

# Appetizer

KOCHEN  
ESSEN  
AUSGEHEN

## GEMÜSE

So lecker  
schmeckt  
der Herbst



### SCHOKOLADE

10 spannende Fakten  
rund um die Kakaobohne



### MATCHA-TEE

Der Exportschlager  
aus Japan ist ein  
echter Muntermacher

### TRAUMPAAR: KÄSE & WEIN





DEUTSCHLANDS  
GRÖSSTES  
FOOD-FESTIVAL

13.-15.  
OKTOBER  
AREAL  
BÖHLER

Genieß' Deine Stadt!

Workshops, Foodtrends,  
Live Cooking, Tastings



Von „A“ wie „Agata's“ bis „U“ wie „Uhlenbusch“! Von „Straßenköchen“ bis „Sterneküche“!  
Von süß bis sauer! Das ist Düsseldorf, das ist Kulinarik, das ist die eat&STYLE 2017!

Unter dem Motto „So schmeckt Deine Stadt – so schmeckt Düsseldorf“, geht Deutschlands größtes Food-Festival wieder auf Tour und begeistert Euch in diesem Jahr unter anderem mit der neuen **Taste-It Area**. Hier trifft Ihr angesagte Gastronomen aus Düsseldorf, könnt ihre Philosophie und ihre Teams kennenlernen und ihren eat&STYLE Signature Dish probieren! Altbewährt und heiß begehrt sind auch in diesem Jahr unsere **Workshops**. Experten, wie **Ludwig „Lucki“ Maurer, Christoph**

**Brandt** und **Véronique Witzigmann** zeigen euch hautnah ihre Tipps und Tricks, wie man ganz einfach großen Genuss kreiert. Zum Schlendern und Stöbern laden Euch unsere Aussteller ein. Lasst Euch von ihren selbstgemachten und einzigartigen Produkten auf unserem Marktplatz begeistern. In unserem neu gestalteten **Coffee Lab** lernt ihr alles rund um die Kaffeezubereitung. Nehmt Euch die Zeit und genießt die Kreationen unserer Barista-Experten.

Freut Euch auf Neues, Spannendes und Leckerer!  
Genießt Eure Stadt und die eat&STYLE!

Hauptsponsoren



So schmeckt Düsseldorf! U.a. mit dabei:

U / Nenio, Agatas, Törtchen Törtchen, Pure Pastry / carlsplatz, strassenköche, Fritzfraufranzi, Landhaus Freeman, Phoenix, u.v.m.

NEU



FESTIVAL TERMINE 2017



DÜSSELDORF  
AREAL BÖHLER

13.-15. OKTOBER



MÜNCHEN  
ZENITH

27.-29. OKTOBER



HAMBURG  
SCHUPPEN 52

17.-19. NOVEMBER



STUTTGART  
MESSE STUTTGART

24.-26. NOVEMBER



EAT-AND-STYLE.DE



Sei schnell und sichere Dir im VVK-Ticket eine **Einladung** zu einem **kostenfreien Signature Dish** in der neuen **Taste-it Area**.

# Liebe Leserin, lieber Leser

nach und nach färben sich die Blätter an den Bäumen rot, und langsam werden auch die Tage kürzer. Doch der nahende Herbst ist kein Grund, zu verzweifeln. Die Natur ist ein gedeckter Tisch – und das sieht man auch an dieser Ausgabe von Düsseldorf's Genuss-Magazin Appetizer.

Los geht es mit einem Bankett aus Herbstgemüse. Wir stellen Ihnen außergewöhnliche Gemüsesorten vor und zeigen Ihnen einige faszinierende Rezepte (ab Seite 12). Wer es deftiger mag, bekommt von uns Tipps und Gerichte rund um Gänse, Ente und Co. kredenzt (auf Seite 22 geht's los). Und zum perfekten Abschluss servieren wir Ihnen eine aromareiche Käseplatte samt passendem Wein (siehe Seite 42). Wir begleiten Sie also mit viel Genuss vom Spätsommer bis in den Frühwinter. Und wünschen Ihnen dabei einen guten Appetit.



Unsere Autorin Stefanie Scholten hat sich bei den Profis von **TeeGschwender** in der Grabenstraße den Hype um den Matcha-Tee erklären lassen.



Am 17.09. sowie 18.09. findet die Messe **Chef-Sache** statt und vom 13. bis 15. Oktober ist die **eat&Style** in Düsseldorf zu Gast. Appetizer freut sich, Medienpartner beider Events zu sein.



Marius von der Forst & Markus Fasse  
Chefredaktion Appetizer

Marius von der Forst  
Markus Fasse



Appetizer erscheint seit März dieses Jahres alle drei Monate neu. Sie möchten das Genuss-Magazin für Düsseldorf auch in Ihrem Lieblingscafé lesen? Dann schreiben Sie uns unter [facebook.com/appetizer.magazin](https://www.facebook.com/appetizer.magazin)



## 6 NEWS

Viele spannende Neuheiten, die besten Events und eine gute Prise Düsseldorf.

## 12 HERBSTLICHES GEMÜSE

Vom Feld auf den Teller: Der Herbst bringt eine Fülle an großartigem Gemüse in die Küche.

## 22 KÄSE & WEIN

Die Käsewelt ist vielfältig und mit dem passenden Wein super lecker.

## 32 GEFLÜGEL MAL ANDERS

Bald gibt's wieder Ente, Gans und Co. Wir zeigen, wie Sie sie kreativ zubereiten.

## 40 PIZZA

Wir verraten die besten Rezepte – und warum man Pizza nicht mit Besteck isst.

## 46 10 FAKTEN ZU SCHOKOLADE

Schoki macht glücklich – aber sie kann noch weit mehr. Was genau? Das lesen Sie hier!

## 50 KRÄUTERLIKÖRE

Zeit für einen Digestif! Diese Tröpfchen sind am bekömmlichsten.

## 54 MATCHA

Der Super-Trend aus Japan: Grüner Tee mit reichlich Koffein. Appetizer zeigt, was Matcha ist.

## 58 IMPRESSUM



# Unsere Lieblingsrezepte

Foto: Gräfe und Unzer-Verlag/Fotograf: Klaus-Maria Einwanger



**SEITE 17**



**SILVIA KRETSCHMER**

Grafikdesignerin  
Appetizer

*Einfach lecker:  
Die vielseitige  
Petersilienwurzel-  
Spinat-Quiche  
lässt sich prima  
mit Gemüse aus  
dem eigenen Garten  
kombinieren.*



**50**

*Grün und mit einem  
ordentlichen  
Hallo-Wach-  
Effekt:  
Matchaccino  
ist meine neue  
Alternative zum  
Kaffee.*



**STEFANIE SCHOLTEN**

Autorin  
Appetizer



**SEITE 56**

Photo © Patricia Lukes



Fotos: vicuschka; julichka; Bernd Schwabedissen; laperia\_foto; ChamilleWhite; grafvision; RuthBlack; AGfoto/Istock.com; Illustration: Created by Planolla - Freepik.com



**SEITE 33**



**MARKUS FASSE**

Chefredaktion  
Appetizer

*Das Tauben-Rezept  
nach Omas Art  
kommt wirklich  
dem sehr nahe,  
was meine  
Großmutter  
schon gekocht hat.*

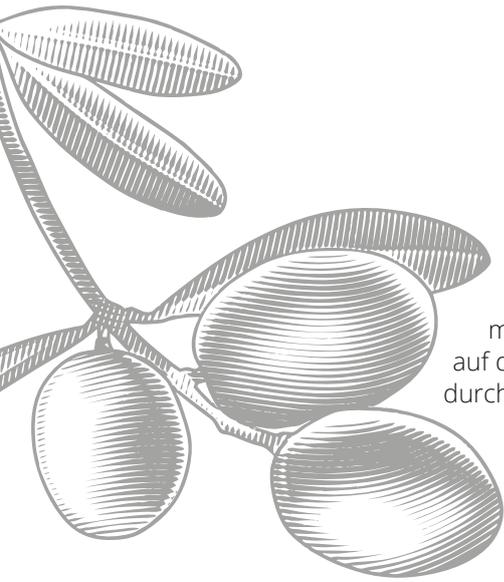


## Düsseldorf kommt auf den Geschmack

Es ist wieder soweit: Die Alten Schmiedehallen im Areal Böhler verwandeln sich für das Food-Festival eat&Style Düsseldorf ([eat-and-style.de](http://eat-and-style.de)) vom 13. bis 15. Oktober in eine Genussmeile. In zahlreichen Workshops rund ums Backen und Kochen sowie in der neuen Taste-it-Area können Sie Ihre Künste erweitern und verfeinern. Auch

aktuelle sowie künftige Trends in Sachen Food und Kulinarik stehen auf dem Programm. So vertritt unter anderem TV-Koch Mario Kotaska seine Küchegeheimnisse, während Vize-Grillmeisterin Bettina Seitz ihre Fertigkeiten und Rezepte präsentiert. Karten kosten im Vorverkauf 14 Euro, an der Tageskasse 15 Euro.

Fotos (2): FLEET FOOD Events



## FÜR OLIVEN-FANS NUR DAS BESTE

Seit sieben Jahren bringt das Meerbuscher Unternehmen L. Huberti unter dem Namen Herr Edelmann exklusive Köstlichkeiten u. a. aus Griechenland auf den deutschen Markt. Die Oliven etwa zeichnen sich durch ihr mild-aromatisches Fruchtfleisch aus. Selbstverständlich ohne Farb-, Konservierungs- oder Aromastoffe. Ob in Salaten, als Antipasti, in mediterranen Gerichten oder einfach so als Snack: Die naturbelassenen Oliven sind vielseitig einsetzbar und in der Galeria-Kaufhof-Filiale am Werhahn für rund 2 Euro pro 150 Gramm erhältlich.



Foto: Created by Valeria\_aksakova - Freepik.com Illustrationen: GeorgePeters/Stock.com; Created by Starline - Freepik.com



## DIE FASS-BAR WIRD 20!

Jörg Ploemacher und sein Team haben Grund zum Feiern. Mit grandiosen Ölen, Essigen und Destillaten und liebevoll verpackten Geschenkideen überzeugt das Geschäft seit nun zwei Dekaden seine Kunden. Zu ihrem zwanzigsten Jubiläum lädt die Fass-Bar am 22. und 23. September in die Schwerinstraße 8 ein. Zur Party gibt's Kostproben von Destillaten, Essigen oder Ölen sowie diverse Vergünstigungen. Und: Wer 10 Euro und mehr am Jubiläumstag ausgibt, erhält eine 100-ml-Flasche Aceto Balsamico im Wert von 5,40 Euro gratis dazu.



## Schnelle Veggie-Küche

Hunger, aber keine Zeit für lange Kochorgien? Im Rezeptbuch „Last Minute vegetarisch“ (29,95 Euro, aus dem Becker Joest Volk Verlag) finden Sie mehr als 90 Rezepte, inklusive Austauschempfehlungen für die vegane Zubereitung. In nur 10 bis 20 Minuten sollen sich die Gerichte zubereiten lassen. Zudem verrät Ihnen Autorin Anne-Katrin Weber gleich am Anfang spannende und praktische Tipps zum Zeitsparen, Planen und Kochen auf Vorrat. Ob knackig bis knusprig, deftig und süß: Dieses Buch bietet eine bunte Mischung an Rezepten für Smoothies, Pasta, Pesto, Aufstriche und Eintöpfe.



Fotos (2): Wolfgang Schardt

## FÜR GENIESSER UND KENNER

Vom 11. bis 12. November findet im Hotel InterContinental die nächste „WeinDüsseldorf“ ([weinduesseldorf.de](http://weinduesseldorf.de)) statt. Hier haben Sie die Möglichkeit, Winzer und Weingüter kennenzulernen und ihre neuesten und besten Kreationen zu kosten. Eine tolle Gelegenheit, Weine direkt beim Erzeuger zu bestellen. Freuen Sie sich auf eine breitgefächerte und abwechslungsreiche Auswahl mit mehr als 900 Weinsorten. Die Karten kosten im Vorverkauf 10 Euro, an der Tageskasse 13 Euro.



Foto: (C) by weberMESSE GmbH

## Upgrade für das Café Beethoven

Seit diesem Jahr gehört das Café Beethoven (Ackerstr. 106, [beethoven-flingern.de](http://beethoven-flingern.de)) den Schwan-Inhabern Kerstin Rapp-Schwan und Martin Rapp. Der Mitinhaber Enrico Wiltner ist vor Ort verantwortlich. Dass das beliebte Flingerner Café nicht unter dem Namen „Schwan“ neu eröffnet wurde, sondern den originalen Namen beibehält, ist bewusst gewollt: Die Tradition des fast 20 Jahre bestehenden Café Beethovens sollte fortgeführt werden. Die Stärken und der Charme der beliebten Location bleiben erhalten – und werden an einzelnen Stellen detailliert erweitert. Beispielsweise gibt es nun an Wochenenden auch ein Frühstücksbuffet. Zudem ist das Café dank eines Wickeltisches deutlich kinderfreundlicher geworden – und kostenloses WLAN gibt's nun auch!



# Das ist CHEF-SACHE!

Nach ihrem großen Erfolg im letzten Jahr in Köln kommt die 9. Chef-Sache ([chef-sache.eu](http://chef-sache.eu)) nach Düsseldorf. Besonders Berufsköche und Service-Mitarbeiter finden hier, in den Alten Schmiedeallen auf dem Areal Böhler, vom 17. bis 18.



September alles, was das Gastro-nomenherz höherschlagen lässt. Auf insgesamt drei Bühnen erwarten Sie mehr als 50 Referenten der Gastronomie-

Szene. Auch Hobbyköche können von den Künstlern der hier sprechenden Gastronomen profitieren. Das gemeinsame Ziel lautet: voneinander lernen, besser werden und Spaß haben. Neu bei der Chef-Sache ist die „School of Wine“, wo Wis-



enswertes rund ums edle Tröpfchen vermittelt wird. Tickets gibt's online für 125 Euro (ermäßigt 65 Euro). Wer die Chef-Sache an nur einem Tag besuchen möchte, ist mit 80 bzw. 40 Euro dabei.



## OHNE KAFFEE LÄUFT NICHTS

Wissen Sie, aus welchem Land der Kaffee kommt, den Sie morgens trinken? Wie die Kaffeebohnen zum Pulver werden und was man aus dem Trunk noch so alles zaubern kann? „Die große Kaffeebibel“ verrät es Ihnen (30 Euro, aus dem Christian Verlag). Ob geschichtlicher Hintergrund, die Wirkung des Kaffees auf unser Wohlbefinden oder andere, spannende Infos: In diesem Buch finden Sie alles Wissenswerte rund um das beliebte Guten-Morgen-Getränk.



## PUB-FEELING FÜR DAS WOHNZIMMER

In Großbritannien hat das sogenannte Pub-Quiz bereits eine große Fan-Gemeinde. Mittlerweile findet es auch in Deutschland immer mehr Anklang. Wenn Sie Ihr

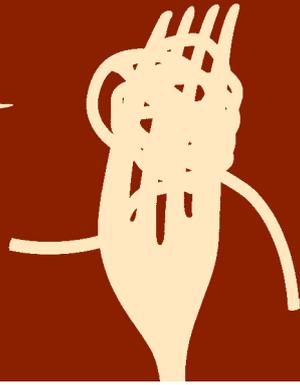
Wissen unter Beweis stellen wollen, können Sie sich das Kneipenquiz des moses-Verlags nach Hause holen. Das Gesellschaftsspiel mit Fragen rund um die Kneipe ist für drei bis fünf Spieler ausgelegt. Die Schwierigkeit kann in drei Stufen erhöht werden. Das Spiel kostet ca. 25 Euro und ist unter anderem bei [design-3000.de](http://design-3000.de) erhältlich.



# SAITTA.

GASTRONOMIE & GASTRONOMEHR

LA DOLCE VITA MIT  
GIUSEPPE SAITTA.



Giuseppe Saitta steht für erstklassige Gastronomie und Gastronomie. Ein einzigartiges Genuss Erlebnis italienischer Lebensart für Feinschmecker und Weinschmecker.

Und Giuseppe Saitta bietet noch viel mehr: Wein-, Spirituosen- und Spezialitäten Handel, Wein-Proben und -Galas, Charity- Events, Wein- und Gourmet-Reisen und einen exklusiven Catering-Service. Und mit dem Präsent-Service von Saitta können Sie auch Ihre Freunde und Bekannte mit diesem Genuss verwöhnen. Hier findet sich für jede Gelegenheit das passende Geschenk.



## ERLEBEN SIE ITALIENISCHE GASTFREUNDSCHAFT BEI GIUSEPPE SAITTA

<b>SALUMERIA SAITTA</b> Barbarossaplatz 2 40545 Düsseldorf Tel. 0211-55 27 11	<b>OSTERIA SAITTA</b> Alt Niederkassel 32 40547 Düsseldorf Tel. 0211-57 49 34	<b>PIAZZA SAITTA</b> Barbarossaplatz 3 40545 Düsseldorf Tel. 0211-171 51 91	<b>VAVELOCE DUE</b> Rethelstraße 143 40237 Düsseldorf Tel. 0211-64 16 35 37
--	--	--	--

**SAITTA Gastronomie und Gastronomie** finden Sie in Düsseldorf-Oberkassel am Barbarossaplatz, in Düsseldorf-Niederkassel am Nussbaum und an Ihrem PC:

[www.saitta.de](http://www.saitta.de) | [www.vavelocedue.de](http://www.vavelocedue.de)

## Schneidebrett mit integrierter Küchenwaage

Erst schnippeln, dann wiegen. Oftmals ist es ziemlich lästig, wenn man stets Küchenwaage und Schneidebrett zurechtlegen muss. Mit dem Chopmaster Schneidebrett & Küchenwaage von Klarstein ([klarstein.de](http://klarstein.de) für etwa 33 Euro) hat man beides in einem! Das Schneidebrett aus Bambus ist robust und weist auch selbst nach intensiver Benutzung kaum Gebrauchsspuren auf. Zusätzlich besitzt Bambus eine natürliche, antibakterielle Eigenschaft. Die dreiseitige umlaufende Kante fängt austretende Säfte auf und hält das

Schneidgut davon ab, vom Brett zu rollen. Über die offene vierte Seite können Zutaten schließlich unkompliziert in Töpfe oder Schüsseln gegeben werden. Wer die Zutaten vorher wiegen will, kann dafür die im Brett integrierte Küchenwaage an der rechten Seite problemlos ausziehen.



