



Steirische Käferbohnen, einmal anders

Um regionale Spezialitäten zu bewahren und vor Nachahmung und Rufausbeutung zu schützen, gibt es den EU-Herkunftsschutz. So genießt auch die Steirische Käferbohne die geschützte Ursprungsbezeichnung.

Die regionale Spezialität Steirische Käferbohne g.U. läßt sich beim Einkauf an der Banderole mit dem steirischen Panther und dem rotgelben Unionszeichen erkennen und garantiert die Herkunft von

zertifizierten Betrieben mit der einmaligen fortlaufenden Kontrollnummer. Sie gibt Sicherheit, in der Steiermark angebaut und verarbeitet worden zu sein.

Neben der klassischen Verwendung am Speiseplan ist sie auch für weniger bekannte Speisen ausgezeichnet geeignet. Die Steirische Käferbohne g.U. ist ein ideales Lebensmittel, enthält sie von



Steirischer Käferbohnen-Hummus an buntem Salat

Rezept Fachschule für Land- u. Ernährungswirtschaft Halbenrain, Maria Tremml

Zutaten für 8 bis 10 Personen

Basis:

400 g Steirische Käferbohnen g.U., gekocht
100 g Butter weich
125 g Creme fraiche
Salz, Pfeffer, Saft einer halben Zitrone

Je nach Geschmack:

- mit geräucherter Forelle – 1 Stk.
- mit Kernöl und fein gehackter Zwiebel – 1 EL
- mit Grammyschmalz – 1 EL

Salat der Saison:

z. B. 100 g Vogerlsalat
100 g Mais
2 Stk. Karotten, Julienne gerieben

Vinaigrette:

Balsamicoessig, Salz, Pfeffer, Kürbiskernöl
Baguette oder Toastbrot

Zubereitung:

Die gekochten Steirischen Käferbohnen mit dem Mixstab pürieren. Butter schaumig rühren, Bohnenpüree und Creme fraiche begeben und würzen. Die Masse dritteln und je nach Geschmacksrichtung mit Kürbiskernöl und Zwiebel, geräucherter Forelle oder Grammyschmalz verrühren. Auf Baguettescheiben dressieren und mit buntem Salat anrichten.

Steirische Käferbohnengrissini

Rezept Fachschule für Land- und Ernährungswirtschaft Halbenrain

Zutaten für 24 Stück

Teig:

300 g Dinkelvollmehl
700 g glattes Weizenmehl
300 ml Milch
300 ml Wasser
1 EL Salz
1 Würfel Germ
30 ml Olivenöl

Fülle:

250 g gekochte Steirische Käferbohnen g.U.
100 ml Olivenöl
1 Knoblauchzehe
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Mehl in eine Schüssel geben, mit Salz vermengen, Germ einbröseln und mit allen Zutaten einen mittelfesten Teig bereiten. Nach 10 min. Teigruhe Teigstücke mit 70 g abwägen, Dreiecke ausrollen und Käferbohnenfülle aufstreichen. Zusammenrollen, Stangerl formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, nochmals aufgehen lassen, mit Ei bestreichen und bei ca. 180°C 15 min. backen.

Für die Fülle Käferbohnen, Olivenöl, Knoblauch, Salz und Pfeffer pürieren.

Nach 10 Minuten Teigruhe Teigstücke mit 70 g abwägen, Dreiecke ausrollen und Käferbohnenfülle aufstreichen. Zusammenrollen, Stangerl formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, nochmals aufgehen lassen, mit Ei bestreichen und bei ca. 180°C 15 Minuten backen.



Steirischer Käferbohnenstrudel mit Schafkäse

Rezept von Maria Tremml

Zutaten für 6 - 8 Personen

Strudelteig:

300 g glattes Weizenmehl
50 g Weizenvollmehl
70 g Butter
1 Ei
125 ml Wasser

Fülle:

500 g gekochte Steir. Käferbohnen g.U.
200 g Schafkäse
100 g Grieß
Butterschmalz
2 Zwiebel
100 g Semmelwürfel
150 g Speck
2 würfelig geschnittene rote Paprika
500 ml Sauerrahm
Öl, Majoran, Bohnenkraut, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Für den Strudelteig Mehl und Butter abbröseln, Ei und Wasser versprudeln und alles zu einem weichen geschmeidigen Teig verarbeiten – zugedeckt ca. 30 Minuten rasten lassen.

Für die Fülle Bohnen mit Majoran, Bohnenkraut, Salz und Pfeffer wurzen. Grieß in Butterschmalz anrösten und mit etwas Wasser quellen lassen. Den würfelig geschnittenen Zwiebel mit Speck, Paprikawürfel und Semmelwürfel rösten, anschließend Grieß und Sauerrahm unterrühren. Würzig abschmecken. Die gekochten Käferbohnen begeben und den würfelig Schafkäse vorsichtig unterheben.

