.
- 2 In einem großen Topf das Olivenöl erhitzen und Zwiebel sowie Knoblauch glasig anbraten.
- 3 Kartoffeln und Rübli in kleine Würfel schneiden und mitdünsten.
- 4 1 Glas Ljutenitsa dazugeben und kurz mitrösten.
- 5 Mit Gemüsebouillon ablöschen, Paprikapulver und Oregano einrühren.
- 6 20–25 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist.
- 7 Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 8 Suppe in Schalen anrichten, mit Feta bestreuen und mit frischer Petersilie garnieren.

ZUTATEN (für 4 Personen)

- 1 Glas Nah & Fern Balkan Ljutenitsa (ca. 250 g)
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Olivenöl
- 1 rote Peperoni
- 2 Kartoffeln
- 1 Rübli
- 1 Liter Gemüsebouillon
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 TL getrockneter Oregano
- Salz & Pfeffer nach Geschmack
- 100 g Feta
- Frische Petersilie zum Garnieren



GENUSSTIPP

Dazu passt knuspriges Brot, Fladenbrot oder als Vorspeise zu einem mediterranen Menü.



BALKAN-FLAIR FÜR DEINE KÜCHE

Ideal zu Fleisch, Gemüse, Käse, als Dip, Brotaufstrich oder zum Verfeinern von Suppen und Saucen.



**VIELSEITIG
EINSETZBAR**



**OHNE KÜNSTLICHE
ZUSÄTZE**



**VEGETARISCH
& VEGAN**



**NACH TRADITIONELLEM
BALKAN REZEPT**



**MIT LIEBE
HERGESTELLT**



NAH & FERN

REZEPTE AUS ALLER WELT

Rezept mit Dracula's BLOODSAUCE

Rumänische Rippchen
mit Kartoffelspalten

DUNKEL. WÜRZIG. LEGENDÄR.
einfach zum Anbeißen!



15 Min.

Vorbereitungszeit



90 Min.

Garzeit



4

Portionen



Einfach

Schwierigkeitsgrad



ZUTATEN

(für 4 Personen)

Für die Rippchen

- 800 g Schweine-Rippchen (z. B. Spare Ribs)
- ca. 300 ml **Dracula's Bloodsauce**
- 1 EL Öl
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver (optional)

Für die Kartoffelspalten

- 800 g Kartoffeln
- 2 EL Öl
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Knoblauchpulver
- Salz & Pfeffer nach Geschmack

ZUBEREITUNG

- 1 Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
- 2 Rippchen mit Öl und Paprikapulver einreiben. Mit etwas Bloodsauce bestreichen.
- 3 Rippchen auf das Blech legen, mit Alufolie abdecken und ca. 60 Minuten im Ofen garen, bis sie zart sind.
- 4 In der Zwischenzeit Kartoffeln waschen, in Spalten schneiden und mit Öl, Paprikapulver, Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer mischen.
- 5 Kartoffelspalten auf ein Backblech geben und ca. 35–40 Minuten goldbraun backen.
- 6 Rippchen aus dem Ofen nehmen, Alufolie entfernen und mit der restlichen Dracula's Bloodsauce großzügig bestreichen. Weitere 10–15 Minuten im Ofen backen, bis die Sauce leicht karamellisiert.
- 7 Mit Kartoffelspalten servieren und genießen!

PERFEKT DAZU

Ein frischer Krautsalat, geröstetes Gemüse oder ein kühles alkoholfreies Aromel-Getränk.



GENUSSTIPP

Für extra rauchiges Aroma die Rippchen auf dem Grill nach dem Backen noch 5 Minuten direkt angrillen und mit Bloodsauce glasieren.

DRACULA'S BLOODSAUCE –
der Geschmack für mutige Genießer.
Für dunkle Nächte und legendäre Mahlzeiten!





NAH & FERN

REZEPTE AUS ALLER WELT

Rezept

mit

FIVE SENSES SPICE



Schweiz isst scharf

Der ultimative Allrounder – für alle fünf Sinne!
Perfekt für Fleisch, Gemüse, BBQ und mehr.



20 Min.
Vorbereitungszeit



20 Min.
Kochzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad

Dieses Gewürz ist der ultimative Allrounder für deine Küche, entwickelt, um alle fünf Geschmacks-sinne gleichzeitig zu aktivieren. Die Basis aus feinstem Speisesalz (38 %) und Rohrzucker sorgt für das perfekte Gleichgewicht aus **Salzigkeit** und einer **süssen Karamellnote**. Edelsüser **Paprika** und ein natürlicher Glutamatersatz bringen tiefen, herzhaften **Umami-Geschmack** ganz ohne künstliche Zusätze. Abgerundet durch fein dosierte **Schärfe** (Cayenne und Pfeffer) sowie leicht **säuerliche** und **herbe Nuancen** von **Senf** und **Kreuzkümmel**, verleiht diese Mischung Fleisch, Gemüse und BBQ-Gerichten eine unvergleichliche,

Würzige Poulet-Gemüse-Pfanne

ZUTATEN

(für 4 Personen)

- 500 g Pouletbrust, in Streifen
- 2 EL **Five Senses Spice**
– Schweiz isst scharf
- 2 EL Olivenöl
- 1 rote Paprika, in Streifen
- 1 gelbe Paprika, in Streifen
- 1 Zucchini, in Halbmonde
- 1 rote Zwiebel, in Spalten
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 EL Tomatenpüree
- 1 EL Zitronensaft
- Salz nach Bedarf
- Frische Petersilie zum Garnieren

ZUBEREITUNG

- 1 Pouletstreifen mit 1 EL Five Senses Spice, etwas Öl und Zitronensaft marinieren. 10 Minuten ziehen lassen.
- 2 Öl in einer grossen Pfanne oder im Wok erhitzen. Pouletstreifen scharf anbraten, bis sie goldbraun und durchgegart sind. Herausnehmen und beiseite stellen.
- 3 Im gleichen Öl Zwiebeln und Knoblauch anbraten, bis sie glasig sind.
- 4 Paprika und Zucchini dazugeben und 5–7 Minuten braten, bis das Gemüse bissfest ist.
- 5 Tomatenpüree einrühren, mit 1 EL Five Senses Spice, Salz und Zitronensaft abschmecken.
- 6 Poulet zurück in die Pfanne geben und alles gut vermengen. 2–3 Minuten ziehen lassen.
- 7 Mit frischer Petersilie bestreuen und sofort servieren.



GENUSTIPP

Passt hervorragend zu Reis, Kartoffeln, Couscous oder auf einem knackigen Salat.

DIE 5 SINNE – IN EINER MISCHUNG



SALZIG
Speisesalz für die perfekte Basis



SÜSS
Rohrzucker für eine feine Karamellnote



UMAMI
Edelsüser Paprika und Glutamatersatz für Tiefe



SCHARF
Cayenne und Pfeffer für angenehme Schärfe



SÄUERLICH & HERB
Senf und Kreuzkümmel für eine harmonische Balance



OHNE KÜNSTLICHE ZUSÄTZE



VIELSEITIG EINSETZBAR



PERFEKT FÜR BBQ & MEHR



ENTWICKELT IN DER SCHWEIZ



NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept mit WürzKunst UNGARN

AROMATISCH • WÜRZIG • TYPISCH UNGARISCH

Ungarisches Gulasch mit WürzKunst Gulasch

Zartes Rindfleisch in würziger Paprika-Sauce –
ein Klassiker aus Ungarn.



2 Std. 15 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 800 g Rindfleisch (z.B. Schulter) in Würfel geschnitten
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Pflanzenöl oder Schmalz
- 2 EL **WürzKunst Gulasch** aus Ungarn
- 2 EL Tomatenmark
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 400 g gehackte Tomaten (aus der Dose)
- 500 ml Rinderbrühe
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Majoran getrocknet
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

DAS BESONDERE

Mit der WürzKunst Gulasch aus Ungarn von Nah & Fern gelingt dir der authentische Geschmack Ungarns. Perfekt für gemütliche Familienessen und besondere Anlässe.

ZUBEREITUNG

- 1 Zwiebeln und Knoblauch fein hacken.
- 2 Öl oder Schmalz in einem großen Topf erhitzen. Fleisch darin rundum kräftig anbraten.
- 3 Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und glasig dünsten.
- 4 **WürzKunst Gulasch aus Ungarn** und Tomatenmark einrühren, kurz mitrösten.
- 5 Paprika in Würfel schneiden, dazugeben und 5 Minuten mitdünsten.
- 6 Gehackte Tomaten, Brühe, Lorbeerblatt und Majoran hinzufügen. Gut umrühren.
- 7 Zugedeckt bei niedriger Hitze 1½ – 2 Stunden schmoren lassen, bis das Fleisch zart ist. Gelegentlich umrühren.
- 8 Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lorbeerblatt entfernen und servieren.

WÜRZKUNST GULASCH aus Ungarn

Die perfekte Würzmischung für authentischen Gulaschgenuss.

- Paprika edelsüß
- Zwiebel
- Knoblauch
- Kreuzkümmel
- Majoran
- Pfeffer
- Koriander
- Knoblauchgranulat
- Liebstöckel
- Chili



GENUSSTIPP

Dazu passen Spätzle, Kartoffeln oder frisches Bauernbrot und ein trockener Rotwein.





NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept

für einen

ALKOHOLFREIEN SOMMERDRINK

MIT AKOMELO



Mediterran. Erfrischend. Einzigartig.

Unser Akomelo – der griechische Sirup mit Bergtee, Zitrusfrüchten und Tonka – bringt Sonne, Aroma und Urlaubsgefühl ins Glas. Perfekt für Gross und Klein!

AKOMELO SPRITZ

Zutaten (für 1 Glas)

- 4 cl Akomelo (Sirup)
- 150 ml Mineralwasser (sprudelnd)
- 100 ml Apfelsaft (naturtrüb)
- 1–2 Scheiben Orange
- 1 Zweig frische Minze
- Eiswürfel nach Wunsch

100%
alkoholfrei



Zubereitung

- 1 Akomelo in ein Glas geben.
- 2 Apfelsaft hinzufügen und gut umrühren.
- 3 Mit sprudelndem Mineralwasser auffüllen.
- 4 Eiswürfel, Orangenscheiben und Minze dazugeben.
- 5 Kurz umrühren und geniessen!



GENUSSTIPP

Passt wunderbar zu leichten Sommergerichten, frischen Salaten, Grilladen oder einfach so – als kleine Auszeit zwischendurch.

Akomelo – vielseitig geniessen.

Auch köstlich in Mocktails, Eistees, Desserts oder über Joghurt und Früchte. Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!



Natürlich.
Erfrischend.
BESONDERS.



NATÜRLICHE
ZUTATEN



MIT GRIECHISCHEM
BERGTEE



FEINER GESCHMACK
VON ZITRUS



MIT TONKA FÜR
DAS BESONDERE AROMA



FÜR DIE GANZE
FAMILIE



NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept mit FRUCHTAUFSTRICH ASIEN

Kokos-Panna-Cotta mit exotischem Fruchtspiegel

Samtige Kokos-Panna-Cotta trifft auf einen fruchtig-exotischen Aufstrich Asien mit Orange, Drachenfrucht, Guave, Granatapfel, Limette und Kokosnuss – ein Dessert wie ein Kurzurlaub für die Sinne.



20 Min.
Zubereitung



4 Std.
Kühlzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN (für 4 Personen)

Für die Panna-Cotta:

- 400 ml Kokosmilch
- 100 ml Vollrahm
- 2 EL Zucker
- 1 TL Vanillezucker
- 2 Blatt Gelatine

Für den Fruchtspiegel:

- 4 EL Fruchtaufstrich Asien von Nah & Fern (ca. 80 g)
- 1 TL Limettensaft

Zum Garnieren:

- Frische Drachenfrucht
- Mango
- Granatapfelkerne
- Kokoschips
- Pistazien
- Frische Minze

ZUBEREITUNG

- 1 Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
- 2 Kokosmilch, Rahm, Zucker und Vanillezucker in einem Topf erwärmen (nicht kochen).
- 3 Gelatine ausdrücken, in der warmen Flüssigkeit auflösen und gut einrühren.
- 4 Flüssigkeit in 4 Förmchen oder Gläser füllen und mindestens 4 Stunden, am besten über Nacht, kalt stellen.
- 5 Fruchtaufstrich Asien mit Limettensaft gut verrühren.
- 6 Panna-Cotta aus den Förmchen stürzen oder direkt im Glas servieren und mit dem Fruchtspiegel beträufeln.
- 7 Mit frischen Früchten, Kokoschips, Pistazien und Minze dekorieren und genießen!



Matürlich.
Fruchtig.
Anders.



GENUSSTIPP

Für noch mehr Aroma mit etwas Limettenabrieb oder gerösteten Kokosflocken verfeinern.



EXOTISCH. FRUCHTIG. EINZIGARTIG.

Desserts neu erleben – mit Nah & Fern.



FRUCHTANTEIL
50%



INSPIRIERT VON
ASIEN



NATÜRLICHE
ZUTATEN



VIELSEITIG
EINSETZBAR



MIT LIEBE
HERGESTELLT



NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept

mit

FRUCHTAUFSTRICH

INDIEN

*Exotisches Schichtdessert
mit Joghurt & frischen Früchten*

Fruchtig, cremig und herrlich exotisch!

Der Fruchtaufstrich Indien mit Orange, Guave, Granatapfel und Dattel verleiht diesem Dessert eine unvergleichliche, fruchtige Tiefe und eine angenehm süsse Note.



20 Min.
Zubereitung



2 Std.
Kühlzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad



ZUTATEN (für 4 Gläser)

- 200 g Fruchtaufstrich Indien von Nah & Fern
- 400 g griechischer Joghurt
- 200 g Mascarpone
- 2 EL Honig oder Ahornsirup
- 100 g Mango, frisch (in Würfeln)
- 1 Kiwi, in Würfeln
- 1/2 Granatapfel (Kerne)
- 100 g Erdbeeren, in Scheiben
- 80 g Granola oder Kekskrumbles
- Frische Minze zum Garnieren



GENUSSTIPP

Auch köstlich als Topping auf Pancakes, Waffeln, im Müsli oder als Füllung für Crêpes.



ZUBEREITUNG

- 1 Joghurt, Mascarpone und Honig in einer Schüssel cremig verrühren.
- 2 Die Gläser schichten: zuerst eine Lage Joghurtcreme, dann 1–2 EL Fruchtaufstrich Indien.
- 3 Etwas Granola daraufgeben.
- 4 Mit frischen Früchten belegen.
- 5 Wiederholen, bis die Gläser gefüllt sind. Mit Fruchtaufstrich und Früchten abschliessen.
- 6 Mindestens 2 Stunden im Kühlschrank kühlen lassen.

EXOTISCHER GENUSS – GANZ EINFACH!

Der Fruchtaufstrich Indien bringt die Aromen Asiens direkt in deine Küche.



*Natürlich.
Fruchtig.
Anders.*



FRUCHTANTEIL
50%



INSPIRIERT VON
ASIEN



NATÜRLICHE
ZUTATEN



VIELSEITIG
EINSETZBAR



MIT LIEBE
HERGESTELLT



NAH & FERN

PRODUKTE AUS ALLER WELT

Rezept

mit

FRUCHTAUFSTRICH OZEANIEN

Tropisches Crêpes
mit Ananas & Limette



Exotisch, fruchtig und herrlich erfrischend!
Diese Crêpes mit Fruchtaufstrich Ozeanien, Ananas und Limette bringen Sonnenschein auf den Teller – perfekt für ein besonderes Frühstück oder ein leichtes Dessert.