Illustration: Created by Smithyromy - Freepik.com

## Wenn Ihnen das Leben eine Zitrone gibt

... dann machen Sie Saft daraus! Mit der Zitrus- und Orangenpresse von Kilner ist das schnell und einfach erledigt. Die Presse sitzt auf einem Vorratsglas, das den frisch gepressten Saft direkt auffängt. Lästiges Umschütten entfällt und das Glas lässt sich zur Aufbewahrung dicht verschließen. Die Presse gibt's unter [gartenzauber.com](http://gartenzauber.com) für ca. 10 Euro.



## GEWÜRZ-SHOP & FEINKOST • GEWÜRZSEMINARE • TÄGLICH FRISCHER MITTAGSTISCH



- Mittagstisch täglich frisch gekocht (auch vegetarisch und/oder vegan)
- Raffinierte Gewürze aus aller Welt
- Essige, Öle, Salze, Tee und feine Schokoladen
- Präservices für Firmen – z. B. individualisierte Gewürzkisten für Weihnachten
- Feinkost von kleinen Manufakturen
- Exklusive kleine Weinauswahl
- Gewürzseminare & Catering

INGO  
HOLLAND  
GEWÜRZE

PRÄSENT-  
SERVICE  
FÜR FIRMEN

**würzbar**

DELI | GEWÜRZSHOP | KOCHSCHULE

SIE FINDEN UNS MITTEN IN OBERKASSEL:

OBERKASSELER STR. 79 • 40545 DÜSSELDORF • TELEFON 02 11. 16 508 16 • [WWW.WUERZBAR.DE](http://WWW.WUERZBAR.DE)

# Köstlichkeiten vom Bosphorus



Ein paar köstliche Meze, danach noch ein frischer Mokka: Die begeisterte Analogfotografin Yelda Yilmaz lädt Sie mit dem Kochbuch „Ein Tag in Istanbul“ (Hölder Verlag, 24,95 Euro) zu einem Kurztrip in ihre zweite Heimat ein. Die 50 Rezepte spiegeln die vielfältige Küche der türkischen Metropole wider und zeigen, was diese kulinarisch alles zu bieten hat. Ob herzhaftes Lammgulasch, cremiges Auberginenmus oder zartschmelzendes Maronen-Eis: Mit diesem Buch gelangen solche Leckerbissen auch Ihnen zu Hause.



Illustration: Designed by lovelymandalaworld / Freepik



Fotos: Yelda Yilmaz (3)

## DOPPELT gemoppelt

Die Doppelmühle Duomill Pure von AdHoc (z. B. erhältlich unter [design3000.de](http://design3000.de), 39,95 Euro) ist eine stilvolle Pfeffer- und Salzmühle. Die Mühle besitzt eine stufenlose Feinheiten-Einstellung und ein Mahlwerk aus Keramik, das eine lange Haltbarkeit verspricht. Die Aromaschutzkappen helfen dabei, dass Salz und Pfeffer nicht an Geschmack verlieren, die Konstruktion aus Edelstahl verhindert ein Rosten. Ein solider Küchenhelfer in attraktiver Optik.



## Werden Sie zum Gewürz-Profi

Sind Sie sich manchmal unsicher, welche Gewürze miteinander am besten harmonieren? Dann auf zur Würzbar (Oberkasseler Str. 79 in Oberkassel, [wuerzbar.de](http://wuerzbar.de)). Hier gibt's bis Ende des Jahres Seminare, bei denen Sie sich ganz dem Thema Gewürze widmen können. Mit einer theoretischen Einführung, anschließender Produktion dreier Gewürzmischungen und einem geselligen Ausklang bei Fingerfood und Wein sind Sie gut versorgt. Die kommenden Termine sind: 20. September, 10. Oktober, 7. und 24. November sowie 5. Dezember. Die Gebühr beträgt 55 Euro, Anmeldungen bitte per Mail oder telefonisch.



Fotos: Würzbar (2); Teodora Djordjevic / iStock.com



## KETTENSÄGEN- STIMMUNG IM O'REILLY'S



Fotos: o'reilly's Düsseldorf (2)

Halloween wird von vielen als US-amerikanisches Event verbucht. Dabei stammt es aus Europa, nämlich aus Irland, wo es seit Jahrhunderten gefeiert wird. Kein Wunder, dass auch ein original irischer Pub wie das o'reilly's ([oreillys.com](http://oreillys.com)) das Fest am Vorabend von Allerheiligen gebührend feiert. Und das schon seit 14 Jahren! Seien Sie dabei: Auf der Mutter-Ey-Str. 1 (Ecke Hunsrückstr.) in der Düsseldorfer Altstadt geht es am 31. Oktober schon um 19:30 Uhr los. Bis 21 Uhr wird dann kostenloses Facepainting angeboten; alle Kostümierten erhalten zudem ein Willkommensgetränk. Dazu noch ein Kostüm-Contest, „spooky“ Karaoke, Craft-Beer-Aktionen, Kürbissuppe und vieles mehr.

Illustration: Designed by Freepik

## Alles **KÄSE**?

Mit der Käseibe von Sagaform (erhältlich unter anderem auf [gartenzauber.com](http://gartenzauber.com), 15,90 Euro) ist Käse im Nu verarbeitet. Das kleine Schubfach fängt den Käse auf und es geht nichts daneben. Durch die Holzkonstruktion sieht die Reibe nicht nur klassisch aus, sondern bietet auch einen sicheren Halt. Ein Hingucker aus Eichenholz und praktisches Küchenutensil in einem.



**M**  
*Macarons*

MMacarons . Caroline Gruß . T 02150.7942087 . [www.mmacarons.de](http://www.mmacarons.de)

**FOOLS GARDEN** TRIO

weltbekannt durch den Hit „Lemon Tree“

Ausklang mit DJ Dennis zum Abtanzen  
**13.10.2017 • Bürgerhaus Baumberg**  
 Humboldtstraße 8 • 40789 Monheim am Rhein/Baumberg  
**Einlass 18:00 Uhr • Beginn 19:30 Uhr**  
 Eintrittspreise: VVK 25 € • Abendkasse 28 €  
 VVK Marke Monheim und Eventim

Japanisches Restaurant

**4 SEASONS**

Kaiserswerther Markt 37 | 40489 Düsseldorf  
[www.4seasonskaiserswerth.de](http://www.4seasonskaiserswerth.de)

# Frisch geerntet

Vom Feld auf den Teller:  
Der Herbst bringt eine  
Fülle an großartigem  
Gemüse in die Küche.  
Hierbei werden viele  
Sorten entdeckt, die man  
schon fast vergessen hat.

*Wer Rosenkohl nur aus dem  
Supermarkt kennt, dem ist viel-  
leicht gar nicht bewusst, wie er auf  
den Feldern wächst – nämlich als  
Knospen an einem dickeren Stängel.*





KONRAD KOESTER

Inhaber des  
Konrad Koester Frucht-  
großhandels in Düsseldorf

## GESUNDER HERBST

Sonnenverwöhnte Lebensmittel sind perfekt, um dem Körper alle wichtigen Stoffe zu geben. Hier denkt man zunächst an einen knackigen, sommerlichen Salat oder ähnliches – dabei bringt der Herbst wahre Vitaminbomben auf den Teller. Immerhin wird jetzt das geerntet, was den Sommer über die Energie der Sonne und des Bodens in sich aufgesogen hat. Zudem gibt es das eine oder andere unscheinbare Herbstgemüse aus der Region, das sich als beachtlicher Energielieferant entpuppt. Grünkohl beispielsweise enthält viele Vitamine und Eisen. Und schon ein paar Gramm Steckrübe (siehe Seite 18) decken bereits den Tagesbedarf an Vitamin C. Gemüse kann also durchaus die eine oder andere Medizin ersetzen.



*"Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein": Was Hippokrates schon in der Antike sagte, hat sich bewahrheitet. Für mich sind Gemüse und Obst die natürlichste Art der Medizin.*

**W**enn die Blätter sich nach und nach gelb und rot färben, dann steht der Herbst vor der Tür. Von vielen als trostlose, regenreiche Jahreszeit verschrien, ist er doch für seine Fülle an Gemüse und Obst bekannt, das in dieser Zeit geerntet wird. Ein kleiner Trost vor dem kalten Winter.

Kein Wunder, dass die Ernte in vielen Gesellschaften und Glaubensgruppen gebührend gefeiert wurde – und noch heute wird. So gab es beispielsweise in vorchristlicher Zeit immer wieder Opferfeste an die Götter der Landwirtschaft. In Nordamerika wird am vierten Sonntag im November (USA) bzw. am zweiten Montag im Oktober (Kanada) Thanksgiving gefeiert. In Japan feiert man am 23. November den Tag des Dankes für die Arbeit, der aus einem historischen Dankesritus für die Ernte entstanden ist. Und in Deutschland gibt es an jedem ersten Oktobersonntag das Erntedankfest. Aus christlicher Sicht ist es ein Tag, an dem sich der Adel früher bei den Bauern für ihre Arbeit bedankte und man Gott für eine erfolgreiche Herbsternste dankte – so wie es auch heute noch üblich ist.

## RESPEKT FÜR DIE LANDWIRTSCHAFT

Die Arbeit der Landwirte wird heute oft vergessen. Wie selbstverständlich sind die Supermärkte voll mit Lebensmitteln aller Art und aus aller Herren Länder. Dabei ist die Arbeit auf dem Feld auch heute noch ein anstrengender Broterwerb. Trotz praktischer Maschinen ist es für

Landwirte weiterhin unerlässlich, früh aufzustehen und sich wortwörtlich die Hände schmutzig zu machen. Ohne die Expertise dieser Menschen würden unsere Teller abends leer bleiben. Ein wenig Respekt zollen wollen wir ihnen mit diesem Artikel. Und wir möchten Ihnen, liebe Leser, zeigen, welche fast vergessenen Gemüsesorten sich zu essen lohnen. Blättern Sie weiter – und lernen Sie ein wunderbares Rezept nach dem anderen kennen.

*Marius von der Forst*



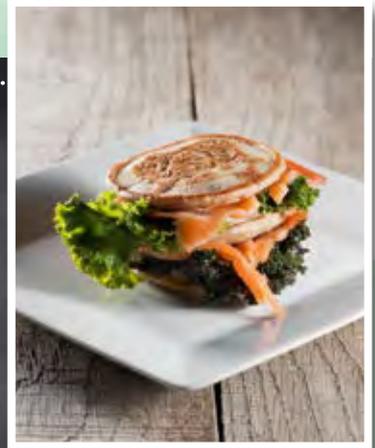
*Die beste Art, Gemüse zuzubereiten, ist entweder das scharfe oder das langsame Anbraten. Letzteres wird auch Karamellisieren genannt: Das Gemüse wird auf mittlerer Flamme angeröstet und dann bei niedriger Hitze bis zu 20 Minuten weitergegart, bis der enthaltene Zucker karamellisiert.*

Zutaten für 2 Personen

je 75 g	Kastanienmehl, Buchweizenmehl
je 50 g	Weißmehl, Joghurt, saure Sahne
130 ml	warmes Wasser
1	Ei
10 g	Hefe
1 EL	Bratbutter
400 g	Räucherlachs in Scheiben
150 g	küchenfertiger Grünkohl
	Sahnemeerrettich

# Kastanien- Buchweizen-Blinis

Gerade im Herbst lassen sich Blinis, eine osteuropäische Variante des Pfannkuchens, sehr gut mit Buchweizen- und Kastanienmehl zubereiten. Zusammen mit Räucherlachs und Grünkohl ein Genuss!



- 1** Kastanienmehl, Buchweizenmehl und Weißmehl vermischen. Die Hefe zerbröseln und mit lauwarmem Wasser, Joghurt, saurer Sahne und dem Ei vermischen. Unter das vermengte Mehl verrühren und den Teig 1 Stunde gehen lassen.
- 2** Bratbutter in eine warme Pfanne geben und den Teig löffelweise darin auf kleiner Flamme braten. Sobald der Teig stockt, umdrehen und auf der anderen Seite fertigbraten. Die Blinis anschließend etwas auskühlen lassen.
- 3** Grünkohl waschen und putzen und in kochendem Wasser für etwa 3 Minuten blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Trockenschütteln.
- 4** Einen Blini mit Sahnemeerrettich, Grünkohl und Lachs belegen. Das Gleiche darüber noch einmal, und mit einem Blini als letzter Schicht abschließen.



REZEPT AUCH ONLINE  
appetizer-magazin.de/35707

**Schwierigkeit:** moderat  
**Vorbereiten:** 20 Minuten  
**Garen:** 7 Minuten



# Gebratene Schwarzwurzel mit Petersilie

Zutaten für 4 Personen

400 g	Schwarzwurzeln
4 TL	Olivenöl
50 g	Petersilie
1	Knoblauchzehe
1 Prise	Kräutermeersalz

**Schwierigkeit:** einfach  
**Vorbereiten:** 10 Minuten  
**Garen:** 10 Minuten

- 1** Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, ein Metallsieb einhängen und darin die Schwarzwurzeln für 5 Minuten im Dampf garen. Die Schwarzwurzeln anschließend schälen und in 1 cm dicke Stücke schneiden.
- 2** 3 TL Olivenöl und Schwarzwurzeln in eine heiße Pfanne geben und das Gemüse von allen Seiten goldbraun anbraten.
- 3** Petersilie waschen, trockenschütteln und hacken. Über die Wurzeln streuen und diese auf relativ starker Flamme weiterbraten. Ständig wenden, damit die Petersilie knusprig wird. Das restliche Öl dazugeben. Den Knoblauch pressen und ebenfalls in die Pfanne geben. Alles 20 Sekunden braten, gut wenden. Mit Kräutermeersalz bestreuen und servieren.



REZEPT AUCH ONLINE  
appetizer-magazin.de/76600



Diese beiden Rezepte stammen aus: „Meine Gemüseküche für Herbst und Winter“ von Meret Bissegger (AT Verlag, 384 Seiten, 39,90 Euro)



# Wirsing mit karamellisierter Birne

Doris Zehr lebt in einem Wasserschloss nahe Kempen. Hier tüftelt die leidenschaftliche Köchin an neuen Gerichten wie diesem.

- Den **Wirsing** putzen, den Strunk entfernen und die Blätter in 2 cm breite Streifen schneiden. **Kartoffeln** schälen und in 3–4 mm dicke Scheiben schneiden.
- Zwiebeln** und **Knoblauch** fein würfeln und mit 30 g **Butter** in einem großen Topf anschwitzen. Den geschnittenen Kohl und die Kartoffeln mit ein wenig Wasser hinzugeben und mit **Salz, Pfeffer** und **Muskat** würzen. Die **Sahne** hinzufügen und bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten garen lassen. Die **Birnen** schälen und achteln. Den **rosa Pfeffer** in einem Mörser zerreiben.
- 20 Gramm **Butter** in einer Pfanne schmelzen und die Birnen bei mittlerer Hitze 4–5 Minuten von allen Seiten anbraten. Den **Zucker**, Pfeffer und kleingeschnittenen **Rosmarin** dazugeben. Das Ganze in 3–6 Minuten goldbraun karamellisieren lassen. Den Wirsing mit den Birnenstücken auf einem vorgewärmten Teller servieren.



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/42004](http://appetizer-magazin.de/42004)

## Zutaten für 2 Personen

je 300 g	Wirsing, Kartoffeln
je 2	Zwiebeln, feste Birnen, Rosmarinzweige
1	Knoblauchzehe
½ EL	rosa Pfeffer
50 g	Butter
125 ml	Schlagsahne
1 EL	Zucker
1 Prise	Zimt
Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss	

Dieses Rezept stammt aus: „Von Prinzessböhnchen und armen Rittern“ von Doris Zehr (240 Seiten, 49,95 Euro). Erhältlich bei Anna van Neerhave, Bastionsstr. 8 (Carlstadt), [vanneerhave.de](http://vanneerhave.de).

**Schwierigkeit:** moderat  
**Vorbereiten:** 15 Minuten  
**Garen:** 30 Minuten



**Straetmanshof**

Sie finden uns auf den Düsseldorfener Bauernmärkten sowie in unserem Hofladen in Kerken-Stenden. Alle Infos unter [www.bauernkaese.info](http://www.bauernkaese.info)



DIE BÄCKEREI  
 DER BROTFREUNDE

Hohe Straße 31 • Tel. 86 20 34 0  
 Mittelstraße 25 • Tel. 86 20 34 21

## Biobäuerin Claudia Pesch

Gemüse und Obst  
 – aus eigenem Anbau & Naturland-zertifiziert

Auf dem Carlsplatz, Stand C1a.  
 Immer von Dienstag bis Samstag für Sie da



## MEHR ALS NUR DEKO: DER KÜRBIS

Wenn man an Kürbis denkt, dann fällt einem sofort das amerikanische oder irische Fest am Vorabend von Allerheiligen ein: Halloween. Kürbisse aller Art kommen hier als Speise oder zur Deko auf den Tisch. Dabei sind die klischeehaften Halloween-Kürbisse – groß, kugelförmig und orange – geschmacklich gar nicht mal die besten. Es gibt mehr als 450 Kürbissorten auf der Welt, und einige davon sind geschmacklich herausragend. Wir stellen ein paar vor.

**1** Butternut: Zur Art der Moschuskürbisse gehört auch der beliebte Butternut- oder Butternusskürbis. Praktisch für den Koch ist hier, dass nur ein kleiner Teil des Kürbisses Kerne enthält.

**4** Acorn: Mit seiner gerillten und etwas eichelförmigen Erscheinung ist der Acorn von anderen Kürbissen gut zu unterscheiden. Er hat einen leichten Haselnussgeschmack.

**2** Delicata: Unter den sogenannten Gartenkürbissen, einer der bekanntesten Kürbisarten, ist auch der längliche und süße Delicata zu finden.

**3** Gelber Zentner: Dieser Kürbis kann besonders groß und schwer werden. Sein gelbes, wasserreiches Fruchtfleisch ist besonders gut für Kuchen, Chutneys und Gebäck geeignet.



**5** Hokkaido: Einer der bekanntesten Kürbisse ist der Hokkaido. Auch wenn er nicht so aussieht: Der Kürbis mit dem sehr festen, schweren Fruchtfleisch gehört zur Art der Riesenkürbisse. Praktisch ist, dass er mit Schale zubereitet und gegessen werden kann.

Die Familie der Kürbisgewächse umfasst weit mehr als die verschiedenen Kürbisse. Hierzu gehören auch Zucchini, Gurken, Melonen und – hier zu sehen – der Chayote. Die Konsistenz seines Fruchtfleisches erinnert an Kohlrabi, sein Geschmack an Gurke.



## PUMPKIN-SPICE

Ingwerfrische mit Zimt, Piment und anderen Gewürzen: Diese Mischung ist für Kürbis wie geschaffen. Besonders gut schmeckt sie mit etwas Apfelsaft. Zudem ist das Pumpkin-Spice auch für Wurzelgemüse und Kartoffeln gut geeignet. Angeboten wird es in der Würzbar (Oberkasseler Str. 79 in Oberkassel) für 4,40 Euro pro 50 Gramm.



