Das österreichische Eikochbuch (Verlag Anton Pustet)

Buchvorstellung

Der steirische Kulturhistoriker und Initiator des Kochbuchwettbewerbs Prix Prato (benannt nach der bedeutendsten Kochbuchautorin Katharina Prato) Taliman Sluga gießt seine Leidenschaft für die Kulinarikvermittlung regelmäßig in themenbezogene Kochbücher, die sich durch umfangreiche Recherchen zu Warenkunde, Geschichte, Wert als Lebensmittel und Rezepten auszeichnen. Im vorliegenden Buch ist das Ei zentrales Thema, das sich in allen Kulturkreisen großer Bedeutung erfreut. Haben Sie es gewusst, wie ein Tier ein Ei heranbildet? Dass Eier die wichtigen Vitamine A,D,E,K und B enthalten sowie Phosphor und Eisen? Neben der Vielfalt der Hühnerrassen werden auch Geflügeleier von Wachteln, Tauben, Fasanen, Enten, Gänsen und vielen anderen beschrieben. Weltweite Bedeutung in der Mythologie und verschiedensten Osterbräuchen wird Platz eingeräumt. Natürlich ist die Verwendung in der Küche der Hauptaspekt, Tipps zu Lagerung, Frischetest und gesetzlichen Vorschriften runden den informativen Teil des Buches ab. Wie auch die anderen Bücher von Taliman Sluga im Salzburger Verlag Anton Pustet ein spannend zu lesendes Fachbuch und kulinarisch gut umsetzbares Kochbuch im handlichen Format!

Taliman Sluga,
Das österreichische Eikochbuch
ISBN 978-3-7025-1048-0
224 Seiten, € 22.-
Verlag Anton Pustet, Salzburg

Ei-Tramezzini am Spieß

60 g Frühlingszwiebeln, in feine Ringe geschnitten
150 g Frischkäse
1 TL Senf
Pfeffer
4 Scheiben Tramezzinibrot
4 Eier, hart gekocht, abgekühlt, geschält, in Scheiben geschnitten
60 g (Parma-)Schinken
2 Paradeiser, gewürfelt
40 g Salat
Holzspieße

Foto Shutterstock, Mut Hardmann

Frühlingswiebeln in Butter in einer Pfanne andünsten und abkühlen lassen. Frischkäse mit Senf und den Frühlingszwiebeln vermischen und mit Pfeffer würzen. Das Tramezzinibrot mit dieser Creme bestreichen und mit den in Scheiben geschnittenen Eiern, Schinken, Paradeisstücken und Rucola füllen. In kleine Dreiecke schneiden und diese auf Holzspieße stecken. Eitramezzini am Spieß eignen sich sehr gut für ein kaltes Buffet!

Foto Shutterstock, Brent Hofacker

Scotch Eggs („Schottische Eier")

250 g Faschiertes
1 Eidotter
2 EL Brösel
1 kleine Zwiebel, gewürfelt
1 Knoblauchzehe, klein gewürfelt
Senf
1 Msp. Muskatnuss, gemahlen
Salz, Pfeffer
4 Eier, gekocht, geschält
Öl

Für die Hülle Faschiertes mit Eidotter, Brösel, klein gewürfelte Zwiebel und Knoblauchzehe vermengen. Mit Senf, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse in 4 Portionen teilen und jeweils um 1 Ei hüllen. Die „schottischen Eier" in einer Fritteuse oder in einer Pfanne mit viel Öl frittieren, nach wenigen Minuten herausnehmen und gleich servieren.

Tipp: Geübte Köchinnen und Köche können es auch mit pochierten Eiern oder wachsweichen Eiern versuchen.

Schneenockerl mit Vanillesoße

Soße:
125 ml Milch
1 TL Vanillepuddingpulver
125 ml Schlagrahm
2 EL Zucker
Mark von ½ Vanilleschote
1 EL Rum

Nockerl:
3 Eiklar
Salz
4 EL Zucker
½ l Milch

Milch mit Puddingpulver verrühren. Die übrigen Zutaten in einem Topf aufkochen und das Puddingpulver-Milch-Gemisch einrühren, wieder kurz aufkochen und dann auskühlen lassen. Die Vanillesoße schaumig aufmixen. Für die Schneenockerl das Eiklar mit etwas Salz zu festem Schnee schlagen, dabei nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Mit 2 Löffeln aus der Schneemasse Nockerl formen und in die restliche, kochende Milch geben, Temperatur zurücknehmen und in der nur mehr warmen Milch kurz ziehen lassen, wenden und eine weitere Minute ziehen lassen. Die Schneenockerl in der warmen Vanillesoße anrichten.