25 Min.
Zubereitung



10 Min.
Backzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN (für 4 Personen)

Für die Crêpes:

- 200 g Mehl
- 2 Eier
- 300 ml Milch
- 1 Prise Salz
- 1 EL Zucker
- 1 EL Sonnenblumenöl

Zum Servieren:

- 1 Glas Fruchtaufstrich Ozeanien von Nah & Fern (ca. 250 g)
- 150 g frische Ananas
- 1 Limette (Abrieb und Saft)
- Kokosraspel
- Frische Minze

ZUBEREITUNG

- 1 Für die Crêpes Mehl, Eier, Milch, Salz, Zucker und Öl zu einem glatten Teig verrühren. 15 Min. ruhen lassen.
- 2 Eine beschichtete Pfanne leicht einfetten und die Crêpes nacheinander goldgelb backen.
- 3 Ananas in kleine Würfel schneiden. Limette heiß abwaschen, Schale abreiben und den Saft auspressen.
- 4 Die Crêpes mit Fruchtaufstrich Ozeanien bestreichen und zusammenklappen.
- 5 Mit Ananaswürfeln, Limettensaft und -abrieb garnieren.
- 6 Mit Kokosraspeln und frischer Minze toppen und servieren.



*Natürlich.
Fruchtig.
Anders.*



GENUSSTIPP

Dazu passt ein Klecks Joghurt oder griechischer Joghurt und ein Spritzer Limettensaft – einfach köstlich!



**EIN STÜCK PARADIES
FÜR ZUHAUSE!**



FRUCHTANTEIL
50%



EXOTISCHE FRÜCHTE
AUS OZEANIEN



NATÜRLICHE
ZUTATEN



VIELSEITIG
EINSETZBAR



MIT LIEBE
HERGESTELLT

Rezept mit **BELGIEN**

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Moules-Frites

Belgiens Muscheltopf mit Pommes Frites

Der Klassiker an der belgischen Küste:
frische Miesmuscheln in Weißwein,
Sellerie und Kräutern,
dazu knusprige Pommes Frites.



45 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 2 kg frische Miesmuscheln
- 2 Zwiebeln, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 2 Stangen Sellerie, in feine Scheiben
- 2 EL Butter
- 200 ml Weißwein
- 200 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne
- 1 Bund Petersilie, fein gehackt
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 2 kg Kartoffeln
- Sonnenblumenöl oder Frittierfett
- Salz

ZUBEREITUNG

- 1 Muscheln gründlich reinigen: Bärte entfernen, Schalen abbürsten.
- 2 Butter in einem großen Topf zerlassen. Zwiebeln, Knoblauch und Sellerie glasig dünsten.
- 3 Mit Weißwein und Gemüsefond ablöschen, aufkochen lassen.
- 4 Muscheln dazugeben, Deckel aufsetzen und ca. 8–10 Minuten garen, bis sich die Muscheln geöffnet haben.
- 5 Sahne zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie einrühren.
- 6 Für die Pommes: Kartoffeln schälen, in Stifte schneiden und in heißem Öl goldbraun frittieren.
- 7 Mit Salz würzen und zusammen mit den Muscheln servieren.

DAS BESONDERE

Moules-Frites ist mehr als nur ein Gericht – es ist belgische Lebensfreude. Einfach, frisch und immer ein Genuss!



GENUSSTIPP

Dazu passt ein kühles belgisches Bier oder ein frischer Weißwein. Einfach unwiderstehlich!



TYPISCH BELGISCH

Belgien steht für Genuss, Vielfalt und Gemütlichkeit. Moules-Frites ist das Herzstück der belgischen Esskultur.

Rezept mit DÄNEMARK

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Frikadeller

**Dänische Hackbällchen
mit Kartoffeln, brauner Sauce
und Rotkohl**

Saftige Hackbällchen aus Schweine- und Rindfleisch, traditionell gewürzt und in der Pfanne gebraten.

Dazu cremige braune Sauce, Kartoffeln und würziger Rotkohl – ein echter Klassiker der dänischen Küche.



1 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 500 g Rinderhackfleisch
- 500 g Schweinehackfleisch
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 Ei
- 100 ml Milch
- 100 g Semmelbrösel
- 1 TL Salz
- 1/2 TL Pfeffer
- 1/2 TL Muskatnuss
- 2 EL Butter oder Öl

Für die Sauce:

- 30 g Butter
- 30 g Mehl
- 500 ml Rinderbrühe
- 1 EL Sojasauce
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

ZUBEREITUNG

- 1 Zwiebel in einer Pfanne mit etwas Butter glasig dünsten und abkühlen lassen.
- 2 Hackfleisch, Ei, Milch, Semmelbrösel, Zwiebeln, Salz, Pfeffer und Muskatnuss in einer Schüssel gut vermengen.
- 3 Aus der Masse gleich große Bällchen formen.
- 4 Butter oder Öl in einer Pfanne erhitzen und die Frikadeller bei mittlerer Hitze rundum goldbraun braten. Herausnehmen und warm halten.
- 5 Für die Sauce: Butter in einem Topf schmelzen, Mehl einrühren und kurz anschwitzen.
- 6 Nach und nach die Rinderbrühe einrühren, glatt rühren und aufkochen lassen.
- 7 Sojasauce hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz köcheln lassen.
- 8 Frikadeller mit Sauce, Kartoffeln und Rotkohl servieren.

DAS BESONDERE

Frikadeller sind in Dänemark ein beliebtes Hausmannessen – einfach, bodenständig und voller Geschmack. Ein Gericht, das Generationen verbindet.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein kühles dänisches Bier oder ein Aquavit. Reste schmecken am nächsten Tag als Aufschnitt auf Brot – einfach köstlich!

TYPISCH DÄNISCH

Dänemark steht für Hygge, Gemütlichkeit und gutes Essen in Gesellschaft. Einfache Zutaten, liebevoll zubereitet, machen die dänische Küche so besonders.



Rezept

mit

BOSNIEN & HERZEGOWINA

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Ćevapi

Gegrillte Hackfleischröllchen
mit Lepinja und Ajvar

Das beliebteste Gericht des Balkans –
würzige Ćevapi vom Grill,
serviert mit frischem Fladenbrot,
Zwiebeln und Ajvar.



1 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 600 g Rind- und Lammhackfleisch (halb & halb)
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 TL Salz
- 1/2 TL Pfeffer
- 1 TL Paprikapulver
- 1/2 TL Kreuzkümmel
- 1/2 TL Natron (Backsoda)
- 2 EL Mineralwasser
- 4 Lepinja (Fladenbrote)
- 2 Zwiebeln, fein gehackt
- Ajvar (Paprikapaste)
- Öl zum Einfetten

ZUBEREITUNG

- 1 Hackfleisch mit Knoblauch, Salz, Pfeffer, Paprika, Kreuzkümmel und Natron mischen. Mineralwasser dazugeben und gut verkneten.
- 2 Die Masse abgedeckt im Kühlschrank mindestens 30 Minuten ruhen lassen.
- 3 Aus der Masse kleine Röllchen formen.
- 4 Ćevapi auf dem Grill oder in einer Grillpfanne rundum bei mittlerer Hitze ca. 10–12 Minuten goldbraun und durchgegart grillen.
- 5 Lepinja kurz aufwärmen.
- 6 Ćevapi mit gehackten Zwiebeln und Ajvar servieren.

DAS BESONDERE

Ćevapi sind mehr als nur ein Gericht – sie stehen für Gastfreundschaft, Gemeinschaft und die Seele des Balkans.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein frischer Šopska-Salat und ein kaltes Joghurtgetränk – einfach himmlisch!

TYPISCH BOSNISCH

Einfache Zutaten, ehrlicher Geschmack und viel Herz. Bosnien und Herzegowina verbindet Orient und Okzident – das spiegelt sich auch in der Küche.



Rezept mit DEUTSCHLAND

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Schweinshaxe mit Kartoffelknödeln und Sauerkraut

Ein Klassiker der deutschen Küche –
zart geschmorte Schweinshaxe
mit knuspriger Kruste, serviert mit deftigem
Kartoffelknödeln und würzigem Sauerkraut.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 2 Schweinshaxen (à ca. 1 kg)
- Salz und Pfeffer
- 2 Zwiebeln, grob gehackt
- 2 Karotten, in Stücke geschnitten
- 1 Stange Lauch, in Ringe geschnitten
- 2 Knoblauchzehen
- 500 ml Dunkelbeer
- 500 ml Wasser oder Brühe
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Kümmel

Sauerkraut:

- 800 g Sauerkraut
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 Apfel, gerieben
- 1 EL Schmalz
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Wacholderbeeren

Kartoffelknödel:

- 1 kg mehlig Kartoffeln
- 200 g Kartoffelmehl
- 1 Ei
- Salz, Muskatnuss

DAS BESONDERE

Die Schweinshaxe steht für Gemütlichkeit und Genuss. Perfekt für gesellige Runden und ein Stück deutsche Tradition.

ZUBEREITUNG

- 1 Schweinshaxen waschen, trocken tupfen, rundum mit Salz und Pfeffer einreiben.
- 2 Zwiebeln, Karotten, Lauch und Knoblauch in einen Bräter geben. Haxen darauflegen.
- 3 Mit Dunkelbeer und Wasser ablöschen. Lorbeerblatt und Kümmel dazugeben.
- 4 Im vorgeheizten Ofen bei 160 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 2 Stunden schmoren, bis das Fleisch zart ist und sich leicht vom Knochen löst.
- 5 Für das Sauerkraut: Schmalz in einem Topf erhitzen, Zwiebel glasig dünsten. Sauerkraut und Apfel dazugeben, mitdünsten. Wacholderbeeren und Lorbeerblatt einrühren. Mit etwas Wasser ablöschen und ca. 30 Min. schmoren lassen.
- 6 Für die Knödel: Kartoffeln kochen, schälen und noch heiß durch die Presse drücken. Abkühlen lassen, mit Kartoffelmehl, Ei, Salz und Muskat zu einem Teig verarbeiten. Knödel formen und in leicht siedendem Wasser ca. 20 Min. garen.
- 7 Haxen knusprig servieren, mit Knödeln und Sauerkraut anrichten.



2 Std. 30 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH DEUTSCH

Deutsche Küche ist bodenständig, vielfältig und regional geprägt. Sie verbindet Tradition, Handwerk und echte Herzlichkeit.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein frisch gezapftes Bier oder ein kräftiger Rotkohl-Salat – einfach deftig und köstlich!



Rezept mit FRANKREICH

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Coq au Vin

Hähnchen in Rotwein
geschmort

Ein Klassiker der französischen Küche –
zartes Hähnchen in kräftigem Rotwein,
mit Speck, Champignons und aromatischen Kräutern.
Ein Gericht voller Geschmack und Tradition.



2 Std. 30 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 1 Hähnchen (ca. 1,2 kg), in Stücke zerlegt
- 2 EL Olivenöl oder Butter
- 150 g Speckwürfel
- 2 Zwiebeln, in Streifen
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 500 ml kräftiger Rotwein
- 250 ml Hühnerbrühe
- 2 EL Tomatenmark
- 250 g Champignons, geviertelt
- 2 Karotten, in Scheiben
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Zweig Thymian
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

ZUBEREITUNG

- 1 Hähnchenteile mit Salz und Pfeffer würzen. In einem großen Schmortopf im Öl rundum goldbraun anbraten. Herausnehmen und beiseite stellen.
- 2 Speckwürfel im Bratfett anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Karotten dazugeben und glasig dünsten.
- 3 Tomatenmark einrühren und kurz anrösten.
- 4 Mit Rotwein ablöschen, dabei den Bratensatz lösen. Brühe, Lorbeerblatt und Thymian zugeben und aufkochen lassen.
- 5 Hähnchen wieder in den Topf geben. Zugedeckt bei niedriger Hitze ca. 1,5 Stunden schmoren, bis das Fleisch zart ist.
- 6 Champignons zugeben und weitere 20 Minuten mitgaren.
- 7 Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Heiß servieren.

DAS BESONDERE

Coq au Vin ist mehr als nur ein Gericht – es ist französische Lebensart. Am besten schmeckt es mit frischem Baguette und einem Glas Rotwein.



GENUSSTIPP

Dazu passen Kartoffelpüree,
Butterkartoffeln oder Baguette –
und ein kräftiger französischer Rotwein.

TYPISCH FRANZÖSISCH

Frankreich steht für Genuss, Raffinesse und Vielfalt. Gute Zutaten, liebevolle Zubereitung und gemeinsame Momente am Tisch sind das Herz der französischen Küche.



Rezept mit IRLAND

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Irish Stew

Irischer Lamm-Eintopf mit Kartoffeln und Gemüse

Ein wärmender Klassiker der irischen Küche –
einfach, ehrlich und voller Geschmack.
Traditionell mit Lammfleisch, Kartoffeln,
Möhren und Zwiebeln zubereitet.



2 Std. 30 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 800 g Lammfleisch, in Würfel geschnitten (Schulter oder Keule)
- 2 Zwiebeln, grob gehackt
- 3 Knoblauchzehen, gehackt
- 4 große Kartoffeln, geschält und gewürfelt
- 3 Möhren, in Scheiben geschnitten
- 2 Stangen Staudensellerie, in Stücke geschnitten
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Liter Lamm- oder Rinderbrühe
- 2 EL Worcestershiresauce
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Zweige frischer Thymian
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 2 EL frische Petersilie, gehackt

ZUBEREITUNG

- 1 Lammfleisch mit Salz und Pfeffer würzen. In einem großen Topf in etwas Öl rundum anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.
- 2 Zwiebeln und Knoblauch im Braffett glasig anschwitzen.
- 3 Tomatenmark einrühren und kurz mitrösten.
- 4 Mit Brühe ablöschen, Worcestershiresauce, Lorbeerblättern und Thymian zugeben. Fleisch wieder einlegen und zum Kochen bringen.
- 5 Hitze reduzieren und zugedeckt ca. 1 Stunde köcheln lassen.
- 6 Kartoffeln, Möhren und Sellerie hinzufügen und weitere 45–60 Minuten schmoren, bis Fleisch und Gemüse zart sind.
- 7 Lorbeerblätter und Thymianzweige entfernen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit frischer Petersilie bestreuen.

DAS BESONDERE

Irish Stew ist mehr als nur ein Eintopf – es ist ein Stück irische Tradition, das seit Generationen für Wärme, Zusammenhalt und Gemütlichkeit steht.



GENUSSTIPP

Dazu passt frisches Soda Bread
oder ein kräftiges irisches Bier.
Einfach, ehrlich, wunderbar!