Jedes erste Wochenende im Oktober findet in Piozzo (Piemont) das sogenannte Kürbisfest statt. Nirgendwo sonst kann man eine solche Fülle an Kürbissorten entdecken, probieren und kaufen.

## TIPP

Die beste und einfachste Methode, Kürbis zuzubereiten, ist das Anbraten in Olivenöl: Man entfernt ggf. die Schale, schneidet das Fleisch in Scheiben von bis zu 8 Millimetern und brät diese auf beiden Seiten an. Oft reicht dann nur ein wenig Salz.



## Kürbis-Carpaccio mit Grapefruit

Kürbis lässt sich vielseitig verarbeiten. Sie können damit z. B. spannende Geschmacksbomben zubereiten: In hauchdünne

Carpaccios geschnitten und mit Grapefruit serviert, macht diese Vorspeise direkt Eindruck.

### Zutaten für 4 Personen

1	Muskat- oder Butternut-Kürbis (ca. 500 g)
4 EL	Olivenöl
½	Grapefruit
1 Bund	Schnittlauch
1 EL	Zitronensaft
2 TL	Ahornsirup
50 g	durchwachsener Räucherspeck
30 g	Sonnenblumenkerne
	Salz, Chiliflocken

**Schwierigkeit:** moderat

**Vorbereiten:** 25 Minuten

**Garen:** 5 Minuten

**1** Den **Butternut-Kürbis** entkernen, schälen und in sehr feine Scheiben hobeln. Mit ½ TL **Salz** und 1 EL **Öl** mischen und etwas ziehen lassen.

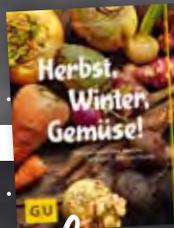
**2** Von der **Grapefruit** die Schale abschneiden, das Fruchtfleisch fein würfeln, und den Saft auffangen. Den **Schnittlauch** waschen und in feine Röllchen schneiden. Grapefruit- und **Zitronensaft** mit den **Chiliflocken** und dem **Ahornsirup** verrühren. Das restliche Olivenöl hinzufügen. Grapefruit und Schnittlauch unterrühren, alles mit Salz abschmecken.

**3** Den **Speck** von Schwarte und Knorpeln befreien und kleinwürfeln. Mit den **Sonnenblumenkernen** in einer Pfanne unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. braten, bis der Speck glasig ist und die Kerne leicht braun sind. Die Kürbisscheiben dekorativ auf einem Teller verteilen. Die Grapefruitmischung gleichmäßig darübergeben, die Speckmischung ebenfalls darauf verteilen und das Carpaccio gleich servieren.



REZEPT AUCH ONLINE

[appetizer-magazin.de/12548](http://appetizer-magazin.de/12548)



Diese beiden Rezepte stammen aus: „Herbst, Winter, Gemüse!“ von Cornelia Schinharl (Gräfe und Unzer Verlag, 160 Seiten, 16,99 Euro)

## Petersilienwurzel-Spinat-Quiche

### Zutaten für 4 Personen

4	Yufkateig-Blätter
500 g	Wurzelspinat
je 250 g	Petersilienwurzeln, Schafskäse
40 g	Butter
je 2	Knoblauchzehen, Chilis
½ TL	Thymianblättchen
300 g	saure Sahne
3	Eier
	grüne Oliven, Salz, Zucker

**Schwierigkeit:** moderat

**Vorbereiten:** 30 Minuten

**Garen:** 40 Minuten

**1** Die **Teigblätter** (aus dem türkischen Lebensmittelgeschäft) vorsichtig auseinanderlösen und in der Größe der Form zuschneiden. Die **Butter** zerlassen. Die Form leicht buttern, dann ein Teigblatt nach dem anderen in die Form geben und jeweils mit Butter bestreichen. Den **Spinat** waschen und in kochendem Salzwasser in ca. 1 Min. zusammenfallen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die **Petersilienwurzeln** putzen, schälen und mit der Rohkostreibe fein raspeln. Den **Schafskäse** zerkrümeln. **Oliven** und **Peperoni** grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken.

**2** Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Den Spinat gut ausdrücken, grob hacken und mit den Petersilienwurzeln, dem Käse, den Oliven, Peperoni, **Knoblauch** und **Thymian** mischen und salzen. Auf dem Teig verteilen. Die **saure Sahne** mit den **Eiern** verquirlen und mit **Salz** und etwas **Zucker** abschmecken. Diese Mischung auf das Gemüse gießen.

**3** Die Quiche auf der mittleren Ofenschiene in ca. 40 Min. goldbraun backen. Herausnehmen, kurz ruhen lassen, in Stücke schneiden und servieren.



REZEPT AUCH ONLINE

[appetizer-magazin.de/06961](http://appetizer-magazin.de/06961)

# Unsere Gemüse-Empfehlungen



## STECKRÜBE

Die Steckrübe hat schon viele andere Namen getragen: Bodenrübe, Kohlrübe, Butterrübe, Erdkohlrabi, Lippische Ananas und viele mehr. Besonders beliebt war sie aber nie – erinnert sie gerade ältere Menschen an die Ernährung der Nachkriegszeit. Dabei hat die Steckrübe einige großartige Eigenschaften, die sie für Köche wieder spannend macht. Sie schmeckt mild-süß, nimmt aber beim Kochen sehr gut die Aromen der anderen Zutaten an. Sie ist also gewissermaßen ein „Geschmacksträger“. Zudem ist sie – verglichen mit anderem Gemüse – sehr lange haltbar. Kein Wunder also, dass der Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt die Steckrübe zum Gemüse des Jahres 2017 und 2018 gekürt hat.



## TOPINAMBUR

Jerusalem-Artischocke, Erdbirne, Erdtrüffel: Unter diesen Namen ist der Topinambur bekannt. Mit

seinem Ingwer-ähnlichen Aussehen und dem exotischen Namen könnte man ihn fast in Asien ansiedeln – dabei stammt er aus Nord- und Mittelamerika. Und obwohl man es ihm nicht ansieht: Topinambur war insbesondere im Europa des 17. Jahrhunderts sehr beliebt. Das Gemüse aus der Neuen Welt wollte jeder probieren. Später wurde er von der Kartoffel verdrängt. Mittlerweile wird er überall auf der Welt angebaut – in Europa aber am seltensten. Doch mehr und mehr ist er wieder auf den Wochenmärkten zu sehen. Immerhin ist er ein wunderbarer Sattmacher. Gegart schmeckt er leicht säuerlich und erinnert ein wenig an Artischocke.

Anstatt den Topinambur kompliziert zu schälen, sollten Sie ihn zunächst ein paar Minuten über Wasserdampf garen. Anschließend lässt sich die Haut sehr einfach abziehen.

## VIOLETTE UR-KAROTTE

Möhre, Karotte, Rübe: Egal, wie Sie sie nennen – sie ist ein zeitloser Klassiker. Interessant ist aber, dass jede Zeit ihre Lieblingskarotte hat. Seit Mitte des 19. Jahrhunderts ist die orangefarbene Möhre auf Platz 1. Doch es gab auch Zeiten und Regionen, in denen die violette Karotte sehr populär war. Heute sind sie – wenn auch meist in einer neuen Züchtung mit orangefarbenem Kern – wieder vermehrt zu sehen und bringen Abwechslung auf den Teller.



## Radicchio mit Balsamico

Eine spannende Mischung aus Chicorée und Salat ist Radicchio. Den norditalienischen Rosso di Treviso gibt es bei gut sortierten Gemüsehändlern in den Varianten Precoce und Tardivo (siehe rechte Seite). Für das folgende Gericht können Sie den Rosso di Treviso Ihrer Wahl verwenden. Dieses raffinierte Rezept stammt von unserem Leser Franz-Josef Inderelst.

### Zutaten für 2 Personen

je 2	Radicchio di Treviso, Knoblauchzehen
2 EL	Balsamico-Essig
	Salz, Olivenöl, Puderzucker

**Schwierigkeit:** einfach  
**Vorbereiten:** 5 Minuten  
**Garen:** 2 Minuten

1

Den **Radicchio** von den äußeren, welken Blättern befreien, waschen, abtropfen lassen und der Länge nach vierteln.

2

Den **Knoblauch** schälen und halbieren. Eine Pfanne stark erhitzen.

3

Die Schnittstellen der Radicchi viertel mit dem **Puderzucker** bestreuen und mit dem Knoblauch 2–3 Minuten im **Olivenöl** braten.

4

Den Radicchio mit **Balsamicoessig** beträufeln, leicht salzen und servieren. Hierzu passen sehr gut Kalbsschnitzel oder ein Risotto.



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/18541](http://appetizer-magazin.de/18541)



## KNOLLEN-ZIEST

Eine wahrlich außergewöhnliche Gemüseart ist der Knollen-Ziest – auch chinesische Artischocke oder japanische Kartoffel genannt. Er kommt ursprünglich aus Asien, wird aber auch in Belgien und Frankreich angebaut. Er gehört wie Rosmarin und

Basilikum zur Familie der Lippenblütler. Geessen werden – ähnlich wie bei der Kartoffel – nicht die Blätter, sondern die unter der Erdoberfläche wachsenden Knollen. Das sonderbar geformte Wurzelgemüse erinnert geschmacklich ein wenig an Haselnuss und Schwarzwurzel. Knollen-Ziest sollte in der Küche möglichst schnell verarbeitet werden.

## HERBSTRÜBE

Weiß, mit violettem Kragen: So zeigt sich die bei uns selten anzutreffende Herbst-  
rübe. In der Schweiz wird sie heutzutage sogar häufiger als ausgehöhlter und



geschnitzter Teelichthaler verwendet. Dabei ist sie relativ zart und lässt sich gut zubereiten. Auch die grünen Blätter kann man in der Küche nutzen.

## RADICCHIO ROSSO DI TREVISO



Ein besonderer Radicchio aus Norditalien ist der Rosso di Treviso, den es in zwei Sorten gibt. Rosso di Treviso Precoce besteht aus breiten, weinroten und weißen Blättern und sieht ein wenig wie ein Football aus. Der Rosso di Treviso Tardivo hingegen wird erst nach mindestens zwei Frostnächten geerntet. Die Außenblätter werden dann später entfernt, sodass nur die inneren Triebe mit der Wurzel in den Handel kommen. Dieser Radicchio erinnert an eine geschlossene Blüte.



## SCHWARZWURZEL

Der „Spargel des kleinen Mannes“ besitzt festes Fruchtfleisch und schmeckt leicht nussig und fein würzig. Zudem ist er überaus gesund. Geerntet wird Schwarzwurzel vor allem im Oktober. Erschrecken Sie nicht, wenn die Wurzeln am Marktstand noch voller Erde sind: Diese schützt die Wurzeln vor dem Austrocknen und bewahrt das Aroma.

Der Saft der Schwarzwurzel oxidiert schnell und sorgt für braune Flecken. Wenn Sie das Gemüse schälen, empfiehlt es sich, Einmalhandschuhe zu tragen.



# „DER GRILL WAR SCHNELL AN. DIE MARKISE LEIDER AUCH.“

Das Leben passiert. Wir versichern es.



Immer da. Immer nah.

**PROVINZIAL** 



MARIUS VON DER FORST

Chefredaktion  
Appetizer

*Für das Rezept unten benötigen Sie einen Bräter oder eine Auflaufform. Ich verwende eine runde Alu-Form aus der griechischen Küche, Tapasi genannt.*



## Zutaten für 4 Personen

650 g	Kartoffeln
4 EL	Olivenöl
5	Knoblauchzehen
je 2	Paprika, Zucchini, Rosmarinzweige, Thymianzweige
3 große	Fleischtomaten (zusammen ca. 700 g)
1 kleiner	Fenchel (ca. 100 g)
Salz, Pfeffer, Balsamico-Essig	

**Schwierigkeit:** einfach  
**Vorbereiten:** 15 Minuten  
**Garen:** 45 Minuten



## Biobäuerin Claudia Pesch

Seit genau sieben Jahren bietet Biobäuerin Claudia Pesch ihr Gemüse und Obst auf dem Düsseldorfer Carlsplatz an. Ausgebildet als Gärtnerin auf einem

Biobauernhof lebt Claudia Pesch heute mit ihrem Lebensgefährten Thomas Sablonski auf dem Biobauernhof Essers in Jüchen-Neuenhoven. Von hier stammt auch das Naturland-zertifizierte Gemüse und Obst, das sie auf dem Carlsplatz zum Verkauf anbietet. Und ihr Angebot ist Natur pur: Ihre Paprikas beispielsweise sind klein, aber überaus aromatisch – eben so, wie Paprikas in unserer Region nun mal wachsen. Claudia Pesch verzichtet nämlich aus ökologischen Gründen auf beheizte Glashäuser und verwendet stattdessen Folienhäuser. Und aus diesem Grund richtet sich das Gemüseangebot nach der jeweiligen Saison. Jetzt im Herbst bietet die Biobäuerin zum Beispiel viele alte Kartoffelsorten aus eigenem Anbau an. Die große Bandbreite reicht von der aromatischen Linda bis zur festkochenden Nicola. Auch die Tomatenvielfalt ist auf dem Carlsplatz enorm; bis zu 30 bunte Tomatensorten sind hier im späten Sommer und Herbst im Angebot.



Stand C1a auf dem Carlsplatz,  
02165-170897

## Mediterranes Ofengemüse

An tristen Herbsttagen greift Marius von der Forst vom Appetizer-Team zu einer wahren Vitaminbombe. Dieses Ofenrezept ist voll mit mediterranem Gemüse und eine perfekte Beilage. Das Tolle ist, dass man nichts vorkochen muss, sondern das Gemüse vollständig im Ofen gart.

- 1 Heizen Sie den Backofen auf eine Temperatur von 180 °C vor. Die Auflaufform mit 1 EL **Olivenöl** einfetten. Dann die **Kartoffeln** schälen und in Scheiben schneiden. Die Form damit auslegen. **Knoblauch** schälen, in dünne Scheibchen schneiden und diese zusammen mit **Thymian, Rosmarin, Pfeffer** und etwas **Salz** über die Kartoffeln geben.
- 2 **Paprika** und **Zucchini** waschen und beides in Würfel bzw. Scheiben schneiden. Nacheinander in die Form geben. Den **Fenchel** in feine Scheiben schneiden und ebenfalls in die Form legen. Alles noch einmal salzen.
- 3 **Tomaten** waschen, in dicke Scheiben schneiden und den mittleren Strunk entfernen. Die Tomaten oben auf die Form legen. Alles noch einmal salzen und mit 4 EL Olivenöl beträufeln.
- 4 Das Gemüse für 45 Minuten auf der mittleren Schiene des Backofens backen. Vor dem Servieren mit einem guten **Balsamico** beträufeln.



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/27567](http://appetizer-magazin.de/27567)



## Herbstliches Pfannengemüse

Dieses Gericht stammt von Thomas Verfürth, Küchen-  
direktor der Schwan-Restaurants. So wie hier zu sehen  
(mit einem goldbraun gebackenen Schnitzel und frischem

**Kartoffelstampf) wird es ab Mitte September auf der Sternstraße 50 im Pempelforter Schwan serviert. Das Rezept zum herbstlichen Pfannengemüse hat er uns verraten. Raffiniert: Damit die Ur-Karotte (siehe Seite 18) nicht das ganze Gemüse violett färbt, wird sie abseits vom anderen Gemüse zubereitet.**

### Zutaten für 4 Personen

je 150 g	Pastinake, Topinambur, Kohlrabi, Hokkaido- Kürbis, gelbe Karotte, violette Ur-Karotte
½	Zwiebel
3	Nelken
1	Lorbeerblatt
70 g	Salz
1 EL	Honig
50 g	Butter
	Pfeffer

**Schwierigkeit:** anspruchsvoll

**Vorbereiten:** 25 Minuten

**Garen:** 7 Minuten

- Das Gemüse kräftig unter fließendem kaltem Wasser waschen, schälen und der Länge nach in nicht zu dicke Scheiben schneiden.
- Alle Schalen – bis auf die der violetten **Ur-Karotte** – in einen großen Topf mit 2,5 l kaltem Wasser geben. Die **Zwiebel** schälen, mit den **Nelken** und dem **Lorbeerblatt** spicken. Dann zusammen mit dem **Salz** in den Topf geben und das Wasser zum Kochen bringen. Alles aufkochen und dann abseits 15 Minuten ziehen lassen.
- Die Schalen aus dem Gemüsesfond heraussieben. Diesen wieder zum Kochen bringen und das Gemüse (bis auf die Ur-Karotten) für etwa 1 ½ Minuten darin kochen. Das Gemüse sofort herausnehmen und mit eiskaltem Wasser abschrecken. Mit den Scheiben der Ur-Karotte ebenso verfahren.
- Anschließend in einer großen Pfanne den **Honig**, die **Butter** und 2 EL vom Gemüsesfond erhitzen. Hier die Gemüsescheiben – bis auf die violetten Ur-Karotten – im Sud glasieren und durchschwenken. Mit einer Prise **Pfeffer** aus der Mühle würzen.
- Das Gemüse mit einer Schaumkelle aus der Pfanne nehmen, auf einem Teller kurz zur Seite stellen und dann mit den Ur-Karottenscheiben ebenso verfahren.



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/22956](http://appetizer-magazin.de/22956)

## Keine Textidee?



## Textquartier DÜSSELDORF

Wir schreiben Ihre Story.

Egal, ob einzelne Texte fürs  
Web oder ganze Broschüren:  
Das Textquartier  
kümmert sich darum.

Mehr Infos unter:  
[www.textquartier.net](http://www.textquartier.net)

# Sag Käse!

Mehr als nur simpler Brotbelag und Mäuseköder: Die Käsewelt ist vielfältig und bietet für jeden Geschmack das Richtige.

**W**er sich intensiver mit Käse befasst, findet schnell heraus, dass die aromatische Bandbreite enorm ist. Ob hart oder streichzart, ob gewürzt oder mit Schimmel überzogen: Käse kommt in unglaublich vielen Varianten vor. Weltweit gibt es über 5.000 Sorten, so alleine 500 in Deutschland, 700 in der Schweiz und sogar mehr als 1.000 in Frankreich.