Den Strudelteig ausziehen, beölen und zu $\frac{3}{4}$ füllen. Seitlich einschlagen und dicht einrollen. Mit versprudeltem Ei bestreichen und bei 200 °C ca. 45 Minuten backen.

Natur aus doch alles, was für eine ausgewogene Ernährung wichtig ist: Kohlenhydrate, Ballaststoffe, Eiweiße, Mineralstoffe und Vitamine. Und ihr unverwechselbares Aussehen und der fein-nussige, zart schmelzende Geschmack sind wahrhaft königlich. Wie alle Bohnen ist auch sie nur ge-

kocht genießbar, was aber gut vorzeitig erfolgen kann. Vor allem im Sommer sollen die gekochten Bohnen im Kühlschrank aufbewahrt werden. Vor dem Kochen sollen die Trockenbohnen gründlich gewaschen (Waschwasser weggießen) und über Nacht in einer großen Schüssel mit viel Was-

ser eingeweicht werden (möglichst weiches Wasser, Mengenverhältnis ca. 1:3). Im Einweichwasser werden sie auf kleiner Flamme 1,5 bis 2 Std. gekocht (Lorbeer nach Belieben mitkochen). Salz und eventuell Essig erst am Ende der Kochzeit zugeben, wenn die Bohnen weichgekocht sind.

Für pikante Weiterverwendung passt die Verwendung von Bohnenkraut. Sollten die Bohnen für süße Gerichte verwendet werden, statt Salz Zucker begeben.

Weitere Infos und Rezepte:
www.steirische-kaeferbohne.at

Alle Fotos von Barbara Majcan

Steirische Käferbohnen-Falafel mit Dip

Rezept von Anna Majcan

Zutaten für ca. 45 Stück:

600 g Steirische Käferbohnen, gekocht	
2 Zwiebeln	
3 Knoblauchzehen	
60 g Semmelbrösel	
2 Eidotter	
3-4 EL Kürbiskernöl	
2 TL Kreuzkümmel	<u>Für den Dip:</u>
1-2 TL rotes Chilipulver	100 g Sauerrahm
Salz	120 g Joghurt
bei Bedarf etwas Kochwasser	1 Knoblauchzehe
	2 TL Zitronensaft
	5 EL Kürbiskernöl
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Ofen auf 220 Grad vorheizen. Steirische Käferbohnen mit dem Pürierstab pürieren. Bei Bedarf etwas vom abgetropften Käferbohnenwasser begeben. Zwiebel und Knoblauch sehr fein hacken, und mit den restlichen Zutaten zu einer kompakten Masse vermengen. Kleine Kugeln formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und etwa 10 Minuten im Ofen backen, dann vorsichtig wenden und weitere 10 Minuten backen lassen. In der Zwischzeit die Zutaten für den Dip miteinander verrühren und abschmecken.

Dazu passt ein bunter Salat der Saison.



Süße Käferbohnen-Nougat-Herzen

Rezept von Fachschule für Land und Ernährungswirtschaft Halbenrain

Zutaten für 24 Stück:

Teig:

300 g Dinkelvollmehl
700 g glattes Weizenmehl
600 ml Milch

1 EL Salz
1 Würfel Germ
100 g Butter
2 Eier
100 g Zucker

Fülle:

250 g gekochte Steirische Käferbohnen g.U.
150 g Nougat
Rum

Zubereitung:

Mehl in eine Schüssel geben, mit Salz vermengen, Germ einbröseln und mit allen Zutaten einen mittelfesten Teig bereiten.

Für die Fülle Käferbohnen, geschmolzenes Nougat und Rum pürieren.

Nach 10 Minuten Teigruhe Teigstücke mit 70 g abwägen, Dreiecke ausrollen und Käferbohnenfülle aufstreichen. Von der breiten Seite her zusammenrollen, Herzen formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, nochmals aufgehen lassen, mit Ei bestreichen und bei ca. 170 °C 15 Minuten backen.

Steirische Käferbohnen-Pralinen

Rezept: Anna Majcan

Zutaten für ca. 12 Stück:

100 g Steirische Käferbohnen, gekocht
15 g dunkles Kakaopulver
55 g Datteln
5 EL Rum
1 TL Kokosöl, geschmolzen

Zum Wälzen:

10 g Kakaopulver
1 Packung Vanillezucker

Zubereitung:

Datteln klein hacken. Gut abgetropfte Steirische Käferbohnen zusammen mit den Datteln, dem Kakaopulver, Rum und Kokosöl in ein Gefäß geben und mit dem Pürierstab mixen, bis eine geschmeidige Masse entsteht.

Für mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen, dann aus der Masse 12 Kugeln formen. In einer flachen Schale Kakaopulver und Vanillinzucker vermischen und die Kugeln darin wälzen.

Dazu passt ein schöner Espresso!