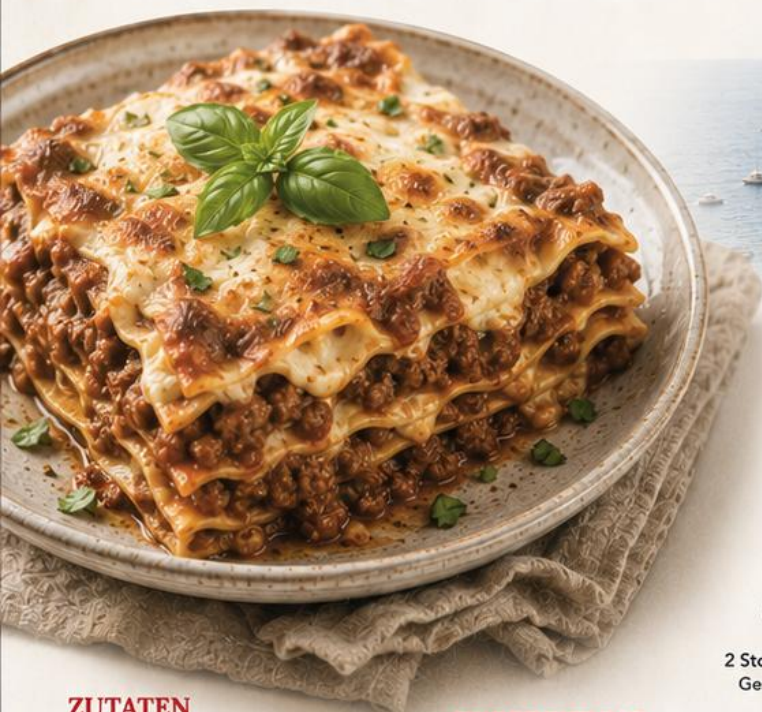
TYPISCH IRISCH

Irland steht für grüne Landschaften, herzliche Menschen und bodenständige Küche. Irish Stew ist das perfekte Beispiel dafür – nahrhaft, traditionell und mit Liebe gekocht.



Rezept mit ITALIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Lasagne alla Bolognese

Der Klassiker der italienischen Küche –
schichtweise Genuss mit saftiger
Fleischsauce, cremiger Béchamel
und überbackenem Käse.



2 Std. 30 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 12 Lasagneplatten (ohne Vorkochen)
- 400 g Rinderhackfleisch
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Karotte, fein gewürfelt
- 1 Stange Staudensellerie, fein gewürfelt
- 2 EL Olivenöl
- 400 g Tomaten, gehackt (aus der Dose)
- 2 EL Tomatenmark
- 100 ml Rotwein
- 1 TL Oregano, getrocknet
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Für die Béchamelsauce:
 - 50 g Butter
 - 50 g Mehl
 - 500 ml Milch
 - Muskatnuss, frisch gerieben
 - Salz und Pfeffer
 - 100 g Parmesan, gerieben
 - 150 g Mozzarella, gerieben

ZUBEREITUNG

- 1 Zwiebel, Knoblauch, Karotte und Sellerie in Olivenöl anbraten. Hackfleisch dazugeben und krümelig anbraten.
- 2 Tomatenmark einrühren, mit Rotwein ablöschen und einkochen lassen.
- 3 Gehackte Tomaten und Oregano hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 30–40 Minuten köcheln lassen.
- 4 Für die Béchamelsauce Butter schmelzen, Mehl einrühren und anschwitzen. Nach und nach Milch unterrühren und aufkochen lassen. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5 Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
- 6 Eine Auflaufform einfetten. Etwas Fleischsauce auf den Boden geben, dann Lasagneplatten darauflegen.
- 7 Abwechselnd Fleischsauce, Béchamelsauce und etwas Käse schichten. Mit Béchamelsauce abschließen und mit Mozzarella und Parmesan bestreuen.
- 8 Im Ofen ca. 40–45 Minuten goldbraun überbacken. Vor dem Servieren 10 Minuten ruhen lassen.

TYPISCH ITALIENISCH

Italienische Küche bedeutet Leidenschaft, frische Zutaten und einfache, ehrliche Rezepte. Lasagne alla Bolognese ist ein Stück Italien – warm, herzhaft und voller Tradition.



DAS BESONDERE

Lasagne steht für Familie, Genuss und italienische Lebensfreude. Ein Gericht, das alle an den Tisch bringt und glücklich macht.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein knackiger grüner Salat
und ein Glas italienischer Rotwein.
Buon appetito!



Rezept mit LIECHTENSTEIN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Käsknöpfle mit Röstzwiebeln

Ein traditionelles Gericht aus Liechtenstein –
herzhafte Teigwaren mit würzigem Käse
und goldbraunen Röstzwiebeln.



40 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 500 g Mehl
- 5 Eier
- 1 TL Salz
- 150 ml Wasser (nach Bedarf)
- 250 g Bergkäse, gerieben
- 150 g Sennkäse, gerieben
- 50 g Butter
- 2 Zwiebeln
- 2 EL Öl oder Butter
- Salz nach Geschmack

DAS BESONDERE

Käsknöpfle sind ein Stück
liechtensteinische Tradition.
Sie schmecken einfach, ehrlich
und wunderbar herzhaft –
ein Gericht, das von Generation
zu Generation weitergegeben wird.

ZUBEREITUNG

- 1 Mehl, Eier, Salz und nach Bedarf Wasser
zu einem zähen Teig verrühren.
- 2 Teig portionsweise durch ein Spätzlesieb
oder eine Knöpfleibe in kochendes
Salzwasser schaben.
- 3 Wenn die Käsknöpfle an die Oberfläche
steigen, noch 1–2 Minuten ziehen lassen,
dann mit einer Schaumkelle herausnehmen
und abtropfen lassen.
- 4 Käse mit den Käsknöpfle vermengen.
- 5 Butter in einer Pfanne schmelzen.
Zwiebeln in feinen Ringen goldbraun
anrösten.
- 6 Käsknöpfle auf Tellern anrichten und
mit Röstzwiebeln bestreuen.
Sofort servieren.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein frischer grüner Salat
oder Apfelmus – ein echter
liechtensteinischer Klassiker!

TYPISCH LIECHTENSTEINISCH

Die liechtensteinische Küche ist
von den Alpen geprägt – bodenständig,
herzhaft und mit besten regionalen
Zutaten. Käsknöpfle sind das beliebteste
Nationalgericht und ein Symbol für
Gemütlichkeit und Heimat.



Rezept mit LUXEMBURG

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Judd mat Gaardebounen

Geräuchertes Schweinefleisch
mit Saubohnen

Das Traditionelle Nationalgericht Luxemburgs –
herzhaft, deftig und voller Geschmack.
Ein Stück Luxemburger Kultur auf dem Teller.



2 Std. 30 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 600 g gepökeltes Schweinefleisch (Kamm oder Nacken)
- 2 Rauchwürste
- 1 Blutwurst (optional)
- 500 g Saubohnen (frisch oder tiefgekühlt)
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Lorbeerblätter
- 5 Pfefferkörner
- 1 TL Thymian
- Salz nach Geschmack
- Frische Petersilie zum Garnieren

DAS BESONDERE

Judd mat Gaardebounen ist das Herz der luxemburgischen Küche. Die Kombination aus zartem Fleisch und milden Saubohnen macht dieses Gericht zu einem zeitlosen Klassiker.

ZUBEREITUNG

- 1 Das gepökelte Fleisch unter kaltem Wasser abspülen und in einen großen Topf geben. Mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen.
- 2 Zwiebeln, Knoblauch, Lorbeer, Pfeffer und Thymian hinzufügen. Bei niedriger Hitze ca. 1,5–2 Stunden leicht köcheln lassen.
- 3 In der Zwischenzeit die Saubohnen waschen. Bei frischen Bohnen: aus den Schoten lösen. Tiefgekühlte Bohnen antauen lassen.
- 4 Nach ca. 1 Stunde Kochzeit die Rauchwürste und Blutwurst (falls verwendet) zum Fleisch geben und mitgaren.
- 5 Die Saubohnen hinzufügen und alles weitere 30–40 Minuten köcheln lassen, bis die Bohnen zart und das Fleisch weich ist.
- 6 Mit Salz abschmecken und Lorbeerblätter entfernen.
- 7 Fleisch in Scheiben schneiden und zusammen mit den Bohnen und Würsten servieren. Mit frischer Petersilie garnieren.



GENUSSTIPP

Dazu passt frisches Bauernbrot
und ein trockener Riesling
aus Luxemburg.

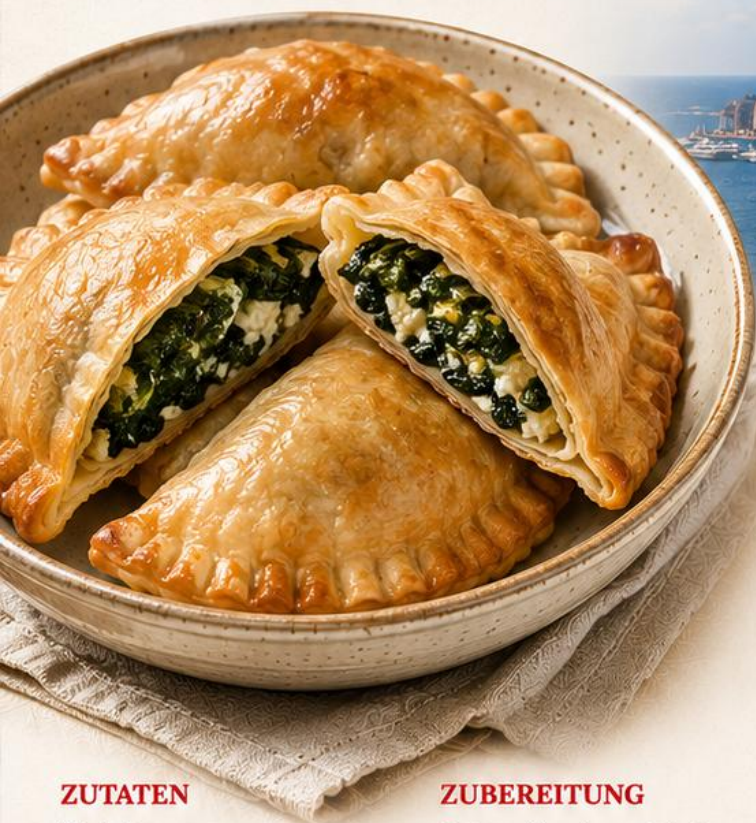
TYPISCH LUXEMBURGISCH

Ein Gericht mit Geschichte und Tradition,
das seit Generationen Familien und
Freunde an einen Tisch bringt.
Ein wahrer Genuss der luxemburgischen
Gastfreundschaft.



Rezept mit **MONACO**

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Barbaguan

Monegassische Mangold-Ricotta-Taschen

Die traditionellen Teigtaschen
Monacos, gefüllt mit Mangold und Ricotta –
ein Symbol der monegassischen Küche seit
Generationen.



1 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 500 g Mangold (frisch)
- 250 g Ricotta (frisch)
- 1 Zwiebel
- 2 EL Olivenöl
- 1 Ei
- 2 Rollen Blätterteig oder Pastateig (frisch)
- Salz nach Geschmack
- Pfeffer nach Geschmack

ZUBEREITUNG

- 1 Mangold waschen, grob hacken und in kochendem Wasser 2–3 Minuten blanchieren. Abgießen, gut ausdrücken und fein hacken.
- 2 Zwiebel fein schneiden und in Olivenöl glasig anbraten.
- 3 Mangold hinzufügen und kurz mitdünsten. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
- 4 Ricotta, Mangold, Ei, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermengen.
- 5 Teig ausrollen und Kreise ausstechen. Füllung in die Mitte geben.
- 6 Ränder mit etwas Wasser bestreichen, zusammenklappen und gut verschließen.
- 7 Auf ein Backblech legen und bei 180 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 25–30 Minuten goldbraun backen.

DAS BESONDERE

Barbaguan sind ein fester Bestandteil der monegassischen Tradition und werden besonders bei Familienfesten und zu besonderen Anlässen serviert. Ein Hauch von Italien – im Herzen von Monaco.



GENUSSTIPP

Lauwarm servieren – pur oder
mit einem frischen grünen Salat.
Ein Stück Monaco auf dem Teller!

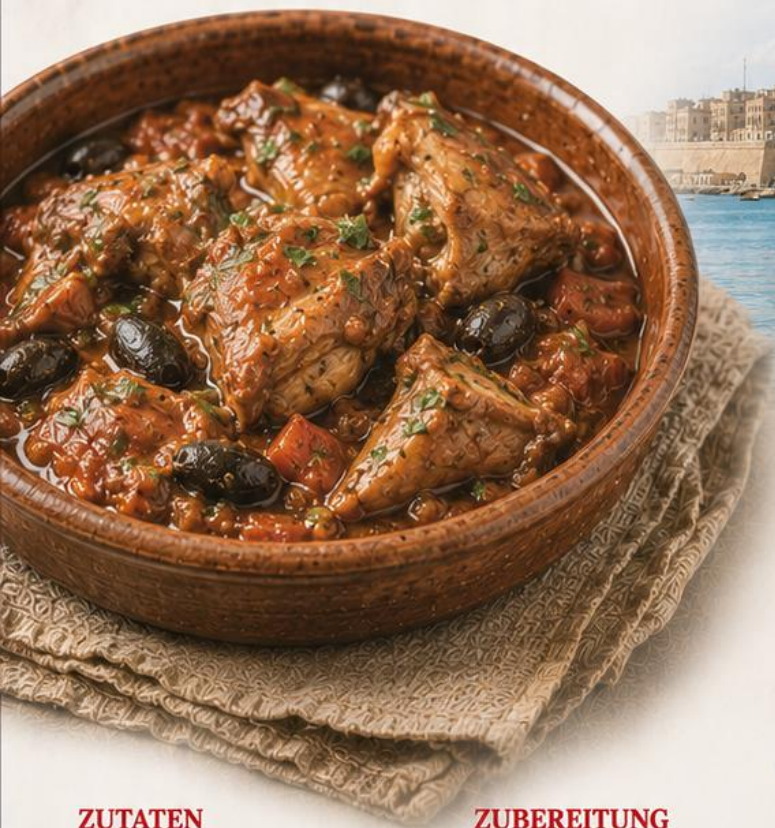
TYPISCH MONEGASSISCH

Die Küche Monacos vereint
mediterrane Aromen, italienische
Einflüsse und französische Raffinesse.
Barbaguan ist ein einfaches,
aber unverwechselbares Gericht,
das Generationen verbindet.



Rezept mit MALTA

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Stuffat tal-Fenek

Kaninchen in Rotwein-Tomatensauce

Das traditionelle Nationalgericht Maltas – zart geschmortes Kaninchen in einer reichhaltigen Sauce aus Rotwein, Tomaten, Knoblauch, Kräutern und Oliven.



2,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 1 Kaninchen, in Stücke geschnitten (oder 1,2 kg Kaninchenfleisch)
- 2 Zwiebeln, gewürfelt
- 4 Knoblauchzehen, gehackt
- 400 g Tomaten, gehackt (oder 1 Dose gehackte Tomaten)
- 200 ml Rotwein
- 100 ml Olivenöl
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL getrockneter Thymian
- 1 TL getrockneter Oregano
- 8–10 schwarze Oliven
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Petersilie zum Garnieren

DAS BESONDERE

Stuffat tal-Fenek ist ein Symbol der maltesischen Küche, die von mediterranen Einflüssen geprägt ist. Serviert mit knusprigem Brot, Polenta oder Kartoffeln ein unvergleichlicher Genuss.

ZUBEREITUNG

- 1 Kaninchenstücke mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und das Kaninchen rundum anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.
- 3 Zwiebeln im gleichen Topf glasig anbraten. Knoblauch hinzufügen und kurz mitdünsten.
- 4 Tomaten, Rotwein, Lorbeerblätter, Thymian und Oregano hinzufügen. Gut umrühren.
- 5 Kaninchen zurück in den Topf geben. Aufkochen und dann bei niedriger Hitze zugedeckt ca. 1,5–2 Stunden schmoren, bis das Fleisch zart ist.
- 6 Oliven hinzufügen und weitere 10 Minuten köcheln lassen.
- 7 Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit frischer Petersilie bestreuen.



GENUSSTIPP

Dazu passt frisches maltesisches Brot (Hobża), ein Glas Rotwein und ein Beilagensalat mit Kapern und Oliven – ein Hauch Mittelmeer auf dem Teller.