## AUF DER JAGD

Schon in der Steinzeit gab es Käse – wenn auch eher aus Zufall. Denn hin und wieder wurde bei der Jagd ein Jungtier erledigt, das kurz vor seinem Ableben noch gesäugt wurde. Im Magen fand man dann die geronnene Milch in Form einer Art Käsemasse. Was man damals noch nicht wusste: Verantwortlich für die Gerinnung war Lab, ein Enzymgemisch, das in den Mägen von Wiederkäuern vorkommt (siehe Kasten „Käse: vegetarisch?“). Später, als der Mensch erstmals Rinder, Ziegen und Schafe hielt, entstand Käse auch manchmal aus Ver-

sehen, wenn die Milch der Tiere in Tiermägen aufbewahrt wurde. Oft wurde die Milch auch einfach ungenießbar – doch mit der Zeit erkannte man, worauf man achten musste, wollte man aus Milch Käse machen. Das war nicht nur reine Genuss Sache, denn in schlechten Zeiten war der haltbare Käse die perfekte Alternative zur schnell verderblichen Milch.

## KÄSE AUF ERFOLGSKURS

Käse wurde an vielen Orten der Welt „entdeckt“. Neben Mitteleuropa fand er sich auch schon früh im Nahen Osten und rund um das Mittelmeer. Mit der Zeit perfektionierten die Menschen die Käseherstellung. Man erkannte, welche Rolle Lab spielt und dass der Schimmel, der bei der Lagerung gelegentlich entsteht, manchmal auch unbedenklich und zudem sehr aromatisch sein kann. Für römische Legionäre war Käse ein wichtiges Lebensmittel für die Reise. Und da er gerade in Fastenzeiten satt machte, wurde die Herstellung ein beliebtes Handwerk in den Klöstern des Mittelalters. »

### WIE KOMMEN EIGENTLICH DIE LÖCHER IN DEN KÄSE?

Die Löcher in Käsesorten wie Emmentaler entstehen nicht durch Bohrungen oder Feuchtigkeit, sondern durch Gasblasen. Während der Reifung bildet ein bestimmtes Bakterium im Käse Kohlenstoffdioxid, das den Käse an dieser Stelle aufbläht. Feinere Löcher (wie beim Tilsiter) entstehen, wenn der Käse vor der Reifung locker in die Form gegeben und nicht gepresst wird.

*Bei einer perfekten Käseplatte ist weniger manchmal mehr: Wählen Sie große Stücke von drei unterschiedlichen Käsesorten, und servieren Sie diese mit Trauben oder Nüssen.*



### JASMINE EICKENHORST

Inhaberin von Jasmine –  
Fromages, vins et pâtisserie  
in Oberkassel



*Feinschmecker sind sich einig: Je reiner die Milch, desto besser der Käse. Deswegen eignet sich für die Herstellung von Käse am besten Rohmilch, die im Gegensatz zur Frischmilch nicht*

*pasteurisiert ist. Rohmilch kann allerdings Krankheitserreger enthalten, weswegen Schwangere und Kleinkinder auf Rohmilch sowie Rohmilchkäse verzichten sollten.*



# KÄSE & WEIN



Hier wurden auch die ersten Rezepte niedergeschrieben – und einige davon kommen noch heute zum Einsatz.

Mit der Industrialisierung sorgte der technische Fortschritt zur Verbesserung des Käses. Zum einen fand man heraus, dass Mikroorganismen bei der Herstellung entscheidend sind. Zum anderen war es die Erfindung von Kühlmöglichkeiten, die die Käseherstellung im großen Stil möglich machte. In der Regel braucht man nämlich viel Milch, um vor allem härtere und somit haltbare Käsesorten herzustellen. Kein Bauer hatte aber so viele Kühe, um auf einen Schlag die benötigte Milch zu erhalten. Doch dank der Hilfsmittel zum Kühlen der Milch konnte die Hofkäserei nun ausreichend Milch zusammensammeln, um den gewünschten Käse produzieren zu können. Überdies ent-

standen im 19. Jahrhundert erstmals genossenschaftliche Dorfkäsereien, um gemeinsam die Käseproduktion zu verbessern und zu vergrößern.

Der Fortschritt hatte jedoch zur Folge, dass viele private Käsereien verarmten und die Bauern wegziehen mussten. Immerhin: Der Käse und dessen Herstellung wurde so über die ganze Welt verbreitet. So geht beispielsweise die Käseindustrie Russlands und Nordamerikas auf die Einwanderung deutschsprachiger Bauern zurück.

## ZURÜCK ZUR TRADITIONELLEN PRODUKTION

Dass das Verdrängen der kleinen Käsereien auch zum Aussterben alter Käsesorten führt, ist inzwischen erkannt worden. Wie auch in vielen

anderen Handwerkssparten findet daher die traditionelle Herstellung wieder mehr Beachtung. Und dank einzelner Geschäfte sind die traditionellen Käseprodukte auch ohne großes Suchen erhältlich. Lassen Sie sich im Käseladen Ihrer Stadt beraten.

*Marius von der Forst*



*Entgegen gängiger Behauptungen ist der beste Ort für Käse nicht die Kühlschrankmitte, sondern das Gemüsefach. Hier herrscht eine mittlere, relativ konstante Temperatur. Lediglich Frischkäse gehört nach oben.*

## Käse: vegetarisch?

Damit die Milch schnell „ausfällt“, also gerinnt, wird in den meisten Fällen Lab verwendet. Dies ist eine Enzymmischung, die im sogenannten Labmagen von Kälbern und anderen Säugetieren produziert wird. Sie dient dazu, die Muttermilch fest werden zu lassen, damit die Kälber diese besser verdauen können. Diesen Effekt machen sich auch die Käsereien zunutze. Sie kaufen das Lab heute in Form von Pulvern, Pasten oder Flüssigkeiten, um es für die Käseherstellung zu verwenden. So gesehen ist der meiste Käse nicht vegetarisch. Dass das nicht jeder weiß, liegt daran, dass Lab als „Produktionshilfsstoff“ angesehen wird und deswegen nicht auf der Verpackung angegeben werden muss. Immerhin: Mehr und mehr Betriebe setzen heute auch mikrobielles oder pflanzliches Lab ein (letzteres vorwiegend am Mittelmeer). Aufgrund der fehlenden Deklarationspflicht ist für den Konsumenten aber nicht immer ersichtlich, welches Lab verwendet wurde. Nur dann, wenn noch andere Zutaten im Käse sind (z. B. Pfefferkörner oder Farbstoffe), muss alles – also auch das Lab – angegeben werden.

## BAUERNKÄSEREI STRAETMANSHOF



Bereits seit der vierten Generation betreibt die Familie Straetmans im niederrheinischen Kerken ihren Bauernhof. Der Startschuss für die eigene Hofkäserei fiel 1996: Aus der eigenen Milch produzieren die Straetmans vor Ort bis

zu 18 verschiedene Käsesorten – beispielsweise den Stendener Bergkäse oder den Nusskäse mit Bockshornklee. Die schonende Behandlung der Rohstoffe und der Verzicht auf unnötige Zusatzstoffe ist den Käsemeistern besonders wichtig. Nicht nur auf dem Hofladen in Kerken-Stenden ist die Bauernkäserei zu finden, sondern auch auf den Düsseldorfer Bauernmärkten.

Bauernmärkte am Friedensplätzchen in Bilk (Dienstag/Freitag), am Kolpingplatz in Derendorf (Mittwoch/Samstag) und am Lessingplatz in Oberbilk (Donnerstag), 02833-4596, [www.bauernkaese.info](http://www.bauernkaese.info)





Fotos mit Geschmack, Sabine Mader & Ulrike Schmid/BLV

## So entsteht Käse

Die Herstellung von Käse ist sehr komplex, denn es sind genaue mikrobiologische Schritte notwendig, damit der Käse gelingt und am Ende auch wirklich so wird wie gewünscht. Ändert man nur ein wenig die Menge der Zutaten oder die Zubereitungszeiten, kann ein ganz anderer Käse entstehen. Im Prinzip kann man die Produktion in drei große Schritte unterteilen:

1. Milch dicklegen: Mithilfe von Lab, Labaustauschstoffen oder Milchsäure werden die festen von den flüssigen Bestandteilen sehr schnell getrennt.

2. Bruch bearbeiten: Die feste Masse der Milch, der sogenannte Bruch, wird nun geschnitten, gerührt, erwärmt, geformt und/oder gepresst. Je nach Käsesorte wird mancher dieser Unterschritte intensiver, mancher auch gar nicht gemacht.

3. Salzen: Ist der Käse einigermaßen fest, kann man ihn noch mit Salz einreiben oder in einem Salzbad würzen. Das fördert zudem die Rindenbildung. Dieser Schritt ist beispielsweise für Frischkäse nicht mehr notwendig.

### Infos und Rezepte um selber Käse zu machen:

„Joghurt, Quark und Käse – natürlich selbst gemacht“ von Cosima Bellersen Quirini (Verlag Eugen Ulmer, 14,90 Euro)



## KAASKONING

Kaaskoning ist ein Familienunternehmen aus der Nähe von Eindhoven. Es besteht seit über 70 Jahren und ist seit 30 Jahren auch auf rheinländischen Wochenmärkten zu finden. Niklas Körner aus Langenfeld betreibt seit

Anfang 2015 den Kaaskoning-Stand auf dem Carlsplatz. Beim „Kaas König“ finden Sie vor allem Käsesorten aus den Niederlanden, aber auch viele andere Sorten – z. B. aus Frankreich, der Schweiz, Italien oder Österreich – werden angeboten. Um die hohe Qualität der Produkte zu wahren, verkaufen Niklas Körner und seine Leute den Käse größtenteils am Stück. Sie brauchen für Käseplatten oder verschiedene Anlässe Beratung? Dann sprechen Sie das Team vom Kaaskoning an.

Stand D12 auf dem Carlsplatz, 01578-8691079, [dekaaskoning.nl](http://dekaaskoning.nl)

Anzeige

## Käse kauft man am besten in Paris. Oder in Oberkassel.

Ob es Beaufort sein soll oder ein Epoisse de Bourgogne, ein Tomme de Savoie oder ein Munster, ein Morbier oder ein Livarot, - in der Fromagerie Jasmine finden Sie Ihren Lieblingskäse, auch die schönsten Käsesorten aus der Schweiz oder Italien.

Dazu den passenden Wein, weitere Feinkostartikel und Brotspezialitäten.

Schnuppern Sie mal rein und lassen Sie sich beraten, - Kostprobe inklusive.

Bringen Sie gern auch den Coupon mit. Dafür gibt es beim Einkauf über 30 € eine Flasche Hauswein gratis.

EMAIL  
NAME

DI - FR 11:00 - 18:30 UHR  
SA 9:30 - 15:00 UHR

*Jasmine*  
FROMAGES, VINS ET PÂTISSERIE

LUEGALLE 4,  
40545 DÜSSELDORF  
0211 - 93 88 95 90

## Shropshire Blue

Wer Stilton mag, wird diesen Käse lieben: Der Shropshire Blue ist ein englischer Blauschimmelkäse, der durch das Gewürz Annatto seine Orangefärbung erhält. Mit diesem Käse gewann die Käserei Cropwell Bishop aus Nottingham 2006 den Titel des „Best English Cheese“. Und genau diesen finden Sie auch im Käseladen Jasmine auf der Luegallee 4 (Oberkassel). Der Kilopreis beträgt 49 Euro.



## Oliven-Tomaten-Käse

Eine wahre Geschmacksbombe ist dieser Käse der Bauernkäserei Straetmanshof aus dem niederrheinischen Kerken. Er ist frei von unnötigen Zusatzstoffen, aber vollgepackt mit Tomaten, Oliven, Paprika, Knoblauch, Basilikum, Thymian und vielem mehr. Erhältlich ist er im Hofladen sowie auf den Marktständen des Straetmanshofes ([www.bauernkaese.info](http://www.bauernkaese.info)).



## Mothais sur Feuille

Normalerweise reifen Ziegenkäse in gut belüfteten Kellern. Nicht so dieser: Der Mothais sur Feuille – umwickelt mit einem Kastanienblatt – ruht bei einer Luftfeuchtigkeit von nahezu 100 Prozent für drei bis vier Wochen in einem nicht belüfteten Keller. Dadurch bleibt dieser westfranzösische Ziegenkäse besonders saftig und cremig. Erhältlich ist er bei Jasmine auf der Luegallee 4 (in Oberkassel) für 8,90 Euro (180 g).



## Jersey-Käse

Die sogenannten Jersey-Kühe liefern eine Milch, die besonders reichhaltig an wichtigen Inhaltsstoffen ist. Klar, dass dies bei der Käseherstellung zu einem einzigartigen Geschmack führt. Aktuell ist Käse aus Jersey-Milch beim Kaaskoning auf dem Carlsplatz (Stand D12) für 1,79 Euro pro 100 g erhältlich.



Dieses Rezept stammt aus: „Käse vom Feinsten – Die Geheimrezepte der Käsemeisterin“ von Susanne Hofmann (BLV Verlag, 9,99 Euro)

Diese würzigen und deftigen Camembert-Plätzchen sind schnell gemacht und eignen sich besonders gut für gemütliche Weinabende unter Freunden.

### Zutaten für 40 Plätzchen

200 g Camembert

500 g Mehl

100 g Butter

2 Eigelb

120 ml kaltes Wasser

Salz

Pfeffer

Muskatnuss

**Schwierigkeit:** einfach

**Vorbereiten:** 15 Minuten

**Garen:** 30 Minuten

## Käsegebäck

1 Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Für ca. 40 Käseplätzchen zunächst die Rinde des **Camemberts** entfernen, dann den Käse in eine Schüssel geben und mit einer Gabel zerdrücken.

2 Das **Mehl** und die fein gewürfelte, kalte Butter dazugeben, alles gut verkneten. Das **Eigelb** und das **kalte Wasser** untermischen, alles kräftig mit Salz, **Pfeffer** und frisch geriebener **Muskatnuss** würzen und noch einmal gut verkneten.

3 Teig ca. 1 cm dick ausrollen, mit einem runden Ausstecher (5 cm Durchmesser) Kreise ausstechen, Teigkreise auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Alles im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene in 25 bis 30 Minuten hellbraun backen, herausnehmen, abkühlen lassen.



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/32729](http://appetizer-magazin.de/32729)

## JASMINE – FROMAGES, VINS ET PÂTISSERIE



Seit mehr als drei Jahren bietet die Fromagerie „Jasmine“ in Oberkassel kulinarische Speisen für Genießer an. Egal, ob leckere Käsespezialitäten, dazu passende Brote, hausgemachtes Gebäck oder vollmundige Weine – im nostalgisch

französischen Ambiente der Fromagerie werden Sie fündig. Der Schwerpunkt liegt auf französischen Käsesorten, seltenem Bergkäse sowie ausgesuchtem Ziegen- und Schafskäse. Darunter haben auch viele Sorten eine AOP-Zertifizierung – sind also in der Herkunft geschützte Käse, die nach traditioneller Rezeptur hergestellt werden. Nussmischungen, getrocknete Früchte, Marmeladen, Chutneys und luftgetrocknete Salamis ergänzen das Sortiment. Die Inhaberin Jasmine Eickenhorst bietet zusammen mit ihrem Team fachkundige Beratung sowie die Gestaltung individueller Geschenkkörbe an.

Luegallee 4 (Oberkassel),  
0211-93889590, „Jasmine –  
Fromages, vins et pâtisserie“  
bei Facebook



### Käse mit Geschmack

Für Sie auf dem Carlsplatz.  
Di bis Do 9:00–18:30 Uhr  
Freitag 7:00–18:30 Uhr  
Samstag 7:00–16:00 Uhr

[www.dekaaskoning.nl](http://www.dekaaskoning.nl)

# photobildband.de

Die neueste Fotokunst in Buchform – angesehen und rezensiert



## Perfekt für Käse: Balsam-Creme

Bestimmte Chutneys und Senfsorten eignen sich besonders gut, um damit eine Käseplatte aufzuwerten. Doch genießen Sie Ihren Käse einmal mit einem hochwertigen Balsamico – idealerweise mit einer Balsam-Creme. Letztere hat nur 3 Prozent Säure und ist deswegen sehr mild. Zudem liegt sie dank ihrer dickflüssigen Konsistenz besonders gut auf der Zunge. Eine schöne Auswahl an solchen Cremes finden Sie z. B. in der Fass-Bar in Pempelfort (Schwerinstr. 8). Eine 200-ml-Flasche einer Balsam- oder Dattel-Balsam-Creme ist dort für 6,50 Euro erhältlich.

**SCHWAN**  
CAFÉ • HEIMAT • RESTAURANT

*Weihnachten kommt schneller  
als man glaubt...*

Feiern Sie im Schwan.  
Die Weihnachtsente freut sich schon!

Ja ist denn schon  
Weihnachten?

www.schwan-restaurant.de facebook.com/SchwanRestaurant instagram.com/halloschwan

# Wie füreinander geschaffen: Käse und Wein

**W**ein gibt es schon seit Jahrtausenden – doch vergleichen mit dem sauren Most, den einst die Römer tranken, kann man den Rebensaft der heutigen Zeit nicht. Das Angebot ist so hochwertig und vielfältig wie noch nie. Auch wenn es ungeübte Gaumen zunächst nicht erkennen: Im Vergleich zu den meisten anderen Getränken ist Wein extrem facettenreich. Vor allem in Kombination mit Essen sind die Variationen enorm. Wein und Speise sind oft erst als „Partner“ perfekt; die Kombination kann so gut harmonisieren, dass das Ergebnis ewig in Erinnerung bleibt. Und da Käse viele Aromen bietet, die bei keinem Wein zu finden sind (z. B. Salz), passen beide ideal zueinander. Was aber schnell vergessen wird: Käse plus Wein ist nicht immer gleich Harmonie! Wer hier eine falsche Wahl trifft, kann schnell den ganzen Abend ruinieren. „Genießen“ Sie doch mal ein Stück Blauschimmelkäse mit einem alkoholreichen Wein, der viele Tannine (also Gerbstoffe) enthält. Eine ekelhafte Schärfe ist das Resultat. Deswegen ist es ratsam, sich an diese Ratschläge zu halten.

Selbst dann, wenn der Wein perfekt zum Käse passt und die Versuchung groß ist, die Gaumenfreude gleich zu Beginn des Menüs zu präsentieren: Halten Sie sich an die Reihenfolge bei einem Menü. So sollten z. B. Dessertweine und Gorgonzola nicht als Amuse-Gueule, sondern als krönender Abschluss aufgetischt werden. Tipps für „die perfekte Wein-Dramaturgie“ finden Sie auf den Seiten 49 und 50 der Appetizer-Ausgabe 1/17 (online unter [appetizer-magazin.de/lesen](http://appetizer-magazin.de/lesen)).



## Frischkäse und junger Käse

wie Rahmkäse, Mascarpone oder Mozzarella

**Weißwein:** Ideal sind lebhaftere Weißweine, die nicht zu fruchtig und säuerlich sind (z. B. Weißburgunder oder Silvaner). Als letzten Menügang kann man aber auch einen Schaumwein servieren.