Foto Shutterstock, Maslova Valentina

Schaumsuppe vom Bärlauch mit Wachtelei(-Knödel)

Wachtelei-Knödel:

8 Wachteleier
250 g Erdäpfel, mehlig
2 Eidotter
80 g Mehl, griffig
30 g Butter
Salz
1 Prise Muskatnuss, gemahlen
Spinatblätter
2 EL Nussbutter (braune Butter)
2 EL feine Weißbrotbrösel
Petersilie, fein gehackt
Salz

Bärlauchsuppe:

100 g frischer Bärlauch
2 EL Butter
80 g Zwiebeln, fein geschnitten
100 g Erdäpfel, mehlig, geschält, würfelig geschnitten
750 ml klare Gemüsesuppe
250 ml Schlagobers
Salz
weißer Pfeffer
Öl zum Frittieren

Die Wachteleier ca. 2 Minuten kochen, danach sofort in Eiswasser abkühlen lassen. Für die Knödel die Erdäpfel kochen, schälen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mit Eidotter, Mehl, Butter, Salz und Muskatnuss zu einem Teig verarbeiten. Den Teig zu einer Rolle formen. Die Spinatblätter kurz in Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und auf einem Küchentuch abtrocknen lassen. Die Wachteleier vorsichtig schälen, jedes Ei in ein Spinatblatt einwickeln und mit dem Erdäpfelteig umhüllen. Knödel formen und diese in leicht wallendem Salzwasser 4–5 Minuten köcheln. Die Butter in der Pfanne erwärmen, Brösel und Petersilie darin anrösten und leicht salzen. Die Knödel aus dem Wasser nehmen und sofort in den gerösteten Bröseln wälzen. Den Bärlauch waschen und bis auf 4 schöne Blätter kleiner schneiden. Butter in einem Topf aufschäumen und die Zwiebeln goldgelb anschwitzen. Bärlauch und Erdäpfelwürfel dazugeben, mit Suppe und Obers aufgießen, mit Salz und Pfeffer würzen. Köcheln lassen, bis die Erdäpfel weich sind. Mit dem Stabmixer schaumig aufmixen. Suppe und Knödeln in tiefen Tellern anrichten und mit in heißem Öl frittierten Bärlauchblättern garniert servieren. Anstatt der Wachtelei-Knödel kann auch einfach nur ein halbiertes, hart gekochtes Wachtelei in der Suppe verteilt werden.

Foto Shutterstock, Jerome Romme

Käferbohnen Shaksuca, Steirerkraft Barbara Majcan

Käferbohnen-Shakshuka* à la Steirerkraft**

* *eigentlich eine Spezialität aus der nordafrikanischen und israelischen Küche*

** *die für typisch steirische Lebensmittel bekannte Marke der Estyria Naturprodukte GmbH; nachfolgendes Rezept von Anna Majcan*

Shakshuka:

1 weiße Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl
1 rote Paprika
1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)
1 TL Paprikapulver
½ TL Chilipulver
800 g Paradeiser, enthäutet, halbiert
Salz, Pfeffer
425 ml Steirerkraft Käferbohnen g.U. (genussfertig; entspricht 1 Dose)
4 Eier

Garnierung:

120 g Speckwürfel
1 EL Steirerkraft Kürbiskerne, naturbelassen
1 EL Steirerkraft Kürbiskerne, gehackt
1 Handvoll Petersilie, gehackt
frisches Weißbrot

Den Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und fein hacken. In einer ofenfesten Pfanne Olivenöl erhitzen und Zwiebel sowie Knoblauch darin anschwitzen. Paprika waschen und klein würfeln, in der Pfanne mit Zwiebel und Knoblauch vermischen. Gewürze beifügen und kurz anrösten. Anschließend die Paradeiser unter das Gemüse rühren und etwas einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Käferbohnen abseihen, waschen und anschließend unter die Soße rühren. Mit einem Löffel vier Mulden in die dicke Sauce drücken, Eier einzeln aufschlagen und vorsichtig in die Mulden gießen. Die Pfanne in den heißen Ofen geben und ca. 10 Minuten backen.

Währenddessen in einer weiteren Pfanne die Speckwürfel knusprig braten. Shakshuka aus dem Ofen nehmen und mit knusprigen Speckwürfeln, Kürbiskernen und Petersilie bestreut servieren. Dazu passt ausgezeichnet frisches Weißbrot.

Tipp: Anstelle von Paprika und Chili kann man auch Harissa verwenden, eine Gewürzmischung aus frischen Chilis, Kreuzkümmel, Koriandersamen, Knoblauch, Salz und Olivenöl. Als vegetarische Variante empfiehlt es sich, anstelle von Speckwürfeln gekrümelten Schafskäse über die Shakshuka zu streuen.