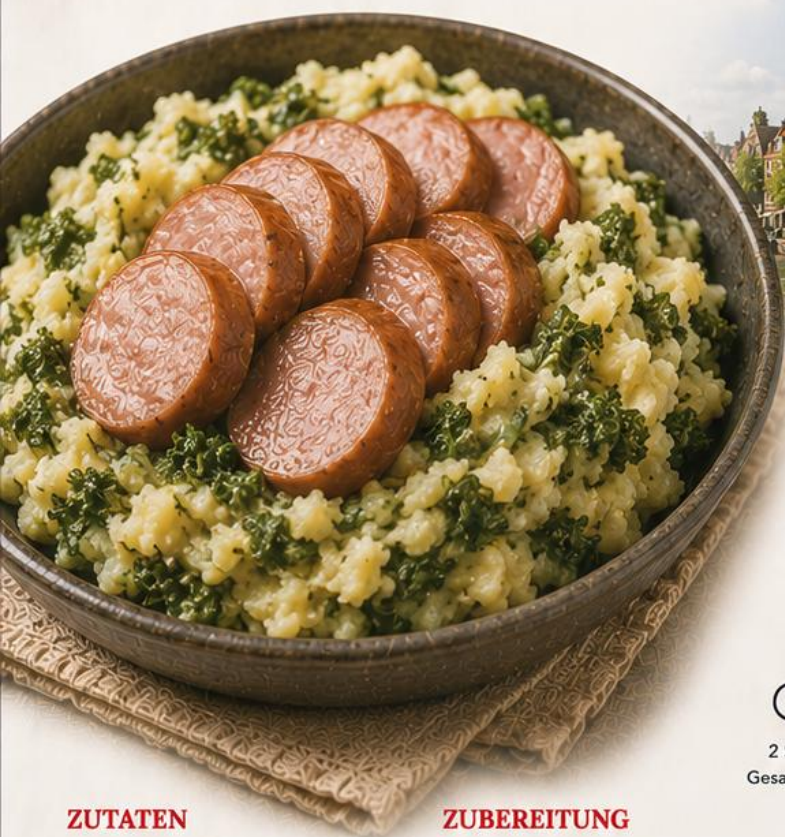
TYPISCH MALTESISCH

Maltesische Küche ist geprägt von Geschichte, Sonne und Tradition. Einfach, ehrlich und voller Geschmack – wie die Menschen auf der Insel.



Rezept mit NIEDERLANDE

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Boerenkool

Kohlenstampf mit geräucherter Wurst

Das traditionelle Nationalgericht der Niederlande –
deftig, wärmend und voller Geschmack.
Ein Stück niederländischer Kultur auf dem Teller.



2 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 1 kg Kartoffeln
- 500 g Grünkohl (frisch oder tiefgekühlt)
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Butter
- 200 ml Milch
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 4 geräucherte Würste
(z. B. Rookworst)

ZUBEREITUNG

- 1 Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser weich kochen. Abgießen und etwas ausdampfen lassen.
- 2 Grünkohl putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. In einem großen Topf mit wenig Wasser ca. 15 Minuten weich köcheln lassen.
- 3 Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. In Butter glasig anschwitzen.
- 4 Den weichen Grünkohl abgießen (Kochwasser auffangen) und zu den Zwiebeln geben.
- 5 Kartoffeln stampfen und dabei Milch und nach Bedarf etwas Kochwasser hinzufügen, bis ein cremiger Stampf entsteht.
- 6 Grünkohl-Zwiebel-Mischung unter den Kartoffelstampf heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 7 Die Würste in einem Topf mit heißem Wasser ca. 15 Minuten erwärmen. In Scheiben schneiden und zusammen mit dem Stampf servieren.

DAS BESONDERE

Boerenkool ist mehr als nur ein Essen – es ist Tradition und wird in den Niederlanden besonders in den Herbst- und Wintermonaten genossen. Am besten schmeckt es mit einer guten niederländischen Rauchwurst.



GENUSSTIPP

Mit Senf servieren und dazu einen knackigen Gewürzgurken-Salat.
Echt niederländisch!

TYPISCH NIEDERLÄNDISCH

Einfache Zutaten, ehrlich zubereitet und herrlich sättigend – das macht die Küche der Niederlande aus.

Boerenkool gehört zu den Klassikern, die Generationen verbinden.



Rezept

mit

NORDMAZEDONIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Tavče Gravče

**Gebackene Bohnen
nach mazedonischer Art**

Das traditionelle Nationalgericht Nordmazedoniens –
herzhafte Bohnen, langsam im Ofen gebacken
mit Paprika, Zwiebeln und Gewürzen.

Ein Symbol für Gastfreundschaft und Gemütlichkeit.



2 Std. 30 Min.
Gesamtzeit



6
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 6 Personen

- 500 g weiße Bohnen (über Nacht eingeweicht)
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Paprika
- 2 EL Tomatenmark
- 1 TL Paprikapulver (edelsüß)
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer
- 1 Lorbeerblatt
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 1 l Wasser
- Petersilie zum Garnieren

ZUBEREITUNG

- 1 Bohnen abspülen und abtropfen lassen.
- 2 Zwiebeln und Knoblauch fein hacken, Paprika in Streifen schneiden.
- 3 Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch glasig anbraten.
- 4 Paprika hinzufügen und kurz mitbraten.
- 5 Tomatenmark, Paprikapulver, Salz, Pfeffer und Lorbeerblatt einrühren.
- 6 Bohnen dazugeben und mit Wasser bedecken. Zum Kochen bringen.
- 7 In eine ofenfeste Form füllen und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 2 Stunden langsam backen, bis die Bohnen weich und die Sauce eingedickt ist.
- 8 Vor dem Servieren mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.

DAS BESONDERE

Tavče Gravče wird traditionell in Tontöpfen zubereitet und symbolisiert die mazedonische Küche: einfach, herzhaft und voller Geschmack.



GENUSSTIPP

Am besten mit frischem Bauernbrot, Ajvar und einem Glas Rotwein oder einem hausgemachten Saft genießen.

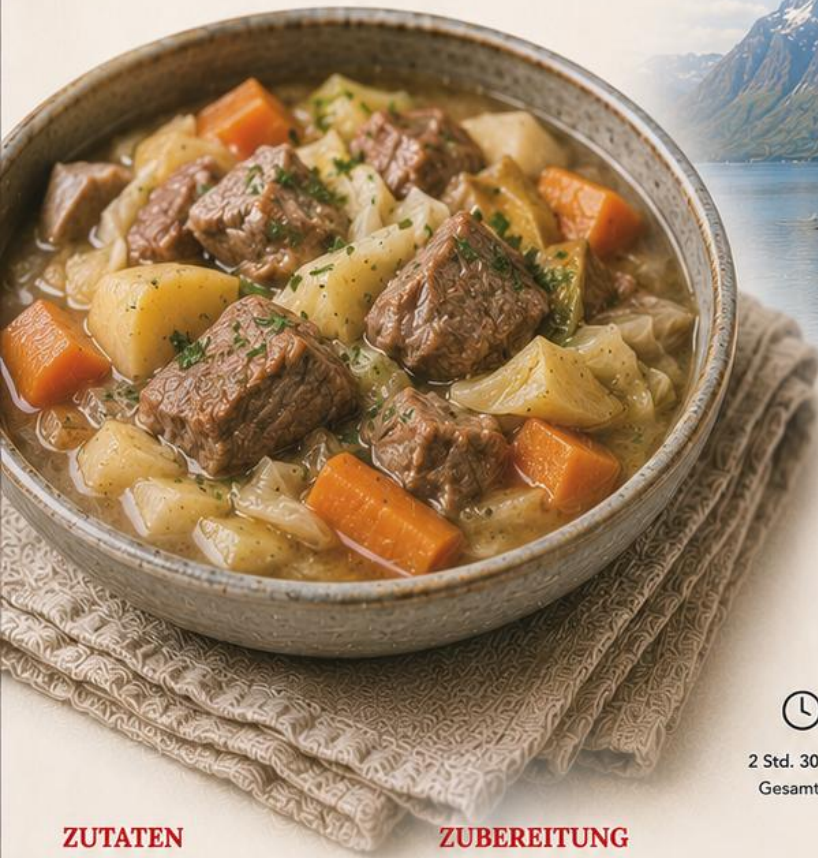
TYPISCH NORDMAZEDONISCH

Bohnen sind ein wichtiger Bestandteil der mazedonischen Küche. Tavče Gravče steht für Gemeinschaft, Tradition und die Liebe zu ehrlichen, hausgemachten Gerichten.



Rezept mit NORWEGEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Fårikål

Norwegischer Lamm- und Kohleintopf

Das traditionelle Nationalgericht Norwegens – ein einfacher Eintopf aus Lammfleisch, Kohl und Gewürzen, der seit Generationen in Familien zubereitet wird.



2 Std. 30 Min.
Gesamtzeit



6
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 6 Personen

- 1,2 kg Lammfleisch
(mit Knochen, z. B. Schulter
oder Rippen)
- 1 kleiner Weißkohl
- 2–3 ganze schwarze Pfefferkörner
- 1 TL ganze Pimentkörner
- 1 TL Salz
- Wasser
- frisch gemahlener Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Lammfleisch in Stücke schneiden.
Kohl in Spalten schneiden.
- 2 Eine Schicht Kohl in einen großen Topf
geben und darauf eine Schicht Lammfleisch
legen.
- 3 Mit Kohl bedecken und abwechselnd
weiter schichten, bis alles aufgebraucht ist.
Mit einer Kohl-Schicht abschließen.
- 4 Pfefferkörner, Piment und Salz darüberstreuen.
- 5 Mit Wasser auffüllen, bis das Fleisch
knapp bedeckt ist.
- 6 Aufkochen und dann bei niedriger Hitze
zugedeckt ca. 2–2½ Stunden köcheln lassen,
bis das Fleisch zart ist.
- 7 Mit frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken
und heiß servieren.

DAS BESONDERE

Fårikål bedeutet übersetzt „Schaf
im Kohl“. Mit nur wenigen Zutaten
slow-cooked zubereitet, entfaltet
dieses Gericht einen unverwechselbaren,
ehrlichen Geschmack – ein Stück
norwegische Tradition und Heimat.



GENUSSTIPP

Traditionell mit Kartoffeln servieren
und dazu Preiselbeeren und frisches
norwegisches Fladbrot reichen.

TYPISCH NORWEGISCH

Fårikål ist ein Symbol norwegischer
Bodenständigkeit und wird besonders
im Herbst gerne gegessen –
wärmend, nahrhaft und voller
ursprünglicher Aromen.



Rezept mit ÖSTERREICH

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Wiener Schnitzel mit Erdäpfelsalat

Das traditionelle Nationalgericht Österreichs – knusprig gebackenes Kalbfilet in goldener Panade, serviert mit einem fein gewürzten Kartoffelsalat.



1 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 4 Kalbsschnitzel (à ca. 150 g)
- 2 Eier
- 100 g Mehl
- 150 g Semmelbrösel
- Butterschmalz oder Öl
- 1 Zitrone
- Salz

Für den Erdäpfelsalat:

- 800 g festkochende Kartoffeln
- 1 kleine Zwiebel
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 2 EL Weißweinessig
- 1 TL Senf
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 1 EL Schnittlauchröllchen

ZUBEREITUNG

- 1 Kalbsschnitzel zwischen Frischhaltefolie flach klopfen, salzen.
- 2 Eier verquirlen. Schnitzel zuerst in Mehl wenden, dann durch die Eier ziehen und zuletzt in den Semmelbröseln wenden.
- 3 Butterschmalz oder Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel beidseitig goldgelb backen.
- 4 Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Zitronenscheiben servieren.

Erdäpfelsalat:

- 5 Kartoffeln in der Schale kochen, schälen und in Scheiben schneiden.
- 6 Zwiebel fein schneiden.
- 7 Öl, Essig, Senf, Salz und Pfeffer verrühren.
- 8 Zwiebel zugeben und über die noch warmen Kartoffeln gießen.
- 9 Gut vermengen und mit Schnittlauch bestreuen. Lauwarm servieren.

DAS BESONDERE

Wiener Schnitzel steht für österreichische Küche und Gastfreundschaft. Außen knusprig, innen zart – ein Klassiker, der seit Generationen begeistert.

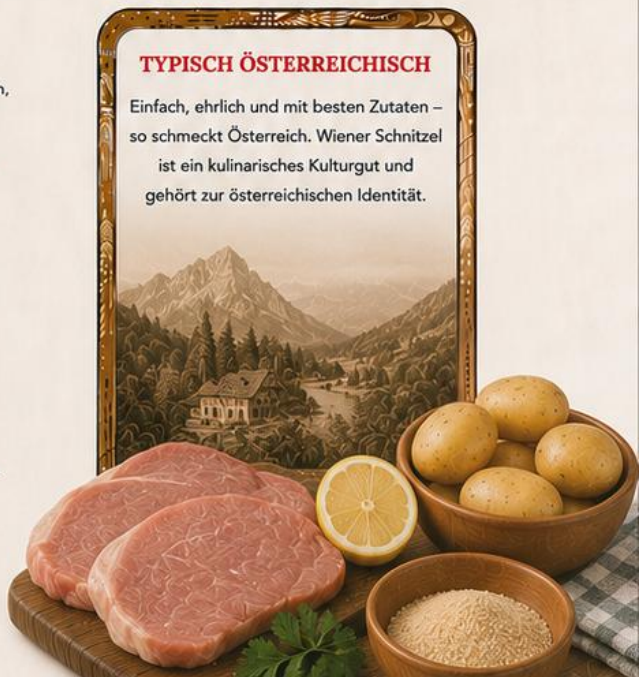


GENUSSTIPP

Am besten mit einem kühlen Grünen Veltliner oder einem leichten Salat genießen.

TYPISCH ÖSTERREICHISCH

Einfach, ehrlich und mit besten Zutaten – so schmeckt Österreich. Wiener Schnitzel ist ein kulinarisches Kulturgut und gehört zur österreichischen Identität.



Rezept mit POLEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



ZUTATEN

für 4 Personen

Teig:

- 500 g Weizenmehl
- 1 Ei
- 200 ml lauwarmes Wasser
- 1 Prise Salz

Füllung:

- 500 g mehligkochende Kartoffeln
- 250 g Magerquark
- 1 kleine Zwiebel
- Salz

DAS BESONDERE

Pierogi sind in Polen mehr als nur ein Essen – sie sind Tradition, Familienkultur und werden zu festlichen Anlässen ebenso serviert wie im Alltag. Ob gekocht oder gebraten, sie schmecken immer wie Zuhause.

ZUBEREITUNG

- 1 Mehl in eine Schüssel geben, Ei, Wasser und Salz hinzufügen und zu einem glatten Teig kneten. Abgedeckt ca. 30 Min. ruhen lassen.
- 2 Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen und abgießen. Anschließend stampfen oder durchpressen und abkühlen lassen.
- 3 Zwiebel fein würfeln und in etwas Wasser glasig dünsten.
- 4 Kartoffeln mit Quark, Zwiebeln und Salz vermengen.
- 5 Teig dünn ausrollen und Kreise ausstechen.
- 6 Je 1 TL Füllung auf die Mitte geben, Teigränder befeuchten und zusammendrücken.
- 7 In leicht siedendem Salzwasser portionsweise ca. 3–4 Min. kochen, bis die Pierogi an die Oberfläche steigen.
- 8 Mit angebratenen Zwiebeln servieren.



GENUSSTIPP

Mit saurer Sahne oder
angebratenem Speck servieren.
Ein Genuss wie in Polen!