**Rotwein:** nicht besonders geeignet, aber unter Umständen schon mal ein Spätburgunder.

## Weichkäse mit weißem Edelpilz

wie Brie oder Camembert

**Weißwein:** Besonders gut sind hier trockene oder halbtrockene Rieslings, Grauburgunder oder trockene Schaumweine. Vielleicht sogar in Kombination mit Nüssen oder Honig.

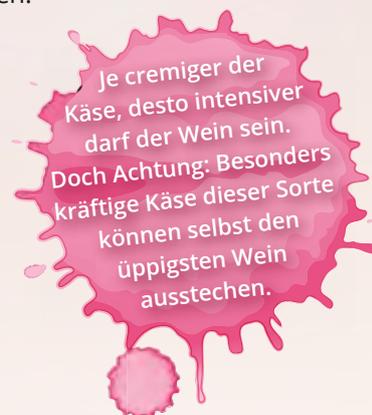
**Rotweine:** Servieren Sie einen Spätburgunder oder einen Trollinger.

## Weichkäse mit gewaschener Rinde

wie Livarot, Munster oder Limburger

**Weißwein:** Üppige, intensiv-aromatische Tropfen wie Riesling, Silvaner Spätlese oder Gewürztraminer sind zu empfehlen.

**Rotwein:** Besonders gut kommt hier kräftiger Dornfelder infrage.



- 1 Im Gegensatz zur verbreiteten Meinung sind es doch eher Weißweine als Rotweine, die gut zu Käse passen.
- 2 Ist ein Käse besonders kräftig, sollte auch der Wein entsprechend umfangreich und gehaltvoll sein. Ansonsten überlagert das eine das andere. Ausnahme: Möchten Sie einen besonders alten, gereiften und mehrschichtigen Wein genießen, sollte der Käse – sofern Sie dazu überhaupt einen anbieten – eher unscheinbar sein. Hier ist der wertvolle Tropfen der Star des Abends!
- 3 Je salziger oder würziger ein Käse ist, desto saurer oder süßer darf auch der Wein sein.
- 4 Passen Sie mit Weinen auf, die sehr tannin- und alkoholhaltig (13 % oder mehr) sind. Das Milchfett kann aufgrund des hohen Alkoholgehalts schnell scharf schmecken.
- 5 Auch Vorsicht bei Weinen mit viel Süße und Alkohol. Der Käse kann dadurch möglicherweise bitter schmecken.
- 6 Bei einer Käseplatte richtet sich der zu servierende Wein nach dem kräftigsten, aromatischsten Käse.

### **Blauschimmelkäse und Edelpilzkäse**

wie Roquefort, Gorgonzola  
oder Bavaria Blue

**Weißwein:** Tanninhaltige und zudem stark alkoholhaltige Weine lassen den Käse scharf erscheinen – also unbedingt vermeiden. Besser sind süße Auslesen oder Dessertweine. Sie harmonieren besonders gut mit dieser Art von Käse.

**Rotwein:** Hier ist eigentlich kein Rotwein zu empfehlen.

### **Junge, milde Schnittkäse**

wie Tilsiter oder Edamer

**Weißwein:** Probieren Sie den Schnittkäse – egal, ob fest oder halbfest – mit einem Weißburgunder oder einem halbtrockenen Riesling.

**Rotwein:** keine allgemeine Empfehlung möglich.

### **Kräftige Schnittkäse**

wie gereifter Appenzeller  
oder alter Gouda

**Weißwein:** Für kräftige Schnittkäse sind Gewürztraminer oder Huxelrebe zu empfehlen. Die Bandbreite der Schnittkäse bietet aber noch weit mehr Kombinationsmöglichkeiten.

**Rotwein:** Hier kann ein leichter Spätburgunder eine passende Ergänzung sein.

### **Hartkäse**

wie Parmesan, Gruyère  
oder gereifter Pecorino

**Weißwein:** Greifen Sie entweder zu gehaltvollen Weinen (wie z. B. Kerner) oder aber – wenn der Käse zum Dessert gereicht wird – zu einem trockenen Schaumwein.



**Rotwein:** Samtige Weine, die nicht zu viele Tannine besitzen, sind hier zu empfehlen. Probieren Sie beispielsweise

einen Lemberger oder einen Dornfelder zum Hartkäse.

### **Ziegen- und Schafskäse**

wie Feta oder junger Pecorino

**Weißwein:** Versuchen Sie den Ziegen- oder Schafskäse mit einem trockenen, fruchtigen Weißwein mit feiner Säure. Nennenswert sind hier Weißburgunder, Silvaner und Riesling Auslese.

**Rotwein:** Servieren Sie lieber einen trocken-fruchtigen Rosé.



## **VAVELOCE DUE**

In dem italienischen Restaurant VaVeloce Due (Düsseltal) kümmert sich ab sofort Weinexperte Otmane Khairat (links im Bild) um das Wohl der Kunden. Der staatlich geprüfte Sommelier war viele Jahre lang Filialleiter im Mövenpick Weinkeller Düsseldorf und später dann Inhaber seines eigenen, mehrfach prämierten Weinhandels Winelive in Meerbusch. Ab sofort gibt Khairat sein Wissen im VaVeloce Due sowie in den anderen Lokalitäten von Giuseppe Saitta (rechts im Bild) weiter. Sie haben Fragen zum passenden Wein – auch in Kombination mit Käse? Khairat hilft Ihnen weiter.

Welchen Käse der neue Weinexperte am meisten liebt? „Meine Begeisterung für einen gereiften Gorgonzola ist schier unendlich“, sagt Khairat. Beispielsweise empfiehlt er hierfür einen 2005er Recioto Di Soave von Corte Adami (siehe Bild). „Ein interessanter Süßwein abseits des herkömmlichen Mainstreams“, so Khairat. Der Wein ist in den Lokalitäten von Saitta erhältlich.

Zudem gibt Otmane Khairat sein Weinwissen auch in Seminaren weiter. Zusammen mit erstklassigen Winzern, Weinkennern und Gourmetexperten gibt es in den kommenden Monaten mehrere attraktive Events. Beispielsweise findet an jedem ersten Samstag im Monat eine Partynacht mit Blindverkostungen im VaVeloce Due statt. Und bei einer Champagner-Gala wird der edle Schaumwein bei einem Drei-Gänge-Menü zelebriert. Genaue Infos sowie Termine können Sie im VaVeloce Due erfragen.

Rethelstr. 143 (Düsseltal), 0211-64163537, [vavelocedue.de](http://vavelocedue.de)



# Frisch vom Großmarkt

Der Konrad Koester Fruchthandel beliefert seit 1988 zahlreiche Großküchen und Betriebe mit Obst und Gemüse. Damals wie heute im Mittelpunkt: die hohe Qualität der Nahrungsmittel.

**G**estern geerntet, heute auf dem Teller: Damit das möglich ist, wird beim Konrad Koester Fruchthandel die Nacht zum Tag. Hier auf dem Düsseldorfer Großmarkt in Derendorf überprüft Betriebsleiter Sadri Limani, was tagsüber von den Zulieferern aus der näheren und entfernteren Umgebung gebracht wurde. Immer im Hinterkopf: die Bestellliste seiner anspruchsvollen Kunden. Konnten die Anbieter mal nicht alles liefern, kauft er es direkt auf dem Großmarkt bei regionalen Bauern und Händlern dazu.

Der Konrad Koester Fruchthandel versorgt zumeist Großküchen – z. B. Altenheime, Krankenhäuser sowie Caterer und Gastronomen mit frischem Obst und Gemüse. Geliefert wird nicht nur innerhalb der Landeshauptstadt, sondern bis in die angrenzenden Bundesländer. Sein ganzes Leben hat Konrad Koester mit Obst und Gemüse zu tun. Er stammt aus einer Familie von Landwirten und hat schon früh auf den Feldern mitgearbeitet. Schon damals wurden die ersten Großkunden wie das Evangelische Krankenhaus in Bilk beliefert. Mit der Gründung seiner Firma

1988 hat sich Konrad Koester dann voll und ganz dem Obst- und Gemüsehandel verpflichtet. Damals kam ein einzelner, gebrauchter Hanomag-Lieferwagen zum Einsatz. Heute ist eine ganze Flotte modernster, gekühlter Transportfahrzeuge unterwegs – und mit dabei eine große Truppe motivierter Fahrer.

## DAS WERTVOLLSTE IM BETRIEB: UNSERE MITARBEITER

Diese Transportprofis sind es auch, die die Bestellungen zusammenstellen, verpacken und in den Sprintern und LKWs fachmännisch verstauen. Sie sind zugleich auch die Ansprechpartner für Kunden vor Ort, und das über Jahre hinweg. Auch im Büro sind immer dieselben Ansprechpartner anzutreffen. Häufig nimmt Sadri Limani – die rechte Hand des Chefs – die Bestellungen entgegen. „Unsere Kunden schätzen diesen persönlichen Kontakt sehr“, erläutert Konrad Koester. Für ihn sind die Mitarbeiter das Wertvollste im Betrieb. Daher kümmert er sich um ihr Wohl, wo er kann: farbenfrohes Arbeitsklima in der Halle, Tageslicht bei Nacht und drei Mal die Woche ein frisch vom Koch

zubereitetes Drei-Gänge-Menü, sodass sie sich gestärkt auf ihre Touren begeben. So wundert man sich nicht, dass der am längsten beschäftigte Mitarbeiter bereits seit 1991 im Unternehmen tätig ist.

## EINE KISTE GESUNDHEIT, BITTE!

Das Fundament für den erfolgreichen Fruchthandel ist zweifellos die beständig hohe Qualität der Produkte. „Für uns ist eine Kiste Kiwi weit mehr als einfach nur Obst“, erklärt Konrad Koester. „Wir verkaufen unseren Kunden stattdessen eine Kiste voller Gesundheit.“ Deswegen achten er und seine Mitarbeiter ganz genau darauf, woher die Produkte stammen – zu den Bauern ihres Vertrauens haben sie langjährige Beziehungen. „Kunden wissen diese Qualität sehr zu schätzen“, freut er sich. Dieses Gespür für hochwertige Lebensmittel sowie die zuverlässigen Mitarbeiter sind es, die den Konrad Koester Fruchthandel so erfolgreich machen.



## Hehres Treiben bei Nacht



### Der Großmarkt

Der Düsseldorfer Großmarkt ist tagsüber unbekannt und erwacht erst nachts zum Leben. Hier ist der Platz, der die Düsseldorfer (und natürlich viele andere) mit Frische versorgt!

- Hier kaufen Händler und Gastronomen ein, was in der Stadt und Umgebung auf den Tisch kommt und die Grundlage für eine gesunde Ernährung ist.
- Über 80 Unternehmen (Obst und Gemüse, Blumen, Molkereiprodukte, Convenience und mehr) sind hier im Norden Derendorfs ansässig und versorgen den Großraum Düsseldorf.
- Einkaufen können hier Großverbraucher wie z. B. Großküchen, Kleingastronomen und viele andere.
- Dank der zentralen Lage ist der Düsseldorfer Großmarkt ein wichtiger Dreh- und Angelpunkt für frische Ware aller Art.

# KK

Konrad Koester GmbH  
FRUCHTGROSSHANDEL

# Brust oder Keule?

Suppenhuhn und Chicken Wings kennt man ja. Allerdings gibt gerade es im Herbst saisonale Köstlichkeiten. Wie wäre es mit den Klassikern wie Ente oder Gans? Es geht aber auch noch abwechslungsreicher!

Ein Brathähnchen knusprig gegrillt und würzig mariniert: So mag fast jeder Fleischfan sein Geflügel. Nicht umsonst stehen jeden Donnerstag an zahlreichen Ecken in Düsseldorf die Hähnchenverkäufer, um ihre Ware anzubieten. Warum also nicht einmal für etwas Abwechslung sorgen? Besonders im Spätsommer und in den Herbstmonaten haben Enten und Gänse auf dem Teller Hochsaison. Kein Wunder: Sie schlüpfen im Frühjahr und haben zum Jahresende ihre Schlachtreife erreicht. Wie Sie Ente

und Gans optimal zubereiten, lesen Sie auf diesen Seiten.

### MANCHE MÖGEN'S WILD

Ente kommt bei Ihnen nur an Heilig Abend auf den Tisch? Da es bis dahin noch etwas dauert, könnten Sie es mal mit Wildgeflügel versuchen. Ab September bis in die Wintermonate wird nämlich u. a. auf Niederwild gejagt, wozu auch das Federwild wie Fasan, Wildente, Wildtaube, Waldschnepfe und Co. gehört. Das Fleisch der wilden Flat-

termänner ist sehr gesund: Wilde Tiere sind ständig in Bewegung, fressen nur gesunde, natürliche Nahrung und sind daher arm an Fett und reich an Eiweißen, Mineralstoffen sowie Vitaminen. Wild schmeckt ganz allgemein gesagt etwas kräftiger als gezüchtete Tiere – eine Zubereitung mit Früchten ist daher oft eine optimale Ergänzung zum aromatischen Eigengeschmack. Wie das am besten gelingt, lesen Sie auf diesen Seiten. Und: Anders als gezüchtetes Geflügel lebt das Federwild das ganze Leben lang in der freien



## Taube nach Omas Rezept

### Zutaten für 2 Personen

je 2	Tauben (küchenfertig ausgenommen inkl. Innereien), Stängel Liebstöckel
1 Bund	Petersilie
je 50 g	Butter, Speckschwarte
80 g	Saure Sahne
40 ml	Milch
je 1	rote Paprika, Frühlingszwiebel
240 ml	Wasser
300 g	Grüne Bohnen
2 TL	Salz, Pfeffer
½ TL	Zucker
500 g	Kartoffeln

**Schwierigkeit:** moderat  
**Vorbereiten:** 45 Minuten  
**Garen:** 2 Stunden

*Tauben sind eine spezielle Angelegenheit. Manche lieben sie, viele mögen sie nicht – und andere haben sie noch nie probiert. Versuchen Sie es mal! Mit diesem Rezept hat sie schon Großmutter zubereitet.*



- Die Tauben und die Innereien gut waschen und trockentupfen. **Petersilie** und **Liebstöckel** waschen. Jeweils ein Bund Petersilie und einen Stängel Liebstöckel kleinschneiden. Auch die **Bohnen** unter fließendem Wasser reinigen und putzen. **Kartoffeln** schälen und abspülen.
- Die Tauben von innen gut mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Jeden Vogel mit den **Kräutern** und den **Innereien** befüllen. An den offenen Enden mit Zahnstochern oder Küchengarn verschließen. Die **Speckschwarte** in grobe Stücke schneiden.
- In einer großen Gusseisenpfanne die **Butter** zerlassen und den **Speck** darin anbraten. Die **Tauben** mit der Brust zuerst in die Pfanne geben und wenden, sobald sie etwas Farbe bekommen haben.
- Mit dem **Wasser** ablöschen, sobald auch die Rückseite der Tauben angebraten wurde. Anschließend für 1 Stunde köcheln lassen.
- Eventuell noch einen Schluck Wasser nachgießen und die Tauben sowohl mit der übrigen **Petersilie** als auch dem **Liebstöckel** bedecken. Noch einmal eine halbe Stunde köcheln lassen. Derweil die **Bohnen** und die **Kartoffeln** jeweils in einen Topf mit kochendem Salzwasser geben.
- Die Tauben herausnehmen und die **Sahne** und **Milch** zu dem Sud geben. **Paprika** und **Frühlingszwiebel** waschen, in feine Stücke schneiden und dazugeben. Alles zusammen aufkochen und das **Mehl** in einer Tasse **Wasser** auflösen. Dieses Gemisch unter die Soße heben und noch einmal aufkochen.
- Die **Soße** sieben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kartoffeln und Bohnen abgießen und alles zusammen mit dem Gemüse servieren.

Fotos: iaperta\_foto, AGFoto/Stock.com



**REZEPT AUCH ONLINE**  
[appetizer-magazin.de/70126](http://appetizer-magazin.de/70126)

Natur – bis es vom Jäger mit einer gut platzierten Ladung Schrot vom Himmel geholt wird. Artgerechter „produziertes“ Fleisch gibt es nicht.

## AUF QUALITÄT ACHTEN UND FRÜH BESTELLEN

Aber auch wer Hausgänse und Stockenten aus der Zucht bevorzugt, kann auf grundlegende Standards achten. So gilt beispielsweise das EU-Bio-Siegel als Mindeststandard für Bio-Produkte in Europa. Dafür müssen

mindestens 95 % der Inhaltsstoffe eines gekennzeichneten Produktes aus Öko-Anbau kommen. Weiter gehen traditionelle Bio-Siegel wie beispielsweise Naturland. Dies hat die strengsten Vorgaben. So dürfen keine Schnäbel gekürzt werden und die Haltung muss besonders artgerecht erfolgen. Auslauf, Tageslicht im Stall, Haltung auf Stroh, weder präventive An-

tibiotika noch Gentechnik: Wer eine Martinsgans mit dem Neuland-Siegel erwerben möchte, kann sie mit ausreichendem Vorlauf bei den Erzeugern auf Seite 26 bestellen. Ob auf dem Hof gezüchtet oder bei der Jagd geschossen: Geflügel kann wunderbar abwechslungsreich sein – und wer unsere Tricks bei der Zubereitung beherrzigt, bekommt eine umwerfend leckere Mahlzeit.

Markus Fasse



### TIPP

Bestellen Sie frühzeitig! Der Run auf Gänse und Enten ist im Winter groß – denken Sie also früh genug an die Order.



## Klassische Sankt-Martins-Gans

*Knusprig und frisch aus dem Ofen ist eine perfekt zubereitete Gans eine echte Delikatesse! Mit diesem Rezept gelingt auch Ihnen die optimale Martinsgans.*

### Zutaten für eine Gans

1	Gans (um die 4,5 kg, küchenfertig ausgenommen)
250 g	Backpflaumen
500 g	Äpfel
je 2 EL	brauner Zucker, Zimt
20 ml	Cognac
4 EL	Sahne
1 EL	Mehl
je 3 EL	Apfelmus, Meersalz

**Schwierigkeit:** moderat

**Vorbereiten:** 1 Stunde

**Garen:** 4 Stunden

- 1 Die Gans sorgfältig waschen und trockentupfen. Die **Flügel** in der Mitte am Gelenk durchbrechen und mit einem scharfen Messer auslösen. Falls noch vorhanden, das **Gänsefett** am offenen Ende herausnehmen.
- 2 **Flügel, Fett und Hals** in einem Bräter scharf anbraten und im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad für eine Stunde rösten. Die **Backpflaumen** in etwas Wasser einweichen.
- 3 Derweil die Gans von innen mit dem **Meersalz** würzen. Nach etwa einer halben Stunde die **Pflaumen** entsteinen, **Äpfel** waschen und zerkleinern und beides miteinander vermengen. Daraus wird die Füllung.
- 4 Diese mit dem **Cognac** vermischen und mit **Zimt** und **Zucker** abschmecken. Die **Füllung** in die Gans drücken und die offenen Seiten des Vogels mit Zahnstochern verschließen.
- 5 Im Ofen einen Rost auf eine mittlere bis tiefe Position legen und die Gans mit den Flügeln in den Bräter legen und auf den Rost stellen. Bei 180 Grad für etwa 3,5 Stunden braten. Währenddessen immer mal wieder mit dem austretenden **Bratensaft** bepinseln.
- 6 Nach der Hälfte der Zeit die Keulen mit einer Gabel ein wenig anpiksen, damit das Fett herauslaufen kann. 10 Minuten vor Schluss die Gans mit etwas kühler **Salzlake** bestreichen und bei maximaler Temperatur noch einmal knusprig braten.
- 7 In den Sud einen Schuss Wasser geben und mit **Mehl, Sahne** und dem **Apfelmus** verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf dem Herd noch einmal für rund 10 Minuten aufkochen. Vor dem Servieren die Flügel und den Hals herausnehmen. Dazu passen natürlich hervorragend Rotkohl und Klöße.



REZEPT AUCH ONLINE  
appetizer-magazin.de/30963



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/09289](http://appetizer-magazin.de/09289)



# Fasankeule mit Speck und Pilzen

## Zutaten für 2 Personen

4	Fasankeulen
500 g	Champignons
1 Bund	Petersilie
1 TL	Thymian
8	Scheiben Bacon
100 g	gewürfelter Schinkenspeck
1 EL	Butter
250 ml	Brühe
je 1 Prise	Salz und Pfeffer

**Schwierigkeit:** einfach  
**Vorbereiten:** 30 Minuten  
**Garen:** 1 Stunde

*Der Fasan gilt bei der Niederwildjagd als besonders wertvoll. Kein Wunder: Der edle Vogel schmeckt richtig zubereitet einfach grandios.*

- 1 Zunächst den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Die **Fasanenkeulen** abwaschen, trocknen und mit Salz und Pfeffer einreiben.
- 2 Die **Pilze** putzen und in grobe Scheiben schneiden. **Petersilie** waschen, abschütteln und feinhacken. Einen großen Teil davon mit dem **Thymian**, **Würfelspeck** und den **Champignons** vermengen. Die Fasanenkeulen mit **Bacon** umwickeln.
- 3 Die **Butter** in einer großen Gusseisenpfanne zerlassen. Die Fasanenkeulen im Fett rundherum anbraten. Mit der **Brühe** ablöschen. Anschließend die Pfanne samt Fasanenkeulen in den Backofen schieben. Hier backen sie nun 1 Stunde lang. Währenddessen das Fleisch immer mal wieder mit etwas **Bratensaft** einpinseln.
- 4 Etwa eine halbe Stunde vor Ende der Backzeit das **Gemüse** samt **Gewürzen** und Würfelspeck dazugeben, um es im Saft mitzugaren.

Fotos: svetlana\_may/stock.com

*Appetizer*  
**EINEN MOMENT, BITTE ...**

Wir messen gerade noch  
 Ihren Anzeigenplatz aus.

*Hochwertiges und  
 emotionales Werbeumfeld!*

*Lange Verweildauer!*

*Einfach unkompliziert!*

*Überzeugt? Dann los!  
 Jetzt werben und  
 Rabatte kassieren.*

*Rufen Sie uns an!*

0211 9717 40 44  
[appetizer-magazin.de/werben](http://appetizer-magazin.de/werben)

# Der neue Kräuterlikör aus Düsseldorf

**STEMPROCK'S  
 LÖWENBLUT**

Jetzt auch erhältlich in der Metro Düsseldorf/ Neuss

[www.stemprock-spirits.de](http://www.stemprock-spirits.de)



**LUDGER BAUMEISTER**

Jäger  
Landesjagdverband NRW

Wer sich etwas Gutes tun möchte, kann es mal mit Wild versuchen. Ente, Taube, Fasan und Co.: Frisch zur Strecke gebracht, bieten die natürlich aufgewachsenen Tiere noch immer die beste Qualität – weiß Jäger Ludger Baumeister vom Landesjagdverband NRW.

### Welches Federwild wird am häufigsten erlegt?

Das wären die Wildtauben und Wildenten – ein natürliches Vorkommen in unseren Breiten. Jäger entnehmen ihr nie mehr Tiere als zuwachsen. In Nordrhein-Westfalen wurden im letzten Jahr beispielsweise 323.256 Wildtauben erlegt. Wildgans ist ebenfalls stark im Kommen, weil es auch davon immer mehr gibt.

### Es scheint also auch sehr beliebt zu sein ...

Ja, Wildfleisch steht hoch im Kurs. Enten und Fasane sind besonders beliebt und gelten als Delikatesse. Ohnehin ist Federwild eine echte Alternative, da es mal etwas anderes ist.

### Für jemanden, der es noch nie probiert hat: Wie schmeckt's denn?

Fasan ist sehr schmackhaft und würzig, Ente dafür etwas saftiger. Taube schmeckt intensiv nach Wild.



## Hier gibt's Ihre Martinsgans

### STAUTENHOF

Der Natur- und Bioland-Betrieb in Willich hat eine eigene Metzgerei. Er bezieht Gänse und Enten vom Geflügelhof Overmeyer aus Halverde. Wer hier artgerecht gehaltenes Geflügel einkaufen möchte, muss vorbestellen.

Darderhöfe 1A (Willich), 02156-911553, [stautenhof.de](http://stautenhof.de)

### GUT SCHOBHENHAUS

Zweieinhalb Kilometer vom Mettmanner Stadtzentrum entfernt leben hier Freilandgänse und Französische Flugenten in artgerechter Haltung zwischen Teichen und Weiden. Bei Bestellungen ist eine Anzahlung nötig.

Außenbürgerschaft 20 (Mettmann), 02104-952353, [gut-schobbenhaus.de](http://gut-schobbenhaus.de)

### JAGDSCHULE DÜSSELDORF

Wer es wilder mag, bekommt das passende Geflügel bei der Jagdschule Düsseldorf. Hochwertige Lebensmittel wie Fasan und Co. sind natürliche Produkte der Jagdausübung. Wer ab einem Bestellwert von 150 Euro ordert, bekommt die Ware frei Haus geliefert.

Kölner Weg 51 (Himmelgeist), 0171-3843907, [jagdschule-duesseldorf.com](http://jagdschule-duesseldorf.com)

### MARKTHANDEL KÜSTERS

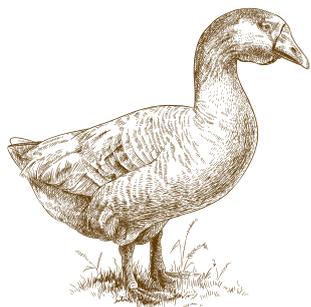
Frisch aus dem Münsterland bietet der Geflügelspezialist Küsters Enten und Gänse täglich auf dem Carlsplatz und drei Mal wöchentlich auf dem Ratinger Markt an. Das Geflügel, das hier angeboten wird, stammt aus der Freilandhaltung.

Carlsplatz Stand C7 & Ratinger Markt, 0151-43125578, [gefuegelspezialist-kuesters.de](http://gefuegelspezialist-kuesters.de)

### TIPP

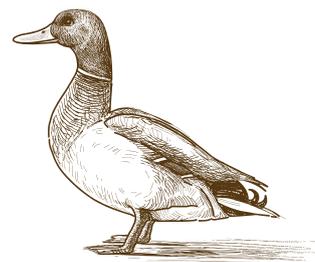
Fragen Sie auch Ihren Metzger vor Ort, woher die Tiere kommen.





### GANS

Der weiße Vogel ist vermutlich das am häufigsten servierte Geflügel im Winter. Kein Wunder, denn die Martinsgänse in spe schlüpfen im Frühjahr ab April und haben zur Schlachtung im November ein Gewicht von etwa 4,5 Kilogramm erreicht. Weihnachtsgänse werden älter – und somit schwerer. Sie bringen dann um die 6 Kilo auf die Waage. Übrigens: Pro Kilogramm Gewicht sollte man eine Stunde Garzeit im Backofen veranschlagen.



### ENTE

Wird im Herbst ebenfalls gerne gegessen: die Stockente. Die Vögel werden bei uns in Nordrhein-Westfalen ab September bejagt. Wildenten sind äußerst hungrige Tierchen. Um lange Zugstrecken zu überstehen, fressen sie sich bis zum Dreifachen ihres Knochengewichts an. Ihr Fleisch ist dunkel und wird beim Braten in Butter schnell trocken. Daher kann es ruhig schon serviert werden, wenn es noch etwas rosa ist.



### RINGELTAUBE

Besonders gezüchtete Tauben sind ein echter Leckerbissen. Doch auch in der freien Wildbahn kommen sie sehr häufig vor. Daher werden sie auch stark bejagt – und sind in Europa trotzdem ein weit verbreiteter Brutvogel. Ihr Fleisch ist zart und erinnert geschmacklich an eine Mischung aus Wild und Ente. Damit ihr Fleisch beim Grillen oder Braten nicht austrocknet, kann man Taube auch wunderbar mit Speck umwickeln.



### FASAN

Ein sehr beliebtes Ziel bei der Niederwildjagd. Der Vogel aus der Gattung der Hühner hat ein helles Fleisch und schmeckt wie Huhn mit einer markanten Wildnote. Bei der Zubereitung immer auch das Fleisch nach übrig gebliebenen Schrotkugeln untersuchen. Mit Früchten gebraten schmeckt Fasan am besten. Aber auch gezüchtete Fasane kommen in den Topf: Ihr Fleisch ist dann häufig gelblicher, da mit Mais gefüttert wird.

Foto: daboost/Stock.com; Illustrationen: Andrii-Olshnyk (2); asmakar; Val\_Iva/Stock.com

Es gibt keine zweite Chance für einen ersten Eindruck.

Als Kommunikationsdesigner gestalte ich Erscheinungsbilder und Kommunikationslösungen, die Unternehmenswerte sichtbar und verständlich machen, helfen, Vertrauen und Sympathie aufzubauen, um Marken zu schaffen, die nicht unbemerkt bleiben. Gerne können wir uns bei einem unverbindlichen Kennenlern- und Beratungsgespräch dazu unterhalten! Mehr Informationen unter Tel. 0211 / 77 92 99 93 und [www.robinnickel.de](http://www.robinnickel.de).

IDENTITY. WEB. PRINT. PICTURES.

**ROBIN  
NICKEL**

Foto: © knape / istockphoto.com

## Osteria Saitta

Gastlich, einladend und eine tolle Küche: In der Niederkasseler Osteria Saitta am Nussbaum stehen der Genuss und kulinarische Traditionen im Mittelpunkt. Hier speist man hochwertig! Wer sich einmal mit klassisch zubereiteter, knusprig gebackener Gans verwöhnen lassen will, hat zwischen dem Sankt-Martins-Tag und Weihnachten die Gelegenheit dazu. Dazu gibt es eine große Auswahl an Weinen. Reservierung nicht vergessen.

Alt Niederkassel 32 (Niederkassel), 0211-574934, [saitta.de/osteria-saitta](http://saitta.de/osteria-saitta)



## Schwan

Wer könnte besser über Geflügel Bescheid wissen als der Schwan? Das beliebte Restaurant bietet neuerdings eine echte Spezialität an: In den Filialen in Derendorf, Pempelfort und Neuss können Sie einen Pulled Goose Burger bestellen. Das ist langsam gegartes Gänsefleisch, gezupft und in einem leckeren Burger serviert. Wer es klassischer mag, bekommt beim Schwan auch knusprige Entenbrust oder Gänsekeule.



Frankenstr. 52 (Derendorf), 0211-393113,  
Sternstr. 50 (Pempelfort), 0211-49769959,  
Markt 36 (Neuss), 02131-1783090  
Mühlenstr. 2 (Altstadt), 0211-1365387,  
[schwan-restaurant.de](http://schwan-restaurant.de)



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/91256](http://appetizer-magazin.de/91256)

### Zutaten für 2 Personen

500 g	Entenbrust
200 ml	Sojasoße
3	Knoblauchzehen
1	Brokkoli
1 TL	Zitronengras
je 3 EL	Honig, Öl
2 EL	Essig
500 ml	Gemüsebrühe
5 ml	Reiswein
100 g	Champignons
1 Stange	Frühlingszwiebeln
100 g	gesalzene Erdnüsse
1 EL	Fünf-Gewürz-Pulver
je 1 Prise	Salz, Pfeffer

**Schwierigkeit:** einfach  
**Vorbereiten:** 30 Minuten  
**Garen:** 40 Minuten

## Knusprige Wok-Ente



*Geflügel funktioniert nur im Backofen? Von wegen! Mit den richtigen Zutaten wird aus einer Ente im Wok eine abwechslungsreiche und geschmacksintensive Mahlzeit*

- 1 Zunächst die **Entenbrust** waschen und anschließend trockentupfen. Das Fleisch in mundgerechte Stückchen schneiden und erst einmal beiseitelegen.
- 2 Die **Knoblauchzehen** putzen und zerdrücken. Aus der **Sojasoße** mit etwas **Salz**, dem **Knofi**, **Zitronengras**, **Honig**, **Essig** und **Pfeffer** eine Marinade anrühren. In einer flachen Schüssel die Ente darin für 2 Stunden einlegen.
- 3 Den Wok mit etwas **Öl** auf dem Herd erhitzen und die Ente darin für etwa 10 Minuten von beiden Seiten anbraten. Die **Gemüsebrühe** mitsamt dem **Reiswein** dazugießen und für eine halbe Stunde köcheln lassen.
- 4 In der Zwischenzeit den **Brokkoli** waschen und kleinschneiden. Ebenso die **Pilze** putzen und in Scheiben schneiden. **Frühlingszwiebeln** waschen und in Stücke hacken. Alles zusammen mit den **Erdnüssen** in den Wok geben.
- 5 Sobald der Brokkoli zart ist, den Wok vom Herd nehmen und alles mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Natürlich eignet sich zu dieser Ente frisch gekochter Reis am besten.

Dreimal die Woche steht der Markthandel Küsters mit seinem Stand auf dem Ratinger Markt, und neuerdings auch täglich auf dem Carlsplatz. Egal, welches Fleisch Sie benötigen – der Familienbetrieb hat es.

# FÜR FLEISCHFANS NUR DAS BESTE

Von Geflügel bis Rind: Die Auswahl an regionalen und überregionalen Produkten, die der Fleischexperte Küsters anbietet, ist enorm. Neben Geflügel und Eiern, die größtenteils aus der Heimat des Familienbetriebs, dem Münsterland, kommen, gibt es auch hochwertige Importware wie etwa Schwarzfeder- und Mais-Hähnchen. Direkt aus Frankreich erhält Küsters auch das ausschließlich mit Mais oder Buchweizen gefütterte Bressehuhn aus der Freilandhaltung. Daneben gibt es beim Fleisch-Fachmann natürlich auch Rind, Kalb, Schwein, Lamm, Wild und diverse Exoten wie Zebra oder Bison. Die drei Grundprinzipien bei Küsters sind:

- 1. Top-Qualität:** Dafür verbürgen sich Inhaber Kevin Küsters und sein Team.
- 2. Artgerechte Tierhaltung:** Alle Zulieferer werden von Kevin Küsters selbst geprüft. Viele angebotene Fleischsorten tragen zudem Bio-Zertifikate.
- 3. Egal, welches Fleisch oder Stück Sie wollen:** Sollte etwas in der großen Auswahl fehlen, dann besorgt Markthandel Küsters den gewünschten Zuschnitt für Sie.

## VOM MÜNSTERLAND INS RHEINLAND

Angefangen hat alles in den 1950er Jahren mit einer eigenen Geflügelzucht. Doch dann hat sich die Familie Küsters auf den Handel spezialisiert. Besonders wichtig war und ist hierbei die enge Zusammenarbeit mit erst-



klassigen Fleischlieferanten. Heute ist der Markthandel Küsters nicht nur im Münsterland, sondern auch im Rheinland und im Ruhrgebiet aktiv – und bietet weit mehr als nur Geflügel an: Kevin Küsters (27) führt das Familienunternehmen in der vierten Generation. Schon seit er 14 ist, fährt er mit auf die Wochenmärkte. Heute besucht er von den etwa 20 Wochenmärkten acht weiterhin persönlich. „Mir ist der Kontakt zu den Menschen sehr wichtig“, erklärt Küsters. „Nur so kann ich persönlich erfahren, was der Kunde wünscht und was ich verbessern kann.“



## IN IHRER UMGEBUNG

Inhaber Kevin Küsters hat eine große Verbundenheit sowohl zu Düsseldorf als auch zu Ratingen, denn in beiden Städten hat er jeweils zwei Jahre lang gelebt. Deshalb ist es für ihn wichtig, seine Produkte auch hier anzubieten. An drei Tagen in der Woche steht er selbst mit einem Wagen auf dem Ratinger Markt. Und seit Mitte des Jahres hat er auch einen Stand auf dem Düsseldorfer Carlsplatz: Hier hat bereits ein anderer Fleischhändler über mehrere Generationen seine Produkte angeboten. Doch da dieser keinen Nachfolger fand, fragte er Küsters. Der Fleischprofi übernahm den Stand sofort – und baute ihn erfolgreich aus.

**Carlsplatz, Stand C7:** Montag bis Samstag, jeweils 8–18 Uhr (samstags bis 16 Uhr)

**Ratingen, Marktplatz:** Dienstag, Donnerstag und Samstag, jeweils 8–14 Uhr



gefuegelspezialist-kuesters.de  
facebook.com/gefuegelspezialistkuesters  
info@gefuegelspezialist-kuesters.de  
0151-43125578

# Jetzt geht's rund!

Ob schnell geliefert oder knusprig gebacken beim Italiener: Pizza geht immer. Aber wie wird aus einem Snack ein perfektes Dinner? Wir verraten das Geheimnis einer guten Pizza.

**D**er eine mag sie mit Ananas und reichlich Schinken – der andere bevorzugt seine Pizza traditionell. Was die Zutaten angeht, sind wenige Gerichte so abwechslungsreich und vielseitig wie die Pizza. Ihre ursprünglichste Form besteht aus knusprigem Teig, etwas Käse, ein paar Scheiben Tomate und höchstens noch ein wenig Basilikum oder Oregano. Diese Zubereitung hat ihren Ursprung im südlichen Italien des 18. Jahrhunderts, wo die Pizza in einem lodernen Ofen direkt neben dem Holzfeuer gebacken wurde. In einem klassischen Pizzaofen gelingt die beliebte Mahlzeit

übrigens am besten: Die perfekte Pizza hat einen dünnen Boden und wird bei Temperaturen jenseits der 400 Grad für eine sehr kurze Zeit (maximal 2 Minuten) kross gebacken.