Pierogi Ruskie

Polnische Teigtaschen mit Kartoffel-Quark-Füllung

Das traditionelle Nationalgericht Polens – zarte Teigtaschen mit einer herzhaften Füllung, einfach, sättigend und voller Geschmack. Ein Stück polnische Gastfreundschaft.



1 Std.
Gesamtzeit



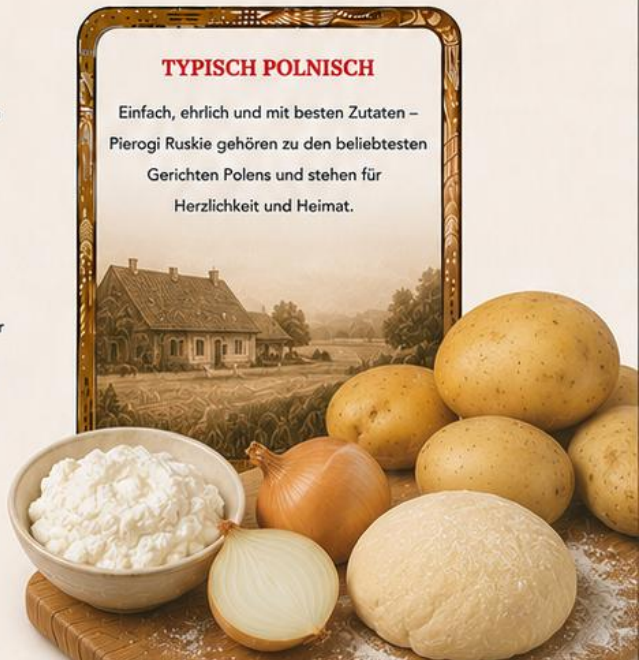
4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH POLNISCH

Einfach, ehrlich und mit besten Zutaten – Pierogi Ruskie gehören zu den beliebtesten Gerichten Polens und stehen für Herzlichkeit und Heimat.



Rezept

mit

SLOWAKEI

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Bryndzové halušky

**Kartoffelnocken mit Schafskäse
und Speck**

Das traditionelle Nationalgericht der Slowakei – zarte Kartoffelnocken mit würzigem Schafskäse und knusprigem Speck. Einfach, sättigend und voller Heimatgeschmack.



45 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

Für den Teig:

- 1 kg mehligkochende Kartoffeln
- 300 g Weizenmehl
- 1 Ei
- 1 TL Salz

Für die Sauce:

- 250 g Bryndza (Schafskäse)
- 100 ml Milch

Zum Servieren:

- 150 g durchwachsener Speck

ZUBEREITUNG

- 1 Kartoffeln schälen, kochen und noch warm durch eine Kartoffelpresse drücken.
- 2 Mit Mehl, Ei und Salz zu einem weichen Teig verkneten.
- 3 Halušky durch ein Halušky-Sieb oder ein Brett mit Löchern in kochendes Salzwasser geben.
- 4 Wenn die Nocken an die Oberfläche steigen, noch 1–2 Min. kochen lassen, dann abschöpfen.
- 5 Bryndza mit Milch in einem Topf bei niedriger Hitze erwärmen, bis er cremig wird.
- 6 Halušky mit der Bryndza-Sauce vermengen.
- 7 Speck in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne knusprig ausbraten.
- 8 Halušky auf Teller geben und mit knusprigem Speck servieren.

DAS BESONDERE

Bryndzové halušky sind ein Symbol der slowakischen Küche und werden seit Generationen in nahezu jeder Familie geliebt und zubereitet.



GENUSSTIPP

Am besten frisch servieren – mit einem Glas saurer Buttermilch ein Genuss!

TYPISCH SLOWAKISCH

Einfache Zutaten, ehrliche Küche und ein Geschmack, der von Tradition und Natur Slowakiens erzählt.



Rezept

mit

SAN MARINO

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Crescioni

**San-marinesische Teigtaschen
mit Käse und Kräutern**

Das traditionelle Nationalgericht San Marinos – gefüllte Teigtaschen mit einer herzhaften Käse-Kräuter-Füllung, in Butter und Salbei geschwenkt und mit Parmesan verfeinert.

ZUTATEN

für 4 Personen

Teig:

- 400 g Weizenmehl
- 4 Eier
- 1 Prise Salz
- etwas Wasser

Füllung:

- 250 g frischer Ricotta
- 100 g geriebener Parmesan
- 100 g geriebener Pecorino
- 1 Ei
- eine Handvoll frische Kräuter (z. B. Petersilie, Minze, Majoran)
- Salz nach Geschmack
- frisch gemahlener Pfeffer

Zum Servieren:

- 80 g Butter
- 10–12 Salbeiblätter
- geriebener Parmesan

DAS BESONDERE

Crescioni sind ein Stück san-marinesischer Tradition – einfach, ehrlich und voller Geschmack. Ein Gericht, das Familie und Gastfreundschaft auf den Tisch bringt.

ZUBEREITUNG

- 1 Mehl auf die Arbeitsfläche geben, Eier und Salz in die Mitte geben und zu einem glatten Teig verkneten. In Folie wickeln und 30 Min. ruhen lassen.
- 2 Ricotta abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. Parmesan, Pecorino, Ei und gehackte Kräuter hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und gut vermischen.
- 3 Teig dünn ausrollen und Kreise (ca. 8 cm Ø) ausstechen.
- 4 In die Mitte jedes Kreises einen Teelöffel Füllung geben.
- 5 Ränder mit Wasser bestreichen, zusammenklappen und gut andrücken, sodass Halbmonde entstehen.
- 6 In leicht kochendem Salzwasser die Teigtaschen 3–4 Min. garen, bis sie an der Oberfläche schwimmen.
- 7 In einer Pfanne Butter schmelzen, Salbeiblätter dazugeben und kurz anbraten.
- 8 Crescioni vorsichtig in die Pfanne geben, schwenken und mit geriebenem Parmesan bestreut servieren.



1 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH SAN-MARINESISCH

Einfache Zutaten, handgemacht
und mit Liebe zubereitet.
Crescioni sind das Herz der
san-marinesischen Küche.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein frischer grüner Salat
und ein Glas Weißwein aus der Region
Emilia-Romagna.

Rezept

mit

SLOWENIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Štruklji

Slowenische Teigrollen mit Quarkfüllung

Das traditionelle Nationalgericht Sloweniens – zarte Teigrollen mit einer cremigen Quarkfüllung, weich gekocht und übergossen mit zerlassener Butter. Einfach, hausgemacht und voller Genuss.

ZUTATEN

für 4 Personen

Teig:

- 500 g Weizenmehl
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- 200 ml lauwarmes Wasser
- etwas Öl

Füllung:

- 500 g Magerquark
- 1 Ei
- 100 ml Sauerrahm
- 1 Prise Salz

Zum Übergießen:

- 100 g Butter (zerlassen)

ZUBEREITUNG

1. Mehl in eine Schüssel geben, Ei, Salz und Wasser zufügen und zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Mit etwas Öl bestreichen, abdecken und 30 Min. ruhen lassen.
2. Für die Füllung Quark, Ei, Sauerrahm und Salz gut verrühren.
3. Den Teig sehr dünn auf einem bemehlten Tuch ausrollen.
4. Die Quarkfüllung gleichmäßig darauf verstreichen und den Teig der Länge nach aufrollen.
5. Die Rolle mit einem Tuch anheben und vorsichtig in kochendes, leicht gesalzenes Wasser legen.
6. Bei schwacher Hitze ca. 20–25 Min. ziehen lassen, bis die Rolle an die Oberfläche steigt.
7. Herausheben, in Stücke schneiden und mit zerlassener Butter übergießen.



1 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH SLOWENISCH

Štruklji sind vielseitig – herzhaft mit Quark oder Gemüse, süß mit Nüssen oder Äpfeln. Sie gehören zu den beliebtesten Gerichten in ganz Slowenien.

DAS BESONDERE

Štruklji sind ein Herzstück der slowenischen Hausmannskost und werden sowohl süß als auch herzhaft zubereitet. Sie stehen für Gemütlichkeit, Tradition und die Liebe zur einfachen, ehrlichen Küche.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein frischer grüner Salat oder ein Glas Weißwein aus der slowenischen Region.



Rezept mit SPANIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Paella Valenciana

**Spanisches Reisgericht
mit Hähnchen, Meeresfrüchten
und Gemüse**

Das traditionelle Nationalgericht Spaniens –
aromatischer Reis mit Safran, saftigem Hähnchen,
Meeresfrüchten und frischem Gemüse.

Ein Fest für die Sinne und ein Stück spanische Lebensfreude.



1 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 300 g Rundkornreis
- 400 g Hähnchen (in Stücken)
- 150 g grüne Bohnen
- 1 rote Paprika
- 1 Tomate
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Erbsen
- 200 g Meeresfrüchte (z. B. Gambas, Muscheln, Tintenfischringe)
- 1 l Hühnerbrühe
- 1 Prise Safranfäden
- etwas Olivenöl
- etwas Wasser

ZUBEREITUNG

- 1 Hähnchenstücke in einer großen Pfanne mit Olivenöl anbraten und herausnehmen.
- 2 Gemüse (grüne Bohnen, Paprika, Knoblauch, Tomate) anbraten.
- 3 Reis hinzufügen und kurz mitrösten, bis er glasig ist.
- 4 Mit heißer Brühe auffüllen, Safran zugeben und zum Kochen bringen.
- 5 Hähnchenstücke wieder in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. köcheln lassen.
- 6 Meeresfrüchte und Erbsen hinzufügen und weitere 10 Min. garen.
- 7 Pfanne vom Herd nehmen und 5 Min. ruhen lassen. Servieren und genießen!

DAS BESONDERE

Paella wird traditionell in einer flachen Pfanne zubereitet. Der Reis bildet dabei eine feine Kruste – den „Socarrat“, das Herzstück jeder echten Paella.



GENUSSTIPP

Mit einem Spritzer Zitrone
und frischem Salat –
¡Buen provecho!

TYPISCH SPANISCH

Einfache Zutaten, viel Liebe
und die Sonne Spaniens –
das macht Paella zu einem
echten Klassiker.



Rezept mit TSCHECHIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Svíčková na smetaně

**Gebratenes Rindfleisch
in Sahnesoße mit Knödeln**

Das traditionelle Nationalgericht Tschechiens –
zartes Rindfleisch in einer cremigen
Wurzelgemüse-Sahnesoße,
serviert mit böhmischen Knödeln.

Ein Genuss, der Heimat und Tradition schmecken lässt.



2 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 800 g Rinderhüfte
- 2 Karotten
- 1 Petersilienwurzel
- 1/4 Sellerieknolle
- 1 Zwiebel
- 50 g Butter
- 200 ml Sahne
- 2 EL Essig
- 100 ml Wasser
- Salz

ZUBEREITUNG

- 1 Fleisch mit Essig einreiben und 30 Min. ruhen lassen.
- 2 In Butter von allen Seiten anbraten, herausnehmen und beiseite stellen.
- 3 Zwiebel grob schneiden und anbraten.
- 4 Gemüse schälen, grob schneiden und mitbraten.
- 5 Mit Wasser aufgießen, salzen und das Fleisch zurückgeben.
- 6 Zugedeckt bei niedriger Hitze ca. 1,5 Std. köcheln lassen, bis das Fleisch zart ist.
- 7 Fleisch herausnehmen. Soße pürieren, durch ein Sieb streichen und Sahne einrühren.
- 8 Fleisch in Scheiben schneiden und mit der Soße und Knödeln servieren.

DAS BESONDERE

Die Svíčková ist mehr als nur ein Gericht – sie ist ein Stück tschechische Seele. Seit Generationen wird sie zu festlichen Anlässen und Sonntagen mit Liebe und Geduld zubereitet.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein Glas
mildes tschechisches Bier
oder ein frischer Salat.

TYPISCH TSCHECHISCH

Einfache Zutaten, viel Zeit
und Liebe – das macht die
böhmische Küche aus.
Svíčková ist ein Stolz
der tschechischen Tradition.



Rezept mit TÜRKKEI

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Döner Kebab

**Türkisches Nationalgericht
aus saftigem Fleisch vom Drehspieß**

Döner Kebab ist das beliebteste Gericht der Türkei –
zartes, gegrilltes Fleisch vom Drehspieß,
serviert mit Reis, frischem Salat und Fladenbrot.

Ein Klassiker der türkischen Küche,
der Tradition und Gastfreundschaft vereint.



1-1,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 600 g Lamm- oder Rindfleisch
- 1 Zwiebel
- 250 g Joghurt
- 1 EL Öl
- 1/2 EL Salz
- 1/2 TL Backpulver
- Fladenbrot
- Salat (z. B. Eisbergsalat)
- Tomaten
- etwas Wasser
- Reis (als Beilage)

ZUBEREITUNG

- 1 Fleisch in dünne Scheiben schneiden.
- 2 Zwiebel reiben und mit Joghurt, Öl, Salz und Backpulver vermischen.
- 3 Fleisch in die Marinade geben und mindestens 2 Stunden ziehen lassen.
- 4 Fleisch auf den Drehspieß schichten oder in der Pfanne von allen Seiten grillen, bis es durchgegart und leicht gebräunt ist.
- 5 Fleisch in dünne Stücke schneiden.
- 6 Mit Reis, frischem Salat, Tomaten und Fladenbrot servieren.

DAS BESONDERE

Döner Kebab steht für die Vielfalt der türkischen Küche – einfach, herzhaft und voller Geschmack. Ein Gericht, das Menschen zusammenbringt und überall auf der Welt beliebt ist.



GENUSSTIPP

Am besten frisch zubereitet genießen – pur, im Fladenbrot oder mit Reis und Salat!

TYPISCH TÜRKISCH

Einfache Zutaten, großer Geschmack und viel Gastfreundschaft – Döner Kebab ist ein Symbol für die türkische Esskultur.



Rezept

mit

VATIKANSTADT

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Pasta alla Carbonara

**Traditionelles Nudelgericht
aus der römischen Küche**

Ein einfaches, aber unvergleichliches Gericht
aus wenigen Zutaten – entstanden in Rom
und bis heute ein Klassiker.

Cremig, würzig und voller italienischer Seele.



30 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 400 g Spaghetti
- 150 g Guanciale (oder Pancetta)
- 3 Eigelb
- 1 ganzes Ei
- 50 g Pecorino Romano (gerieben)
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen.
- 2 Guanciale in Würfel schneiden und in einer Pfanne knusprig auslassen.
- 3 Eigelb, ganzes Ei und Pecorino in einer Schüssel verquirlen. Mit Pfeffer würzen.
- 4 Die abgetropften Spaghetti zum Guanciale in die Pfanne geben und kurz schwenken.
- 5 Vom Herd nehmen und die Ei-Käse-Mischung schnell unterrühren, bis eine cremige Sauce entsteht.
- 6 Sofort servieren und mit Pecorino und Pfeffer bestreuen.

DAS BESONDERE

Pasta alla Carbonara ist mehr als nur ein Gericht – es ist ein Stück römische Tradition und Gastfreundschaft. Einfachheit, Qualität und Geschmack in vollendeter Harmonie.



GENUSSTIPP

Am besten mit einem Glas frischen und einem knackigen Salat genießen. Buon appetito!

TYPISCH VATIKANISCH

Tradition, Glaube und Genuss – die Küche des Vatikans spiegelt die Einfachheit und Wertschätzung echter italienischer Esskultur wider.