## NÄCHSTER STOPP: AMERIKA

Über den Seeweg kam die Pizza gegen Ende des 19. Jahrhunderts mit italienischen Einwanderern in die USA. In New York gingen die Neuankömmlinge von Bord und brachten ihre Küchenkunst gleich mit. Namentlich war es Gennaro Lombardi, der im Jahre 1905 in New York Citys Little Italy die



## TIPP

Pizzamehl sollte einen Eiweißgehalt von mindestens 12 Gramm (besser 15 Gramm) pro 100 Gramm haben. Der Grund: Der Teig bekommt eine gute Elastizität und lässt sich besonders gut dünn ausrollen.

## Klassische italienische Pizza

Eine perfekte Pizza nach italienischem Vorbild zu zaubern, ist nicht kompliziert – geschieht allerdings auch nicht wie von selbst. Mit diesem Rezept gelingt es aber ganz bestimmt.

### Zutaten für 4 Pizzen

#### FÜR DEN TEIG

1 kg Pizzamehl „La Farina 14“  
(oder Mehl mit mindestens 12 % Eiweißanteil)

600 ml kaltes Wasser

1,5 g Trockenhefe

25 g Salz

je 8 ml Olivenöl, Rapsöl

#### FÜR DEN BELAG

2 Dosen gehackte Tomaten

je 1 frische Tomate, Zwiebel,  
Knoblauchzehe, Mozzarella

1 TL Salz

1 Handvoll frisches Basilikum

2 TL Olivenöl

**Schwierigkeit:** moderat

**Vorbereiten:** 40 Minuten

**Garen:** 10 Minuten

- 1** Am Vortag den Teig ansetzen, damit er über Nacht gehen kann. Dafür das **Mehl** und die **Hefe** in eine große Schüssel geben und etwa 2 Minuten verrühren.
- 2** Die Hälfte des **kalten Wassers** langsam am Rand dazugießen. Anschließend den Teig für 5 Minuten kräftig kneten. Danach den Rest des Wassers auf die gleiche Art hineingießen und noch einmal 5 Minuten ordentlich durchkneten.
- 3** Das **Salz** über den Teig streuen und weiter kneten. Anschließend die **beiden Öle** dazugeben. Das **Rapsöl** sorgt dafür, dass die Pizza knuspriger wird! Alles noch einmal ordentlich kneten, bis aus der Masse ein schöner homogener Teig geworden ist. Danach muss er für 12 Stunden gären.
- 4** Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und in feine Würfel hacken bzw. pressen. Die Tomatensoße in eine Schüssel füllen, Knoblauch und Zwiebel dazugeben. Mit **Olivenöl** verrühren und mit **Salz** abschmecken.
- 5** Den Teig in vier gleich große Klumpen aufteilen und auf einer mehligten Oberfläche ganz dünn ausrollen. Anschließend pro Pizza etwas von der Soße in kreiselder Form verteilen. Die **Tomate** waschen, in Scheiben schneiden und mit den **Mozzarella-Scheiben** verteilen. Das **Basilikum** waschen und ebenfalls auf die Pizza legen.
- 6** Den Backofen auf die höchstmögliche Temperatur (meist 250 Grad) vorheizen und die Pizza für 10 Minuten backen.



REZEPT AUCH ONLINE  
appetizer-magazin.de/42886

erste Pizzeria in den USA eröffnete. Zuvor betrieb er einen kleinen Supermarkt, in dem ein Angestellter namens Antonio Totonno Pero (ebenfalls Italiener) begann, die aus seiner Heimat Neapel bekannte Pizza für die amerikanischen Kunden zu backen. Die kam so gut an, dass sich der Supermarkt schließlich zur ersten Pizzeria wandelte. Allerdings musste man sich an den hiesigen Gegebenheiten orientieren. Und so tauschten die Italiener den Holzfeuerofen mit einem Kohlemodell, und ersetzten den italienischen, schwer zu bekommenden Wasserbüffel-Mozzarella durch den günstigeren, in Amerika geläufigeren Mozzarella aus Kuhmilch. So ausgerüstet begann der Siegeszug der Pizza, der bald das ganze Land erfasste. In Chicago entwickelte man eine ganz eigene Form der knusprig-käsigen Spezialität. Zwar ist auch hier die Variante mit dünnem Boden bekannt – die Chicago-Style-Pizza wird allerdings in einer Pfanne

oder einer Art Backform gebacken, vergleichbar mit einem Kuchen oder einer Quiche. Dadurch ist der Pizzaboden deutlich dicker und bekommt einen kräftigen Rand. Perfekt also, um viel mehr Käse und Tomatensoße mit groben Stücken auf die Pizza zu legen. Typisch amerikanisch zwar – aber eben nicht mehr klassisch italienisch. Nach Deutschland kam die Pizza übrigens erst nach dem Zweiten Weltkrieg.

### VON WÜRZBURG NACH DÜSSELDORF

Der Gastarbeiter Nicolino di Camillo war es, der im Jahre 1952 die erste Pizzeria hierzulande eröffnete. Der Italiener kam mit den Alliierten nach Deutschland – und die Amerikaner hatten mächtig Hunger auf Pizza. „Nick“, wie man den 2015 verstorbenen Pizza-



bäcker nannte, erkannte die Marktlücke und eröffnete die Pizzeria Sabbie di Capri. Dort erfand

er angeblich, übrigens nach einer Pizza-Party, die weitverbreiteten Pizzakartons. Fortan eroberte die Pizza auch den Geschmack der Deutschen. Auch den der Düsseldorfer. Eine sehr beliebte Anlaufstelle ist übrigens die Pizzeria Pinocchio in der Altstadt. Seit 1988 backt hier die Familie Zolli ihre leckeren Pizzen – hauptsächlich für Touristen. Oder aber Sie gehen zu Alberobello in Flingern-Süd, in den Räumlichkeiten einer ehemaligen Konditorei. Keine Lust auf Ausgehen? Wir haben für Sie zwei tolle Rezepte festgehalten, die den Pizzagenuss auch zu Hause perfektionieren.

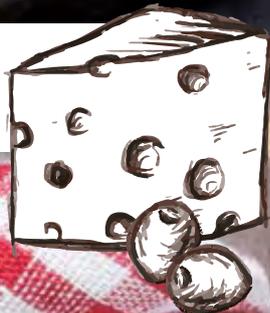
Markus Fasse

### TIPP

Am besten verwenden Sie sowohl Oliven- als auch Rapsöl. Ersteres sorgt für einen tollen Geschmack, Letzteres macht die Pizza noch etwas knuspriger.



Die Chicago-Pizza ist deutlich dicker als die New-York-Style-Pizza und kräftiger belegt.



Ein „Slice“ (also ein Stück) Pizza New York Style. Standardgemäß wird Pizza in New York und auch in Italien mit einer Hand der Länge nach geknickt und ohne Besteck gegessen.





Pizza in Neapel war und ist ein Gericht für unterwegs. Wer großen Hunger hat und nicht nur ein Stückchen möchte, muss daher die ganze Pizza wie ein Portemonnaie falten und etwa wie einen Döner essen: „a libro“ – wie ein Buch.



## STEINOFEN TO GRILL

Der Grill steht immer noch im Garten? Perfekt! Dann machen Sie doch eine Pizza darauf. Die Grill-Ofenbox (erhältlich für rund 170 bei [hagengrote.de](http://hagengrote.de)) setzt man einfach auf den heißen Rost und nach kurzer Zeit herrscht in der Kiste eine Hitze wie bei den Profis. Knapp 400 Grad sollen möglich sein. Die Grillfläche ist mit 42 x 36 cm groß genug für die selbstgemachte Napoli im Garten.



2017  
20 Jahre

Feiern Sie mit uns!

Am Freitag, 22.09. und am Samstag 23.09.2017

**Wir möchten uns ganz herzlich für die erfolgreichen Jahre in der Schwerinstraße 8 bedanken und haben für Sie das Geschäft mit besonderen Kostproben und vielen Angeboten gefüllt.**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Ihr Jörg Ploemacher und das FASS-BAR Team



**Gutschein: bei einem Kauf ab €10,- am Jubiläumstag erhalten Sie eine 100ml Flasche mit unserem Aceto Balsamico Di Modena, antico, 20\*\*\* im Wert von €5,40**

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10.00 – 18.30 Uhr Sa 9.30 – 16.00 Uhr Tel. 0211-4982949

Schwerinstraße 8 40477 Düsseldorf-Pempelfort

# Appetizer

## Wir wollen dich!

Lust auf ein Praktikum bei *Appetizer*?  
Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir jederzeit Redaktionspraktikanten, die sich von Genuss- und Ernährungsthemen, Fotografie, IT und Kultur angezogen fühlen.

Interessiert? Dann schicke deine Bewerbung an [bewerbung@textquartier.net](mailto:bewerbung@textquartier.net)

Mehr unter [textquartier.net/jobs](http://textquartier.net/jobs)



**VAVELOCE DUE**

Keine Lust, sich selbst vor den heißen Ofen zu stellen? Dann überlassen Sie das Pizzabacken doch mal den Vollprofis. Bei den Italienern in der Trattoria VaVeloce Due gibt's leckere Pizzen wie etwa die Pizza Mare e Monti mit Spinat und Shrimps, die Pizza Parma mit Rucola, Parmesan und dem berühmten Schinken aus

Bologna. Aber auch Klassiker wie die Pizza Tonno mit Thunfisch und Zwiebeln sind ein gern bestellter Klassiker an der Rethelstraße.

Rethelstr. 143 (Düsseltal), 0211-64163537, [vavelocedue.de](http://vavelocedue.de)



**TIPP**

Die Pizza Neapolitana wird nur in Holzöfen gebacken. Für die Zubereitung wesentlich: die Backtemperatur von 485 Grad. Dabei darf die Garzeit 60-90 Sekunden nicht überschreiten.



*Krosse Pizzaschnecken*

*Schnell, lecker, einfach: Pizzaschnecken sind zum einen als Fingerfood auf Partys ein echter Renner. Aber auch als Mittagessen für unter der Woche zum Mitnehmen eignen sich die Mini-Pizzen ganz gut. So funktioniert's:*



**Zutaten für 10 Pizzaschnecken**

- je 1 Rolle Pizzateig, Zwiebel, Knoblauchzehe
- 3 Tomaten
- 4 EL Tomatensoße
- 100 g Salami
- 150 g geriebener Mozzarella
- je 1 EL Oregano, Olivenöl
- je 1 Prise Salz, Pfeffer, Chili

**Schwierigkeit:** einfach  
**Vorbereiten:** 20 Minuten  
**Garen:** 20 Minuten

- 1** Den Backofen auf eine Temperatur von 220 Grad vorheizen. Am besten gelingen diese Schnecken mit Ober- und Unterhitze.
- 2** Den **Pizzateig** ausrollen und mit **Tomatensoße** bestreichen. An den Rändern ein klein wenig Platz lassen. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen. Erstere in kleine Würfel hacken und auf der Soße verteilen. Den Knofi pressen und ebenfalls über den Teig geben.
- 3** Die **Tomaten** waschen, in Würfel hacken und auf dem Teig verstreuen. Die **Salami** in feine Scheiben schneiden und damit die Pizza belegen. Abschließend noch mit den Gewürzen und den Kräutern würzen.
- 4** Die Pizza von der unteren Seite an einrollen und in zehn gleich große Scheiben schneiden. Ein Blech mit Backpapier belegen und die Schnecken darauflegen. Nun noch die Oberflächen mit dem geriebenen **Mozzarella** sowie etwas **Olivenöl** bestreuen und alles für 20 Minuten kross backen.



**REZEPT AUCH ONLINE**  
[appetizer-magazin.de/40797](http://appetizer-magazin.de/40797)



# American Deep-Pan-Pizza

*Mehr geht immer: Die Amerikaner kennen mit der Deep-Pan-Pizza eine Variante, die mehr Belag erlaubt. Der kräftige Rand der Pizza macht's möglich. Und zwar so:*

- 1** Zunächst den Teig ansetzen, denn er muss ein paar Stunden gehen. Das **lauwarme Wasser** in eine große Schüssel gießen und mit einer Gabel **Hefe** und **Zucker** verrühren. Danach das **Salz** dazugeben.
- 2** Das **Mehl** Stück für Stück unterrühren. Den Teig ordentlich kneten. Sobald er nicht mehr klebrig ist und eine feine Struktur hat, mit einem Tuch bedecken und an einem warmen Ort für 2-3 Stunden gehen lassen. Er ist aufgegangen, wenn er den doppelten Umfang angenommen hat.
- 3** Die **Paprika** und die **Zwiebel** waschen, entkernen und in Stücke schneiden. Auf einem Blech etwas Backpapier auslegen. Die Paprikastücke mit etwas **Öl** beträufeln und mit **Salz** würzen. Den **Bacon** in Stücke schneiden und zusammen mit der Paprika und Zwiebeln auf dem Backblech verteilen. Bei 220 Grad im Ofen für 15 Minuten anrösten.
- 4** Den Teig ausrollen und in vier etwa gleich große Kreise schneiden (ein Durchmesser von 20 Zentimetern ist optimal). Den Boden einer Gusseisenpfanne (alternativ geht auch eine Backform) mit etwas Öl bestreichen und den Teig vorsichtig in die Pfanne legen. Den Teig an den Rand der Pfanne drücken, damit eine gute Kruste entsteht.
- 5** Die **Pastasoße** auf den Pizzaboden streichen, die Paprika sowie den Bacon darauf verteilen und alles mit **Cheddar** bestreuen. Die Pizza dann für 10-15 Minuten im Ofen ausbacken.

## Zutaten für 4 Pizzen

### FÜR DEN TEIG

1 kg	Weißmehl
650 ml	lauwarmes Wasser
7 g	Trockenhefe
je 1 EL	brauner Zucker, Salz

### FÜR DEN BELAG

16	Streifen Bacon
je 3	grüne Paprika, Zwiebel
3 TL	Olivenöl
12 EL	Pastasoße
80 g	Cheddar



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/39477](http://appetizer-magazin.de/39477)

**Schwierigkeit:** moderat  
**Vorbereiten:** 40 Minuten  
**Garen:** 15 Minuten

# So begeistert?



Dieses Magazin  
gefällt Ihnen?  
Wir machen auch  
eins für Sie.



Egal, ob Mitarbeitermagazine oder Kundenzeitschriften: Die Print-Experten vom Textquartier Düsseldorf helfen Ihnen bei der Umsetzung von eigenen Magazinen – von der Konzeption bis zum Druck.

**Sprechen Sie uns an.**

[www.textquartier.net](http://www.textquartier.net)  
0211 97 17 40 44



**Textquartier**  
DÜSSELDORF

# SÜSSER GENUSS

Wir Deutschen lieben Schokolade. Das überrascht Sie nicht? Aber vielleicht diese Fakten zur leckersten Köstlichkeit der Welt.

## 1 DAS GRÖSSTE SCHOKOLADEN-EVENT

Das internationale Festival „Salon du Chocolat“ ([salonduchocolat.de](http://salonduchocolat.de)) ist die weltweit größte Veranstaltung zu Ehren der Süßigkeit. In verschiedenen Weltmetropolen wie London, Paris, Moskau und auch Köln präsentiert das Fest die neuesten Schoko-Kreationen. Highlight: Modenschauen mit Schokoladenkleidern.

## 2 Naschen fördert die Gesundheit

Wer ab und zu ein Stück dunkle Zartbitterschokolade zu sich nimmt, kann das Risiko von Krankheiten wie Schlaganfall oder Herzinfarkt verringern. Grund dafür ist der enthaltene Stoff Flavonol. Der natürliche Pflanzenstoff macht sogenannte freie Radikale unschädlich. Dies sind Molekülfragmente in den menschlichen Körperzellen, die Herzinfarkte begünstigen. Zu viel Schoki ist aber natürlich ungesund: Die richtige Dosis ist entscheidend.

## 3

### DER URSPRUNG DER KÖSTLICHKEIT

Schokolade ist eine Delikatesse mit langer Tradition: Die ersten schriftlichen Aufzeichnungen stammen von den Maya-Indianern aus dem 3. Jahrhundert nach Christus.





## 4

### Schokolade als Liebesdroge?

Schon die Azteken sprachen der Kakaobohne eine stimulierende Wirkung zu. Sie enthält das Glückshormon Phenylethylamin, das der Körper auch produziert, wenn man frisch verliebt ist. Dennoch hat Schokolade nachgewiesenermaßen keine luststeigernde Wirkung: Die enthaltene Menge des Glückshormons ist zu gering – und die Blut-Hirn-Schranke überwindet es auch nicht.



### BÄCKEREI HINKEL

Wer Schokolade einmal mit Gebäck genießen möchte, kann bei der traditionsreichen Bäckerei Hinkel vorbeischauen. Das Familienunternehmen bietet Feingebäck in zahlreichen Variationen an: Düsselhappen, Bärten, Tatzten oder Klassiker wie Mandelecken, Mandelhörnchen und auch Schweineohren warten nur darauf, von Schoki-Fans gekostet zu werden. Versuchen Sie's! Die Backstuben finden Sie in der Altstadt.

Hohe Str. 31, 0211-86203413, Mittelstr. 25, 0211-86203421, (beide Altstadt), [baeckerei-hinkel.de](http://baeckerei-hinkel.de)



## 5

### DAS TEUERSTE DESSERT DER WELT

Die exklusivste Süßspeise der Welt heißt „The Frrozen Haute Chocolate“ und war einst für mehr als 22.000 Euro zu haben. Serviert wurde sie in dem Restaurant Serendipity III in New York. Es handelt sich bei diesem Luxusdessert um eine besondere Kakaomischung aus essbarem Gold,

kombiniert mit den 14 teuersten und seltensten Kakaobohnen. Überzogen wurde die Leckerei mit der teuersten Schokolade der Welt, „La Madeline au Truffle“ von Knipschildt Chocolatier. Heute wird die Schoko-Sensation aber nicht mehr angeboten.



## 6

### KAUFHIT NUSSNUGATCREME

Kakaohaltiger Brotaufstrich ist nach wie vor sehr beliebt. So wird beispielsweise weltweit alle 2,5 Sekunden ein Glas der Marke Nutella verkauft.