Rezept mit ENGLAND

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



ZUTATEN

für 4 Personen

- 4 Kabeljaufilets (je ca. 150 g)
- 400 g Kartoffeln (mehligkochend)
- 150 g Erbsen (tiefgekühlt)
- 150 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 200 ml Bier (kalt)
- 1 Ei
- Salz
- Pfeffer
- Öl zum Frittieren
- Zitronen (zum Servieren)

DAS BESONDERE

Die Kombination aus knusprigem Fisch, goldenen Chips und cremigen Erbsen ist mehr als nur ein Gericht – sie ist ein Stück britischer Tradition und echtes Wohlfühlfessen.

ZUBEREITUNG

- 1 Kartoffeln schälen, in dicke Stifte schneiden und in Salzwasser ca. 10 Min. vorkochen.
- 2 Abgießen, gut abtropfen lassen und anschließend bei 180 °C goldbraun frittieren.
- 3 Erbsen in wenig Wasser mit einer Prise Salz 5–7 Min. kochen, abgießen und grob stampfen.
- 4 Mehl, Backpulver, Ei und Bier zu einem glatten Teig verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5 Fischfilets salzen, in den Bierteig tauchen und im heißen Öl goldbraun frittieren.
- 6 Fish and Chips mit Erbsenpüree, Sauce und Zitronenspalten servieren.



GENUSSTIPP

Am besten mit einer Portion Tartarsauce und einem Spritzer frischer Zitrone genießen!



45 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

Fish and Chips

Das britische Nationalgericht
knusprig, einfach und köstlich

Knusprig frittierter Fisch in luftigem Bierteig, serviert mit goldenen Chips, würzigem Erbsenpüree und einer frischen Sauce.

Ein echter Klassiker der britischen Küche, beliebt seit Generationen.

TYPISCH ENGLISCH

Einfach, ehrlich und voller Geschmack – Fish and Chips steht für die Gemütlichkeit und Bodenständigkeit der englischen Küche.



Rezept

mit

BULGARIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Baniza

**Das Nationalgericht Bulgariens –
ein Stück Tradition**

Baniza ist weit mehr als nur ein Gericht –
sie ist ein Symbol für bulgarische Gastfreundschaft,
Familie und das Zusammensein.

Knuspriger Teig, zarte Füllung und der Duft
von Schafskäse machen sie zu einem echten
Geschmackserlebnis, das Generationen verbindet.

ZUTATEN

für 6 Personen

- 500 g Filoteig (oder Yufka)
- 400 g Sirene (Schafskäse)
- 3 Eier
- 250 g Joghurt
- 100 ml Milch
- 100 ml Mineralwasser
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 1 TL Salz
- etwas Butter zum Einfetten

ZUBEREITUNG

- 1 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 2 Eier, Joghurt, Milch, Mineralwasser, Öl und Salz in einer Schüssel verquirlen.
- 3 Eine Auflaufform mit etwas Öl einfetten.
- 4 Ein Blatt Filoteig hineinlegen, mit der Eiermischung bepinseln und etwas zerbröselten Käse darüberstreuen. Diesen Vorgang wiederholen, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Die letzte Schicht sollte Teig sein.
- 5 Mit Öl beträufeln und optional mit etwas geschmolzener Butter bestreichen.
- 6 Baniza im Ofen ca. 45–50 Minuten goldbraun backen.
- 7 Vor dem Servieren etwas abkühlen lassen und in Stücke schneiden.



1,5 Std.
Gesamtzeit



6
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

DAS BESONDERE

Baniza steht für Heimat, Wärme und Tradition. Ob zum Frühstück, Mittagessen oder Fest – sie schmeckt immer.



GENUSSTIPP

Am besten warm genießen –
mit einem Glas Ayran oder
einem frischen Salat.

TYPISCH BULGARISCH

Baniza wird zu jedem Anlass serviert –
zum Frühstück, zu Feiertagen
oder einfach als herzhaftes Gericht
für die ganze Familie.



Rezept

mit

RUMÄNIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Sarmale

**Das Nationalgericht Rumäniens –
ein Fest der Tradition**

Sarmale sind gefüllte Kohlrouladen, die mit einer herzhaften Mischung aus Fleisch, Reis und Gemüse zubereitet und langsam in Sauerkraut und Tomaten geschmort werden. Serviert mit Mămăligă und einem Klecks Sauerrahm – ein Gericht, das Familie, Gastfreundschaft und rumänische Seele auf den Tisch bringt.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 1 Kopf Weißkohl (für die Blätter)
- 500 g Rinderhackfleisch
- 200 g Schweinehackfleisch
- 100 g Reis (roh)
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Ei
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Dose gehackte Tomaten (400 g)
- 500 g Sauerkraut
- 2 EL Pflanzenöl
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Kohlkopf im Ganzen in heißem Wasser ca. 10 Min. blanchieren. Blätter vorsichtig ablösen und harte Strünke flach schneiden.
2. Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in etwas Öl glasig anbraten.
3. Hackfleisch, Reis, Ei, angebratene Zwiebel und Knoblauch, Salz und Pfeffer gut vermischen.
4. Je 1–2 EL Füllung auf ein Kohlblatt geben, Seiten einklapfen und fest aufrollen.
5. Einen Topf mit etwas Öl ausstreichen und eine Schicht Sauerkraut einlegen.
6. Sarmale dicht nebeneinander in den Topf schichten.
7. Restliches Sauerkraut, Tomatenmark und gehackte Tomaten darübergeben. Mit Wasser auffüllen, bis alles bedeckt ist.
8. Zugedeckt bei niedriger Hitze ca. 2–2,5 Std. schmoren lassen.



3 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH RUMÄNISCH

Ein herzhaftes Gericht mit Geschichte und viel Liebe zubereitet. In Rumänien gehören Sarmale zu jedem Fest und jeder Familie.

DAS BESONDERE

Sarmale sind mehr als nur ein Gericht – sie sind ein Symbol für Zusammenhalt und rumänische Gastfreundschaft.



GENUSSTIPP

Am nächsten Tag schmecken die Sarmale noch besser! Dazu passt frische Mămăligă und ein Klecks Sauerrahm.



Rezept

mit

GRIECHENLAND

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Moussaka

**Das Nationalgericht Griechenlands –
ein Genuss für die Sinne**

Moussaka ist ein traditioneller Auflauf aus Auberginen, Kartoffeln und würzigem Hackfleisch, verfeinert mit Tomaten und Zwiebeln. Gekrönt von einer cremigen Béchamelsauce und im Ofen goldbraun überbacken, vereint dieses Gericht die Aromen Griechenlands und bringt mediterrane Lebensfreude auf den Tisch.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 2 große Auberginen
- 3 Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 500 g Rinderhackfleisch
- 400 g gehackte Tomaten
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Ei
- 100 ml Rotwein
- 100 ml Milch
- 2 EL Mehl
- 100 g geriebener Käse
- 1 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Auberginen in Scheiben schneiden, salzen und 30 Min. ziehen lassen. Abspülen und abtupfen. In Olivenöl anbraten und beiseitestellen.
- 2 Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und kurz vorkochen.
- 3 Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Zwiebeln in Olivenöl anbraten, Hackfleisch hinzufügen und krümelig braten.
- 4 Tomaten, Tomatenmark und Rotwein dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und 15 Min. köcheln lassen.
- 5 Für die Béchamelsauce: Butter schmelzen, Mehl einrühren, mit Milch ablöschen und unter Rühren andicken. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Ei und Käse unterrühren.
- 6 Eine Auflaufform fetten. Schichtweise Kartoffeln, Auberginen und Hackfleischsauce einfüllen.
- 7 Mit Béchamelsauce bedecken und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C ca. 45–50 Min. goldbraun backen. Vor dem Servieren 10 Min. ruhen lassen.



2 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH GRIECHISCH

Moussaka ist ein Symbol der griechischen Küche – herzhaft, mediterran und mit viel Liebe zubereitet. Ein Stück Griechenland für zu Hause!

DAS BESONDERE

Moussaka vereint die Aromen Griechenlands – herzhaft, würzig und voller Tradition. Ein Gericht, das Familie und Freunde zusammenbringt.

GENUSSSTIPP

Dazu passt ein frischer griechischer Bauernsalat, knuspriges Brot und ein Glas trockener Weißwein.



Rezept

mit

ZYPERN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Kleftiko

Das Nationalgericht Zyperns –
ein Fest der Aromen

Kleftiko ist mehr als nur ein Gericht – es ist ein Stück zypriotische Geschichte. Zartes Lammfleisch wird mit Knoblauch, Zitronensaft und Oregano mariniert, in Pergament eingeschlagen und langsam im Ofen gegart, bis es butterweich ist. Ein Gericht, das Tradition, Gastfreundschaft und Lebensfreude verbindet.



3–3,5 Std.
Gesamtzeit



6
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 6 Personen

- 1,5 kg Lammfleisch (Schulter oder Keule)
- 6 Kartoffeln
- 2 große Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 2 EL Olivenöl
- Saft von 2 Zitronen
- 1 TL getrockneter Oregano
- 1 TL Rosmarin
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Lammfleisch mit Knoblauch, Zitronensaft, Olivenöl, Oregano, Rosmarin, Salz und Pfeffer gut einreiben und mindestens 2 Stunden marinieren (am besten über Nacht).
- 2 Kartoffeln, Karotten und Zwiebeln in grobe Stücke schneiden und mit etwas Salz und Pfeffer mischen.
- 3 Fleisch auf das Gemüse legen und alles in Pergamentpapier einschlagen, dann zusätzlich in Alufolie wickeln und gut verschließen.
- 4 Im vorgeheizten Ofen bei 160 °C ca. 3 Stunden garen, bis das Fleisch zart und saftig ist.
- 5 Pergament und Folie öffnen und weitere 20 Minuten ohne Abdeckung goldbraun backen.
- 6 Vor dem Servieren das Fleisch in Stücke ziehen und mit dem Gemüse anrichten.

DAS BESONDERE

Kleftiko wurde früher von Hirten heimlich – „kleftiko“ bedeutet „gestohlen“ – über offenem Feuer gegart. Heute ist es das Lieblingsgericht der Zyprioten.



GENUSSTIPP

Dazu passt ein frischer griechischer Bauernsalat, Tzatziki und ein Glas trockener Weißwein.

TYPISCH ZYPRITISCH

Einfache Zutaten, viel Zeit und Liebe – das macht Kleftiko zu einem unvergesslichen Geschmackserlebnis der zypriotischen Küche.



Rezept

mit

TUNESIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Couscous

**Das Nationalgericht Tunesiens –
ein Symbol der Gastfreundschaft**

Couscous ist mehr als nur ein Gericht –
es ist Tradition, Gemeinschaft und Lebensfreude.
Zarter Couscous wird mit würzigem Lammfleisch,
Kichererbsen und Gemüse in einer aromatischen
Brühe serviert. Ein Festessen,
das Generationen verbindet und
die Esskultur Tunesiens prägt.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 400 g Lammfleisch (Schulter)
- 250 g Couscous (mittel)
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 2 Zucchini
- 1 Rübe oder Steckrübe
- 1 Kartoffel
- 200 g Kichererbsen
- 2 EL Tomatenmark
- 1 EL Harissa (optional)
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Kichererbsen über Nacht in Wasser einweichen.
- 2 Lammfleisch in Würfel schneiden.
- 3 Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- 4 Olivenöl in einem großen Topf erhitzen.
Fleisch darin anbraten, Zwiebel und Knoblauch
zugeben und glasig dünsten.
- 5 Tomatenmark einrühren, mit 1,5 Liter Wasser
aufgießen. Kichererbsen hinzufügen und
ca. 1 Std. köcheln lassen.
- 6 Gemüse schälen, in große Stücke schneiden
und in den Topf geben. Weitere 45 Min.
köcheln lassen, bis alles gar ist.
- 7 Couscous in eine Schüssel geben, mit etwas Öl
und Salz vermengen und mit heißem Wasser
bedecken. 5 Min. quellen lassen, auflockern.
- 8 Couscous auf eine große Platte geben,
Gemüse und Fleisch darauf anrichten und
mit Brühe servieren.

DAS BESONDERE

Couscous wird in Tunesien gerne
am Freitag in großer Runde serviert –
als Zeichen von Zusammenhalt und
Gastfreundschaft.

GENUSSTIPP

Mit etwas Zitronensaft oder einer
Prise Harissa schmeckt Couscous
besonders aromatisch und frisch.



2,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH TUNESISCH

Ein Gericht voller Sonne, Farben
und Gewürze. Couscous steht für
Gemeinschaft, Tradition und die Liebe
zur tunesischen Küche.

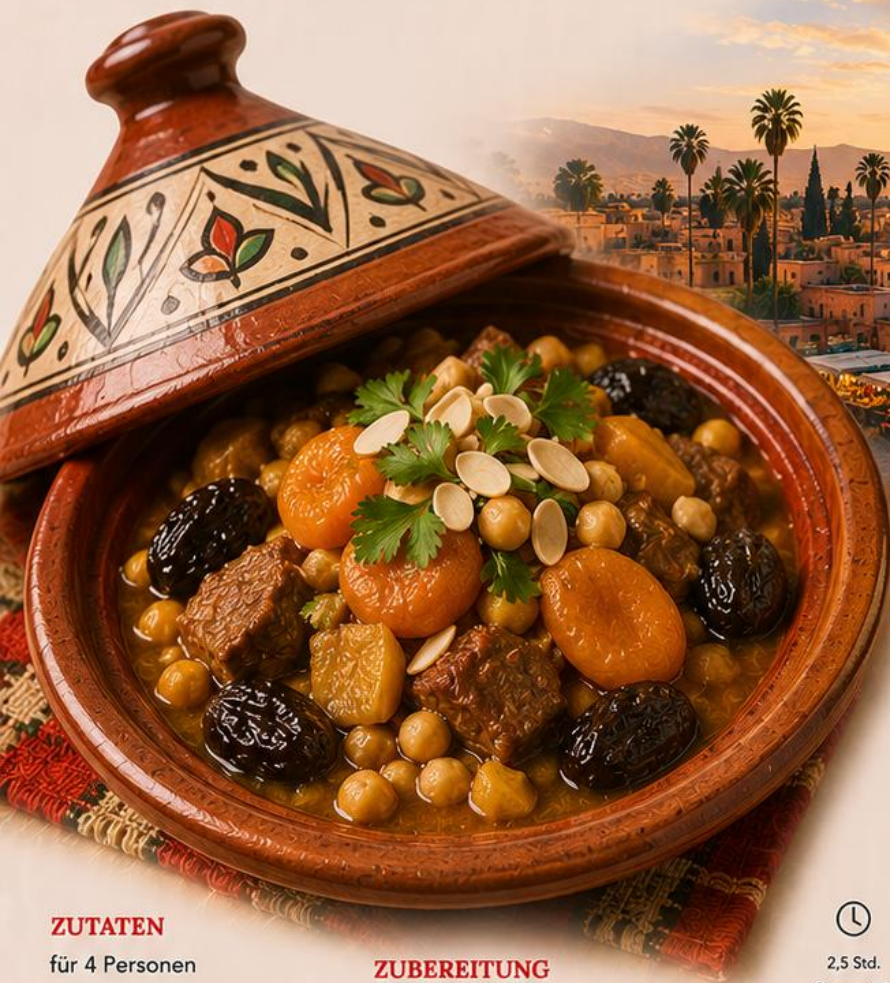


Rezept

mit

MAROKKO

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Tajine

Das Nationalgericht Marokkos –
ein Fest der Aromen

Tajine ist ein traditionelles Schmorgericht, das in einem speziellen Tontopf mit Deckel langsam gegart wird. Zartes Fleisch, fruchtige Zutaten und Kichererbsen verbinden sich zu einer unvergleichlichen Komposition.

Ein Gericht, das die marokkanische Gastfreundschaft und Lebensfreude auf den Tisch bringt.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 500 g Lammfleisch
- 2 große Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 2 Möhren
- 2 Kartoffeln
- 100 g Kichererbsen (getrocknet)
- 100 g getrocknete Aprikosen
- 100 g getrocknete Pflaumen
- 1 Zitrone (in Spalten)
- 500 ml Wasser
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Kichererbsen über Nacht in Wasser einweichen.
- 2 Zwiebeln und Knoblauch fein hacken.
- 3 Fleisch in Stücke schneiden.
- 4 Olivenöl im Tajine oder Schmortopf erhitzen. Fleisch darin von allen Seiten anbraten.
- 5 Zwiebeln und Knoblauch zugeben und glasig dünsten.
- 6 Möhren und Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden und hinzufügen.
- 7 Kichererbsen abgießen und zum Fleisch geben.
- 8 Getrocknete Aprikosen und Pflaumen dazugeben.
- 9 Zitronenspalten und Wasser einfüllen.
- 10 Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 11 Zugedeckt bei niedriger Hitze ca. 2 Std. schmoren lassen, bis das Fleisch zart und das Gemüse weich ist. Gelegentlich überprüfen und ggf. etwas Wasser nachgießen.



2,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

DAS BESONDERE

Tajine vereint süße und herzhaftes Zutaten auf einzigartige Weise – ein Spiegel der marokkanischen Kultur und Tradition.

GENUSSTIPP

Mit frischem Koriander und gerösteten Mandeln verfeinern und mit Fladenbrot servieren.

TYPISCH MAROKKANISCH

Ein Gericht voller Wärme, Gewürze und Tradition.

Tajine steht für Gemeinschaft, Gastfreundschaft und die Liebe zur marokkanischen Küche.

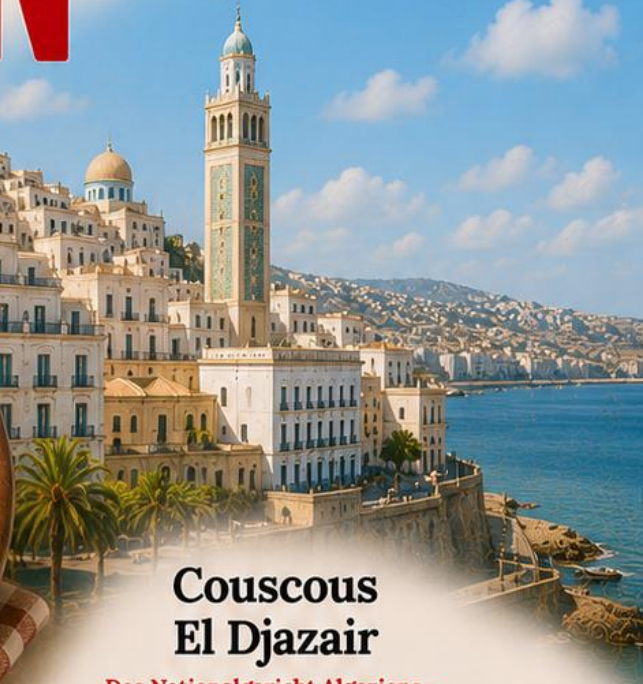


Rezept

mit

ALGERIEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Couscous El Djazair

**Das Nationalgericht Algeriens –
ein Fest der Aromen und der Gastfreundschaft**

Couscous ist mehr als nur ein Gericht in Algerien –
es ist ein Symbol für Zusammenhalt und Tradition.

Zarte Lammstücke, frisches Gemüse und
lockerer Couscous werden in einem Duft aus
Sonnen und Erde zu einem unvergleichlichen
gemeinsamen Genuss.



1,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 400 g Couscous
- 500 g Lammfleisch (Schulter)
- 2 Karotten
- 2 Zucchini
- 1 Rübe oder Kürbisstück
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 150 g Kichererbsen (über Nacht eingeweicht)
- 2 EL Tomatenmark
- 1,5 Liter Wasser
- Salz

ZUBEREITUNG

- 1 Kichererbsen abgießen und mit Lammfleisch, Zwiebel, Knoblauch und Wasser zum Kochen bringen. Schaum abschöpfen.
- 2 Fleisch salzen und ca. 45 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.
- 3 Karotten, Rübe und Tomatenmark hinzufügen und ca. 20 Min. weiterkochen.
- 4 Zucchini dazugeben und weitere 15 Min. garen, bis das Gemüse weich ist.
- 5 Couscous in eine große Schüssel geben, mit etwas Brühe befeuchten und mit den Händen auflockern.
- 6 Couscous über einem Topf mit kochender Brühe (dampfend) ca. 15 Min. dämpfen. Vograng zweimal wiederholen.
- 7 Couscous auf eine große Platte geben, Gemüse und Fleisch darauf anrichten, etwas Brühe darüber träufeln und heiß servieren.

DAS BESONDERE

Couscous wird in Algerien oft jeden Freitag in der Familie oder mit Freunden geteilt – ein Zeichen von Segen, Dankbarkeit und Gemeinschaft.



GENUSSTIPP

Mit einer Schale Harissa und einem frischen Salat aus Tomaten, Gurken und Zwiebeln servieren!

TYPISCH ALGERISCH

Ein Gericht, das Wärme, Sonne
und die reiche Kultur Algeriens
auf den Teller bringt.

Bon appétit!



Rezept mit ÄGYPTEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Koshari

**Das Nationalgericht Ägyptens –
einfach, sättigend und unglaublich beliebt**

Koshari ist das Streetfood der Ägypter und gehört zu den beliebtesten Gerichten des Landes.

Reis, Linsen, Nudeln und Kichererbsen werden mit würziger Tomatensauce und knusprigen Röstzwiebeln serviert.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 200 g Reis
- 100 g braune Linsen
- 100 g Kichererbsen (gekocht)
- 150 g kleine Nudeln (z. B. Makkaroni)
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 400 g passierte Tomaten
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Linsen in Wasser ca. 20 Min. kochen, bis sie weich sind.
- 2 Reis in Salzwasser garen und abtropfen lassen.
- 3 Nudeln in Salzwasser kochen, abseihen und beiseite stellen.
- 4 Zwiebeln in feine Ringe schneiden und in etwas Öl goldbraun und knusprig braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 5 Knoblauch fein hacken und kurz in Öl anbraten. Passierte Tomaten dazugeben und 10–15 Min. köcheln lassen.
- 6 Zum Servieren: In einer Schüssel zuerst Reis, dann Linsen, Nudeln und Kichererbsen schichten. Mit Tomatensauce übergießen und mit den Röstzwiebeln toppen.



1,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

DAS BESONDERE

Koshari vereint die Einflüsse vieler Kulturen – ein Gericht voller Geschichte, Tradition und ägyptischer Gastfreundschaft.



GENUSSTIPP

Mit einem Spritzer Zitronensaft vor dem Servieren schmeckt Koshari besonders frisch!

TYPISCH ÄGYPTISCH

Ein Gericht für alle – günstig, nahrhaft und voller Geschmack.

Koshari ist Ägypten auf jedem Teller.

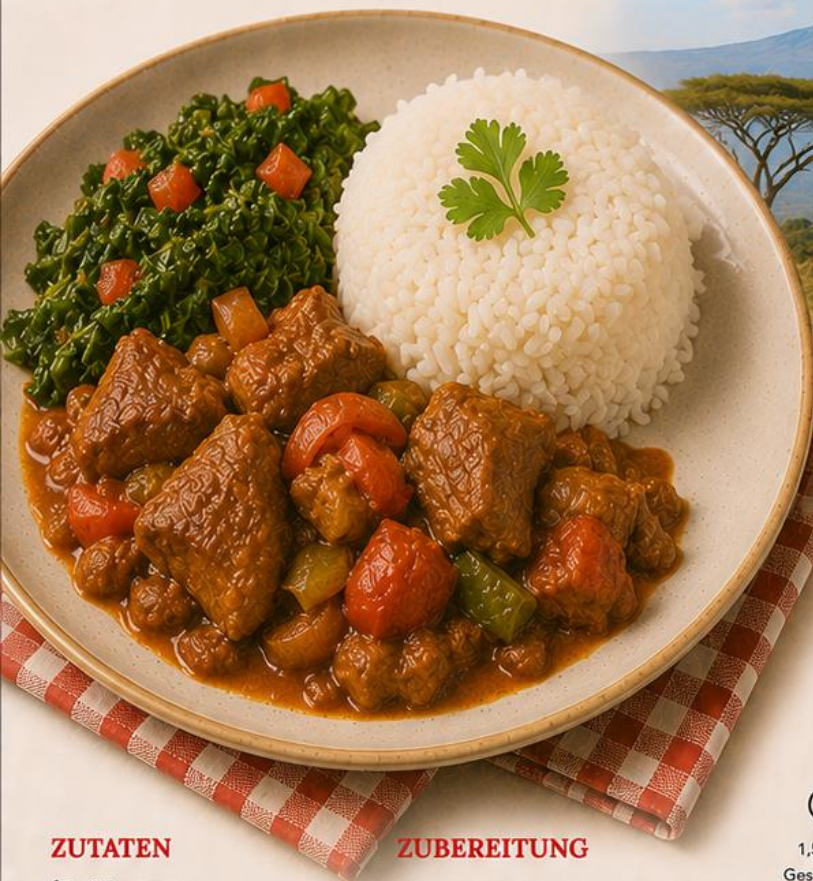
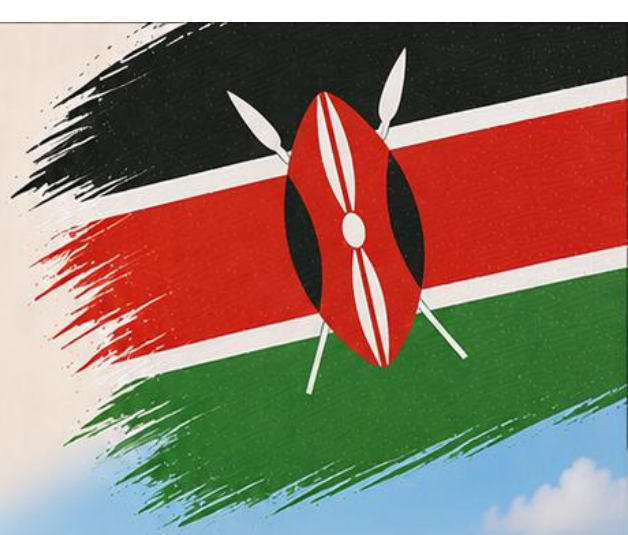


Rezept

mit

KENIA

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Nyama Choma

**Das Nationalgericht Kenias –
ein Fest für die Sinne**

Saftiges, gegrilltes Fleisch, mariniert in einer würzigen Mischung und über offenem Feuer perfekt zubereitet.

Serviert mit Ugali und Kachumbari, bringt Nyama Choma die Essenz Kenias auf den Teller.



1,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 600 g Rindfleisch (z. B. Hüfte oder Rippenstücke)
- 2 Tomaten
- 1 grüne Paprika
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück frischer Ingwer (ca. 2 cm)
- 2 EL Limettensaft
- 1 EL Sojasauce (optional)
- 1 rote Chilischote (nach Geschmack)
- Salz

ZUBEREITUNG

- 1 Fleisch in Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.
- 2 Zwiebel, Knoblauch und Ingwer fein hacken. Tomaten und Paprika würfeln.
- 3 Alles mit Limettensaft, Sojasauce, Chili und Salz zum Fleisch geben und gut vermengen.
- 4 Abdecken und mindestens 1 Stunde im Kühlschrank marinieren.
- 5 Fleisch auf Spieße stecken oder direkt auf den Grillrost legen.
- 6 Über heißer Glut von allen Seiten grillen, bis es schön gebräunt und durchgegart ist.
- 7 Mit Ugali und Kachumbari servieren und genießen!

DAS BESONDERE

Nyama Choma bedeutet auf Suaheli „gegrilltes Fleisch“. Es ist mehr als ein Gericht – es ist ein geselliges Erlebnis, das Familie und Freunde zusammenbringt.



GENUSSTIPP

Ein Spritzer Limette und frischer Koriander machen das Gericht besonders frisch!

TYPISCH KENIANISCH

In Kenia wird Nyama Choma oft am Wochenende oder zu besonderen Anlässen zubereitet.

Dazu passen Ugali – der traditionelle Maisbrei – und frischer Kachumbari, ein Tomaten-Zwiebel-Salat.



Rezept

mit

SRI LANKA

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Rice & Curry

Das Nationalgericht Sri Lankas – vielseitig, bunt und voller Geschmack

Rice & Curry ist mehr als nur ein Gericht – es ist eine Tradition.

Duftender Reis wird begleitet von verschiedenen

Currys, Linsen, Gemüse und Sambal.

Ein harmonisches Zusammenspiel für Körper und Seele.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 300 g Basmatireis
- 500 g Hähnchenbrust (oder Tofu)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer (ca. 3 cm)
- 400 ml Kokosmilch
- 200 g rote Linsen
- 200 g grüne Bohnen
- 2 Möhren
- 1/2 Weißkohl
- 1 Limette
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Reis in Wasser waschen und nach Packungsanleitung kochen.
- 2 Linsen gründlich waschen und in 400 ml Wasser mit gehackter Zwiebel, Knoblauch und Ingwer ca. 15–20 Min. weich kochen.
- 3 Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden und in etwas Öl anbraten.
- 4 Kokosmilch hinzufügen und ca. 15 Min. köcheln lassen.
- 5 Bohnen und Möhren in Stücke schneiden, in einer Pfanne mit wenig Wasser dünsten.
- 6 Weißkohl fein schneiden und kurz anbraten, mit Limettensaft abschmecken.
- 7 Alles zusammen mit Reis servieren und nach Belieben mischen.



1,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

DAS BESONDERE

Rice & Curry steht für Gastfreundschaft und Zusammenhalt. In Sri Lanka wird das Essen gemeinsam genossen – mit vielen kleinen Beilagen und ganz viel Liebe.



GENUSSTIPP

Mit frischem Kokos-Sambal und einem Spritzer Limettensaft wird es besonders aromatisch!

TYPISCH SRILANKISCH

Vielseitig, farbenfroh und ausgewogen – so schmeckt Sri Lanka!
Reis & Curry ist das Herzstück der sri-lankischen Küche.

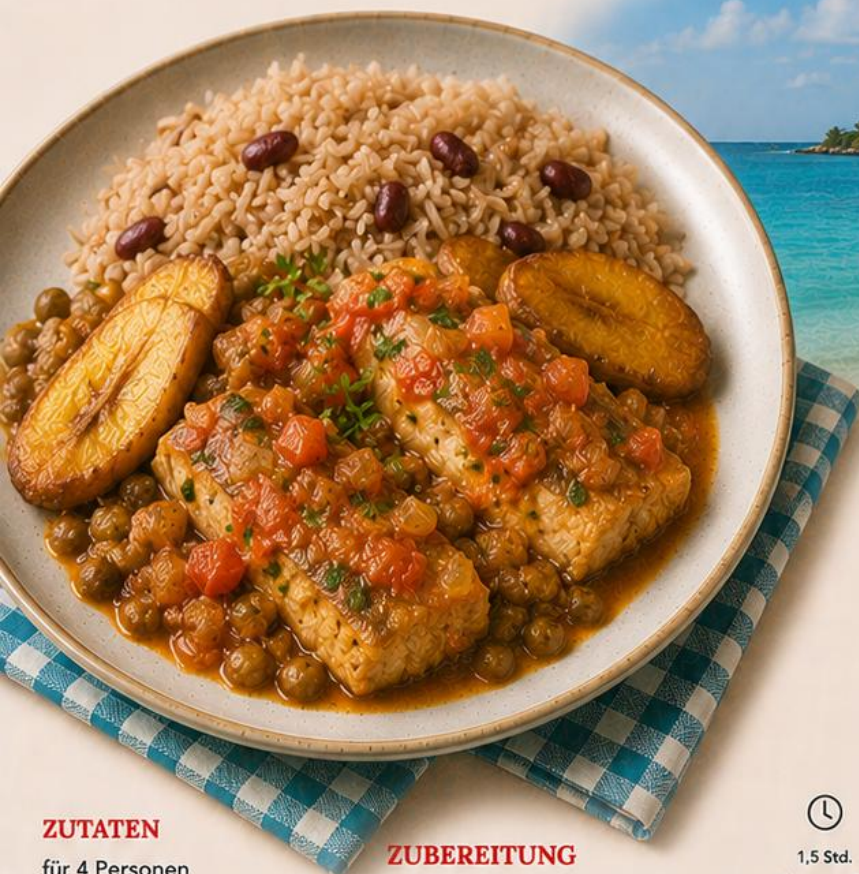


Rezept

mit

BAHAMAS

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Peas and Rice mit gebratenem Fisch

**Das Nationalgericht der Bahamas –
ein Geschmack von Sonne und Meer**

Zarter Fisch wird in einer würzigen Sauce
aus Tomaten, Zwiebeln und Paprika gegart
und zusammen mit Reis und Erbsen
(Kidneybohnen) serviert.

Ein einfaches Gericht, das die Herzlichkeit
und Lebensfreude der Bahamas widerspiegelt.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 4 Fischfilets (z. B. Schnapper oder Makrelen), in Stücke geschnitten
- 1 EL Limettensaft
- Salz
- 400 g Reis
- 200 g Kidneybohnen (getrocknet oder aus der Dose)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 grüne Paprika
- 2 Tomaten
- 1 EL Tomatenmark
- 2 EL Pflanzenöl
- 300 ml Wasser
- Salz

ZUBEREITUNG

- 1 Bohnen über Nacht einweichen, dann in frischem Wasser ca. 45 Min. kochen, bis sie weich sind.
- 2 Reis waschen und in 600 ml Wasser mit einer Prise Salz ca. 15–18 Min. garen.
- 3 Fischstücke mit Limettensaft und etwas Salz marinieren.
- 4 Öl in einer Pfanne erhitzen, Fischstücke anbraten, herausnehmen und beiseitestellen.
- 5 Zwiebel, Knoblauch und Paprika in derselben Pfanne anschwitzen. Tomaten und Tomatenmark hinzufügen und 5 Min. köcheln lassen.
- 6 Wasser dazugeben, Fisch wieder in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. schmoren lassen.
- 7 Reis und Bohnen mischen und zusammen mit dem Fisch servieren.



1,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH BAHAMISCH

Die Bahamas-Küche ist einfach,
frisch und voller Geschmack.
Meeresfrüchte, Reis, Bohnen und
tropische Aromen stehen im Mittelpunkt.
Ein Hauch Karibik auf jedem Teller!

DAS BESONDERE

Peas and Rice mit Fisch ist mehr als ein Gericht –
es ist ein Stück bahamaische Kultur, das Familie
und Freunde an einen Tisch bringt.



GENUSSTIPP

Mit frischer Limette beträufeln
und mit gebratenen Kochbananen
servieren – einfach köstlich!



Rezept

mit

DOMINIKANISCHE REPUBLIK

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



La Bandera

**Das Nationalgericht der
Dominikanischen Republik –
ein Fest für die Sinne**

La Bandera ist mehr als nur ein Gericht –
es ist ein Symbol für die Farben der
Nationalflagge und die Vielfalt des Landes.

Reis, rote Bohnen und zartes Fleisch,
gewürzt mit Liebe und Tradition.

Ein einfaches Gericht, das die dominikanische
Lebensfreude auf den Teller bringt.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 400 g Rindfleisch (z. B. Schulter),
in Würfel geschnitten
- 2 Tassen Reis
- 1 Tasse rote Bohnen (getrocknet)
oder 2 Dosen (à 400 g)
- 1 grüne Paprika
- 1 rote Paprika
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 2 EL Tomatenmark
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Oregano
- Salz
- Pfeffer
- Wasser
- Frischer Koriander (zum Garnieren)

ZUBEREITUNG

- 1 Bohnen über Nacht einweichen.
In frischem Wasser ca. 45–60 Min. kochen,
bis sie weich sind. Abgießen und beiseitestellen.
- 2 Fleisch mit etwas Salz, Pfeffer und Knoblauch
würzen.
- 3 Öl in einem großen Topf erhitzen und das Fleisch
rundum anbraten.
- 4 Zwiebel, Paprika und restlichen Knoblauch hinzufügen
und 5 Min. mitdünsten.
- 5 Tomatenmark und Oregano einrühren.
Mit Wasser ablöschen, bis das Fleisch bedeckt ist.
Bei mittlerer Hitze ca. 45 Min. schmoren lassen,
bis das Fleisch zart ist.
- 6 Bohnen hinzufügen und 10 Min. mitköcheln lassen.
- 7 Reis in leicht gesalzenem Wasser nach
Packungsanweisung garen.



1,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

TYPISCH DOMINIKANISCH

Ein Gericht, das Familie, Kultur
und Herzlichkeit vereint.

La Bandera – der Stolz der
Dominikanischen Republik
auf jedem Teller.

DAS BESONDERE

La Bandera vereint die Farben der
dominikanischen Flagge und die Aromen
der karibischen Küche – einfach, ehrlich und
voller Lebensfreude.



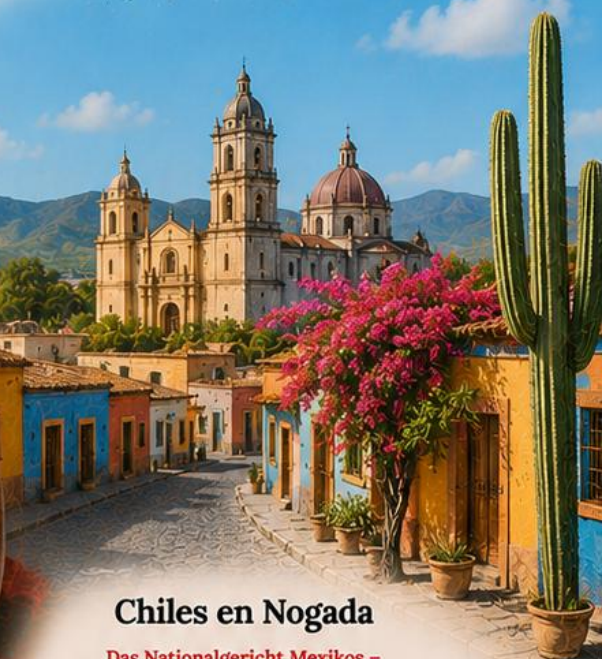
GENUSSTIPP

Mit Avocado, gebratenen
Kochbananen (Plátanos Maduros)
oder einem frischen Salat servieren!



Rezept mit MEXIKO

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Chiles en Nogada

Das Nationalgericht Mexikos –
ein Fest für die Sinne

Chiles en Nogada ist ein farbenfrohes Gericht, das die Farben der mexikanischen Flagge trägt. Poblano-Chilischoten sind gefüllt mit einer herzhaften Mischung aus Fleisch, Früchten und Gewürzen, mit einer feinen Walnuss-Sauce übergossen und mit Granatapfelkernen verziert. Ein traditionelles Gericht mit Geschichte, das seit Generationen gefeiert wird.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 4 große Poblano-Chilischoten
- 250 g Rinderhackfleisch
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- 1 Apfel
- 1 Birne
- 50 g Rosinen
- 50 g Mandeln
- 1 TL Zimt
- 1 TL Oregano
- Salz und Pfeffer
- Öl zum Braten

ZUBEREITUNG

- 1 Chilischoten rösten, in eine Tüte geben und schwitzen lassen. Haut abziehen und vorsichtig längs einschneiden, entkernen.
- 2 Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in Öl anbraten. Hackfleisch hinzufügen und garen.
- 3 Tomate, Apfel, Birne und Rosinen klein würfeln. Mit den Mandeln, Zimt, Oregano, Salz und Pfeffer zum Fleisch geben und gut vermengen.
- 4 Die Chilischoten mit der Füllung vorsichtig füllen.
- 5 Für die Sauce Walnusskerne (ca. 150 g) in Wasser einweichen, abtropfen und mit 200 ml Wasser pürieren. Bis zur gewünschten Konsistenz verdünnen.
- 6 Sauce über die gefüllten Chilis geben.
- 7 Mit Granatapfelkernen und gehackter Petersilie garnieren und servieren.



1,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

DAS BESONDERE

Chiles en Nogada vereint süß, würzig und cremig – ein einzigartiges Geschmackserlebnis und Symbol der mexikanischen Kultur.



GENUSSTIPP

Dazu passt mexikanischer Reis und ein frischer Salat mit Limette. Ein Glas Agua de Jamaica rundet das Festmahl perfekt ab.

TYPISCH MEXIKANISCH

Ein Gericht voller Tradition und Stolz. Chiles en Nogada wird besonders zum Unabhängigkeitstag im September mit Familie und Freunden genossen.
¡Buen provecho!

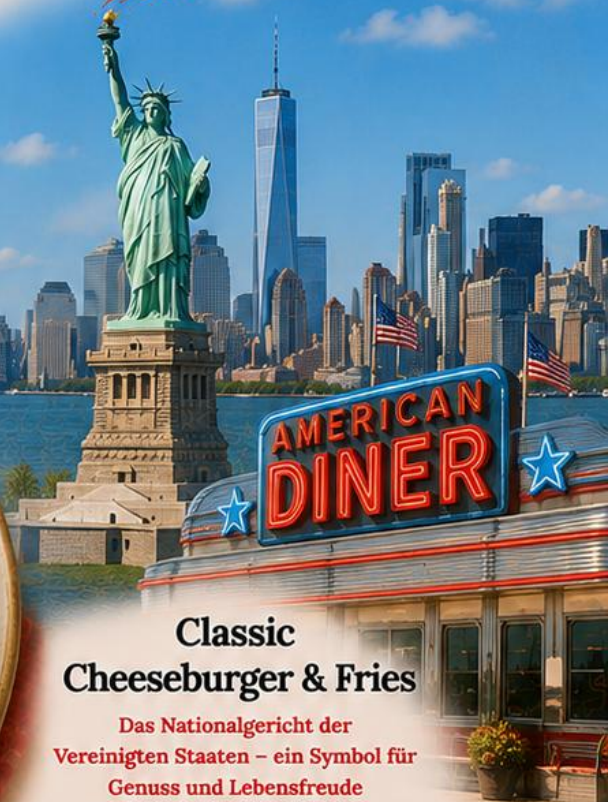


Rezept

mit

VEREINIGTE STAATEN

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Classic Cheeseburger & Fries

Das Nationalgericht der Vereinigten Staaten – ein Symbol für Genuss und Lebensfreude

Der Cheeseburger steht wie kaum ein anderes Gericht für die amerikanische Esskultur. Saftiges Rindfleisch, frisches Gemüse, geschmolzener Käse und ein weiches Bun – begleitet von knusprigen Pommes Frites. Ein Klassiker, der Generationen verbindet und einfach immer passt.



30 Min.
Gesamtzeit



4
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad

ZUTATEN

für 4 Personen

- 4 Burger Buns
- 500 g Rinderhackfleisch
- 4 Scheiben Cheddar Käse
- 1 große Tomate
- 1 rote Zwiebel
- 4 Salatblätter
- 4 Gewürzgurken
- 4 EL Ketchup
- 2 EL Senf
- 2 EL Mayonnaise
- Salz
- Pfeffer
- Öl zum Braten

ZUBEREITUNG

- 1 Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Aus dem Fleisch 4 gleich große Patties formen.
- 2 Öl in einer Pfanne oder auf dem Grill erhitzen. Patties von beiden Seiten je ca. 4–5 Min. braten. In den letzten Minuten den Käse auf die Patties legen und schmelzen lassen.
- 3 Burger Buns aufschneiden und leicht anrösten.
- 4 Untere Bun-Hälfte mit Ketchup, Senf und Mayonnaise bestreichen.
- 5 Mit Salat, Tomate, Patty mit Käse, Zwiebelringen und Gurkenscheiben belegen.
- 6 Mit der oberen Bun-Hälfte abdecken und zusammen mit den Pommes Frites servieren.

GENUSTIPP

Für extra Geschmack die Patties mit einem Hauch Zwiebeln in der Pfanne braten oder mit knusprigem Bacon verfeinern.

DAS BESONDERE

Der Cheeseburger ist mehr als nur ein Burger – er ist ein Stück amerikanischer Geschichte und ein weltweiter Lieblingsklassiker.

TYPISCH AMERIKANISCH

Einfach, herzhaft und voller Vielfalt. Der Cheeseburger steht für den amerikanischen Lifestyle: unkompliziert, großzügig und immer ein Genuss!



Rezept

mit

NEUFUNDLAND

HERZHAFT • AROMATISCH • TRADITIONELL



Jiggs Dinner

Das Nationalgericht Neufundlands – ein Stück Heimat und Tradition

Jiggs Dinner ist mehr als nur ein Gericht – es ist ein Symbol für Gemeinschaft, Geschichte und die raue Schönheit Neufundlands. Gesalzener Kabeljau wird langsam mit Gemüse und Rindfleisch gekocht, bis alle Aromen sich verbinden. Ein rustikales Essen, das Generationen verbindet und die Seele der Küstenbewohner widerspiegelt.

ZUTATEN

für 4 Personen

- 500 g gesalzener Kabeljau
- 500 g Rindfleisch (Brust oder Wade)
- 4 große Kartoffeln
- 2 Karotten
- 1 große Zwiebel
- 1 Rübe (Steckrübe)
- 1 Stange Lauch
- 1 Lorbeerblatt
- Wasser
- Salz (nach Bedarf)

ZUBEREITUNG

- 1 Den gesalzenen Kabeljau über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Wasser mehrmals wechseln.
- 2 Rindfleisch in einen großen Topf geben, mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Schaum abschöpfen.
- 3 Lauch, Lorbeerblatt und Zwiebel hinzufügen und ca. 1,5 Stunden leicht köcheln lassen.
- 4 In der Zwischenzeit das eingeweichte Kabeljau abtropfen lassen und in Stücke schneiden.
- 5 Nach 1,5 Stunden Kartoffeln, Karotten und Rübe zum Fleisch geben und weitere 30 Minuten kochen.
- 6 Kabeljau hinzufügen und weitere 20–30 Minuten garen, bis alles weich ist.
- 7 Abschmecken und heiß servieren.



2,5 Std.
Gesamtzeit



4
Portionen



Mittel
Schwierigkeitsgrad

DAS BESONDERE

Jiggs Dinner ist ein traditionelles Sonntagessen in Neufundland – ein Gericht, das Herz und Geschichte auf den Tisch bringt.



GENUSSTIPP

Mit etwas frischer Petersilie bestreuen und mit kräftigem Senf oder eingelegter Rote Bete servieren.

TYPISCH NEUFUNDLÄNDISCH

Ein herzhaftes Gericht aus einfachen Zutaten, das die Traditionen der Küstenbewohner und ihre Liebe zur Heimat widerspiegelt.