Fotos: RuthBlack, alexdians, Peopleimages/Stock.com, Sascha Luehr/pixabay.com, Grand Candy, Litz Steger

## DAS LEBEN IST ZU KURZ FÜR SCHLECHTE SCHOKOLADE

SEIT ZWEI JAHREN AUF DER LORETTOSTRASSE!  
WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH



**Chocolaterie bittersüß&edelweiß**  
Lorettostraße 41 · 40219 Düsseldorf / Unterbilk  
Schokolade mit Liebe handgemacht

# 7

### DER PERFEKTE SCHOKO-GENUSS

Richtig lagern: Die ideale Lagertemperatur von Schokolade liegt bei 10–15 Grad Celsius. Trocken, kühl und dunkel gelagert fühlt sie sich am wohlsten.



### Die größte Tafel Schokolade

Das ist der Schoko-Hammer: In Armenien hat die Firma Grand Candy im Jahr 2011 die größte Schokotafel der Welt hergestellt. Sie brachte 4,4 Tonnen auf die Waage und war 5,6 Meter lang.

# 8

### 9 Die Nation der NASCHKATZEN

Der Deutsche verzehrt laut dem Verband Chocosuisse am meisten von der süßen Köstlichkeit! Mit durchschnittlich 11,5 Kilogramm pro Kopf und Jahr liegt Deutschland beim Konsum auf Platz 1, knapp gefolgt von der Schweiz (11,1 Kilogramm).

#### MMACARONS

Klein, zart und lecker: Macarons sind winzige Mandelbaisergebäcke, die in verschiedenen Farben und Varianten daherkommen. Klassischerweise besteht ein Macaron aus dem Doppelkeks und einer Ganache (einer Füllung aus Sahne und Schokolade zwischen dem Baiser). Der Trick von Macaron-Bäckerin Caroline Gruß aus Meerbusch-Strümp: Für die Ganache ersetzt sie die Sahne durch fruchtige Füllungen auf Schokoladenbasis. Enthalten ist belgische Zartbitter-, Vollmilch- oder Weiße Schokolade, die sie je nach Sorte mit Vanille, Lavendelblüten, Cassis oder Kaffee parfümiert. Übrigens: Am 1. Dezember findet in Gruß's Atelier ein Advent-Event statt: Von 17 bis 20 Uhr ist jeder willkommen, in die Backstube zu schauen und von den leckeren Macarons zu kosten.

Xantenerstr. 67 (Meerbusch-Strümp), 0173-4817574, [mmacarons.de](http://mmacarons.de)

#### Eigener Aufstrich

Sie stehen auf Nutella? Dann versuchen Sie es mal mit dem hausgemachten Brotaufstrich von bittersüß&edelweiß. Der enthält kein Palmöl und ist auch weniger süß als der bekannte Aufstrich. Die Chocolatiers haben lange an dem Rezept getüftelt und bislang zwei verschiedene Sorten im Angebot: Nuss Nougat feinherb und Vollmilch Nuss. Neue Rezepte sollen folgen.





## French Toast mit Schokoladenfüllung

*Dieser süße Frühstücksklassiker kann mit einem Klecks Nougatcreme noch leckerer werden. So wird aus einem Armen Ritter ein Schoki-Ritter.*

### Zutaten für 2 Personen

8	Scheiben Weißbrot
4 EL	Nougatcreme
2	Eier
300 ml	Milch
2 EL	Butter
1 TL	Puderzucker

**Schwierigkeit:** einfach

**Vorbereiten:** 5 Minuten

**Garen:** 6 Minuten

- Jeweils zwei **Weißbrotscheiben** einseitig großzügig mit **Nougatcreme** bestreichen und zusammenklappen. Währenddessen die **Banane** schälen und in Scheiben schneiden. Die **Blaubeeren** waschen und abtropfen lassen.
- Die **Eier** mit der **Milch** in einem tiefen Teller vermischen und gut verrühren. Darin die Weißbrotscheiben mit der unbestrichenen Seite einlegen und sich kurz vollsaugen lassen.
- Derweil die **Butter** in einer Pfanne erhitzen. Die Schokoladen-Toasts darin von beiden Seiten 3 Minuten lang goldbraun backen. Vor dem Servieren etwas **Puderzucker** darüberstreuen und noch heiß servieren. Wer es nicht ganz so süß mag, kann die French Toast herkömmlich zubereiten und erst am Ende etwas Schokolade draufträufeln.



REZEPT AUCH ONLINE  
appetizer-magazin.de/90073

## 10 Der größte Schokobrunnen

Schoko-Traum in Las Vegas: Im Hotel Bellagio laufen aus vier Metern Höhe knapp zwei Tonnen weiße und dunkle Milchschokolade über 25 Glasschalen in die Tiefe. Das Gebilde wurde im Jahr 2008 vom Guinness-Buch der Rekorde zum größten Schokobrunnen der Welt gekürt.



© Sean MacEntee/Flickr (CC BY 2.0)

Textquartier  
DÜSSELDORF sucht für

# Appetizer

eine/n Mitarbeiter/in  
Verkauf & Vertrieb (Telefonist/in)  
auf 450-Euro-Basis

Interessiert? Dann schicken Sie  
uns Ihre Bewerbung.

Mehr unter  
textquartier.net/jobs



TIPP

Kräuterliköre sind Liköre, die mit einer Vielzahl von Kräutern gewürzt und angereichert wurden.

# Ein Gläschen in Ehren

Nach dem Essen ein Schnäpschen und die üppige Mahlzeit bekommt einem gleich viel besser. So meint man. Appetizer verrät, ob der Kräuterlikör danach wirklich der Verdauung zuträglich ist.

**GETRÄNKETEMPEL**

Die Anlaufstelle in Düsseldorf: Beim Getränketempel in Eller, Gerresheim und Oberbilk finden Sie eine Auswahl von über 180 Likören! Rund 50 davon sind Kräuterliköre. Von diesen sind besonders angesagt die Drinks von Krumme sowie der Magenlikör Nordsturm der Münsterländer Brennerei Northoff. Zudem zählen der Salmiakki (ein Lakritzlikör nach finnischer Art) und der Radschläger (ein Kräuter-Altbiere-Likör) zu den beliebtesten Tröpfchen im Sortiment des Getränketempels.

Klein-Eller 27 (Eller), 0211-9216627,  
Im Brühl 1-5 (Gerresheim), 0211-293480,  
Oberbilk Allee (Bilk), 0211-334871,  
[getraenke-tempel.de](http://getraenke-tempel.de)

**Stemprock's Löwenblut**

43 Kräuter und Aromen von der Brombeere wecken garantiert in jedem die rheinische Frohnatur. Wer einmal Blut geleckt hat, will meist noch mehr – kein Wunder bei diesem geschmackvollen Kräuterlikör nach Düsseldorfer Familienrezept. Die bekömmliche Spirituose hat 35 Volumenprozent Alkohol und kommt in einer herkömmlichen, aber sehr hübsch gestalteten 0,7-Liter-Flasche daher. Der Drink eignet sich auch für Cocktails und ist für 19,99 Euro bei Karstadt/Kaufhof am Wehrhahn oder in guten Getränkemärkten erhältlich. Wer gerne teilt, kann Stemprock's Löwenblut ([stemprocks-loewenblut.de](http://stemprocks-loewenblut.de)) auch in Packs mit 16 0,02-Liter-Fläschchen erwerben.



Die riesige Ente ist verputzt, lecker war sie. Doch nun sitzt man da. Mit einem vollen Bauch und kaum in der Lage, noch ein Dessert einzunehmen. Aufmerksame Gastgeber denken da schnell an den Kräuterlikör. Die Verdauung soll er ankurbeln. Aber kann er das? Nun, schmecken tut er – keine Frage!

**LIKÖRE MÜSSEN SÜSS SEIN! ODER?**

Wer sich einen Likör einschenken lässt, bekommt eine Spirituose mit einem relativ hohen Zuckergehalt. Mindestens 100 Gramm pro Liter müssen in einem Branntwein enthalten sein, damit er als Likör durchgeht. Darüber hinaus hat dieser Drink einen Alkoholgehalt von bis zu 40 Prozent. Berühmte Vertreter der kräftig-süßen Art sind beispielsweise der italienische Campari, Sambuca oder der beliebte Kleine Feigling. Noch einen Schritt weiter gehen Cremes, die mit 250 Gramm Zucker

pro Liter besonders süß sind. Wer hingegen den bei uns so beliebten Killepitsch kredenzt bekommt, hat einen sogenannten Kräuterlikör im Glas. Die Kräutertröpfchen unterscheiden sich von „einfachen“ Likören dadurch, dass sie eben nicht sonderlich süß, sondern – wie ihr Name verrät – eher herb schmecken. Um diesen Geschmack zu erreichen, werden sie mit unterschiedlichen Kräutern gewürzt. Während beim Killepitsch der liebliche Geschmack noch überwiegt, schmecken Kümmerling, Wurzelpeter oder Jägermeister eher herb.

**WENN'S RICHTIG HERB SEIN SOLL**

Noch anspruchsvoller in Sachen Geschmack sind indes Bitter bzw. Magenbitter. Diese Digestifs sollen durch ihre herben Inhaltsstoffe die Magensäfte ankurbeln – allerdings bremsen der Alkohol die Wirkung des Magenmuskels eher aus. Dennoch wird den sehr bitteren Drinks

ein positiver Effekt auf die Verdauung nachgesagt. Ein Espresso hat, was die Bitterstoffe betrifft, zwar im Grunde dieselbe Wirkung. Allerdings ist ein ordentlicher Schluck Underberg, Fernet-Branca oder Boonekamp besonders nach einem fettigen Essen ein kulturelles und genussliches Highlight, das eine gesellige Mahlzeit ideal abrundet. Aber auch in Cocktails sind Bitter gern gesehene Zutaten. Diese sogenannten Starkbitter sind aber so herb, dass sie in der Tat nur zur Aromatisierung von anderen Getränken oder Soßen verwendet werden können. Daher war beispielsweise der Angosturabitter trotz seiner fast 45 Prozent Alkoholgehalt während der amerikanischen Prohibition nicht verboten. Er war schlicht zu bitter, um ihn sich pur zur Brust zu nehmen. Sind Sie nun auf den Geschmack gekommen? Dann lesen Sie auf diesen Seiten, wie Sie selbst Ihren eigenen Kräuterlikör ansetzen. *Markus Fasse*

## TIPP

Ein Likör muss einen Mindestgehalt von 100 Gramm Invertzucker pro Liter aufweisen. Dabei handelt es sich um ein gleichwertiges Gemisch aus Traubenzucker und Fruchtzucker.



### Düsseldorfer Stollen mit Killepitsch

Die Traditionsbäckerei Hinkel ([baeckerei-hinkel.de](http://baeckerei-hinkel.de)) produziert schon jetzt ihren berühmten Killepitschstollen. Das Gebäck für das große Fest wird schon lange vor Weihnachten gebacken, damit die vielfältigen Gewürze möglichst viel Zeit haben, den Teig zu durchdringen. Die besondere Zutat, der Killepitsch, verleiht dem saftigen Stollen seine markante, kräuterhaltige Note. Ab der Adventszeit ist der leckere Düsseldorfer Stollen mit Killepitsch bei Hinkel erhältlich.



## Hausgemachter Kräuterlikör

*Underberg, Kümmerring – einkaufen kann ja jeder. Aber ähnlich wie bei selbst angesetztem Kräuteröl ist es beim Likör: Es schmeckt einfach besser! So machen Sie sich Ihren ganz eigenen würzigen Schabau:*

### Zutaten für eine Flasche

je 3 Zweige Rosmarin, Thymian, Oregano

4 Blätter Salbei

1 Zweig Majoran

10 Blätter Minze

200 g Kandiszucker

1 l Wodka

**Schwierigkeit:** einfach

**Vorbereiten:** 15 Minuten

- 1 Zunächst benötigen Sie eine bauchige Flasche, z. B. eine alte Weinbrand- oder Whisky-Flasche. Waschen Sie die **Kräuter** und trocknen Sie sie gut ab. Zupfen Sie die Blätter von den Stängeln und geben Sie sie in die Flasche.
- 2 Gießen Sie die Mischung mit dem **Wodka** auf und mischen Sie den **Kandiszucker** hinein. Verschließen Sie das Gefäß fest und stellen Sie es an einen dunklen und trockenen Ort. Hier muss ihr hausgemachter Kräuterlikör für mindestens sechs Wochen reifen.
- 3 Schwenken Sie die Flasche in unregelmäßigen Abständen, damit sich der Kandiszucker auch vollständig auflöst. Nach sechs Wochen kann die Flasche durch einen Kaffeefilter abgeschüttet und dadurch gefiltert werden. Füllen Sie den Kräuterlikör in eine saubere Flasche und genießen Sie ihn nach einem üppigen Mahl.



**REZEPT AUCH ONLINE**  
[appetizer-magazin.de/46604](http://appetizer-magazin.de/46604)

# BBQ-Sauce mit Kräuter-Pepp



Eine Sauce mit Kräuterlikör? Klar! Beim Grillen oder auch beim Braten in der Küche kann eine kräftige Barbecue-Sauce den feinen Unterschied machen.



REZEPT AUCH ONLINE  
appetizer-magazin.de/84805

- 1 Zunächst die **Zwiebel** schälen und in feine Würfel schneiden und zusammen mit dem **Speck** in eine Pfanne mit etwas **Öl** geben. Alles kräftig anbraten.
- 2 Den **Kräuterlikör** und den **Honig** dazugeben und zusammen etwas köcheln lassen.
- 3 Die **Chilischote** fein hacken und dabei am besten Einweghandschuhe tragen. Zusammen mit der **Tomatensoße**, dem **Zucker** sowie dem **Salz** in die Pfanne geben und abschmecken.
- 4 Alles noch einmal kurz köcheln lassen und vom Feuer nehmen. Etwas abkühlen lassen und durch ein grobes Sieb geben.

## Zutaten für eine Schale

1	Zwiebel
50 g	Schinkenspeck
20 g	Olivenöl
50 g	feiner Honig
125 ml	eines Bitters Ihrer Wahl (z. B. Butzelmann oder Els)
250 g	Tomatensoße
2 TL	Zucker
1	Chilischote
½ TL	Salz
1 TL	Paprikapulver

**Schwierigkeit:** einfach  
**Vorbereiten:** 10 Minuten  
**Garen:** 15 Minuten



„There can't be good living where there is not good drinking.“

Benjamin Franklin

Dieser Überzeugung fühlen wir uns bis heute verpflichtet. Und führen daher in unseren drei Getränke-Fachmärkten in Düsseldorf über 2300 ausgesuchte, Spirituosen, Craft-Biere, Bier-Spezialitäten, Weine und mehr. Unter anderem unseren eigenen Gin - GINA. Der erste und einzige Ingwer-Orange-Gin der Welt.

**GETRÄNKE  
TEMPEL**  
Ihre Getränke-Fachmärkte

Im Brühl 1-5  
40625 Düsseldorf

Oberbilkler Allee 59  
40223 Düsseldorf

Klein-Eller 27  
40229 Düsseldorf



**o'reilly's** irish pub  
SPORTS BAR - RESTAURANT - LIVE VENUE



Now Taking  
**Christmas  
Bookings...**

SMALL & LARGE PARTIES - À LA CARTE OR BUFFET

**BOOK NOW AT OREILLYS.COM**

MUTTER-EY-STRASSE 1, 40213 DÜSSELDORF  
TEL. 0211 863 9085

Ein japanischer Geheimitipp: Appetizer verrät, was am Matcha-Trend dran ist, denn auch hierzulande trinken immer mehr Teeliebhaber das Heißgetränk für einen guten Start in den Tag.

*Mach mal  
Matcha!*

Er ist strahlend grün und duftet nach mildem Gras: Der Matcha ist ein Grüntee mit hohem Koffeingehalt und wird daher gerne als Kaffee-Ersatz getrunken. Weil er als Pulver zubereitet wird, sticht er unter den losen Tees sofort hervor. Doch nicht nur optisch ist das grüne Pulver eine Augenweide, auch geschmacklich bringt er uns die asiatische Teewelt nach Hause.

## URSPRUNG DES TEES

Wir erkennen Tee allgemein daran, dass er aus getrockneten kleinen Blättchen besteht, die mal dunkelbraun und mal zartweiß sind. Sie sehen so unterschiedlich in ihrer Form und Farbe aus, stammen aber alle von derselben Teepflanze namens *Camellia sinensis*. Um die verschiedenen Teesorten herzustellen, werden nur die kleinen und zarten Blätter getrocknet, geröstet oder gedämpft, also mit Wasserdampf verarbeitet. Solche Verarbeitungsprozesse bekommt der Grüntee nicht. Dieser wird nämlich nie getrocknet und weiterverarbeitet, sondern direkt nach der Ernte gedämpft. So bleiben all seine guten Inhaltsstoffe erhalten und sind wie in einer Luftfolie im Inneren eingeschweißt, damit wir alle Nährstoffe in einer dampfenden Tasse aufnehmen können. »



## TeeGschwendner

Lust auf Matcha bekommen? Dann schauen Sie mal bei TeeGschwendner vorbei. 300 Teesorten warten auf Sie und dank kompetenter Beratung verliert auch keiner den Überblick. Ob würzig, mild oder fruchtig – hier findet jeder, was er sucht. Das Unternehmen hat deutschlandweit rund 125 Geschäfte und sogar einige Ableger in Brasilien und den USA. Die Fachgeschäfte in Düsseldorf befinden sich in der Altstadt und in Pempelfort.

Grabenstr. 1 A (Altstadt), 0211-749581710  
Nordstr. 56 (Pempelfort), 0211-97533766, [teegschwendner.de](http://teegschwendner.de)



## AUF EINEN TEE IN JAPAN

Keinen Durchblick im Begriffe-Dschungel? Wir erklären eine Handvoll der wichtigsten, japanischen Tee-Wörter.

### **Sencha** – frischer Tee

Kaum ein Land glänzt so mit frischen Zutaten wie Japan. Klar, dass Sencha in fast jedem Haushalt zu finden ist. Der Grüntee hat längliche Blätter und schmeckt je nach Qualität herb bis lieblich.

### **Matcha** – gemahlener Tee

Mit diesem verbreiteten Begriff wird im Grunde nur gemahlener Grüntee bezeichnet. Dieser wird für die berühmte Teezeremonie verwendet und hat einen intensiven Geschmack. Darüber hinaus wirkt er besonders belebend.

### **Bancha** – gewöhnlicher Tee

Hierbei handelt es sich um beliebten Alltagstee, der qualitativ unter dem Sencha steht. Er besteht aus den neuen Blättern, die nach der Ernte des Senchas wachsen. Reich an Gerbstoffen, aber arm an Koffein.



### TIPP

Matcha verliert schnell an Farbe und Geschmack, wenn er mit Luft und Sonnenlicht in Kontakt kommt. Bewahren Sie ihn daher in einer Dose auf und lagern Sie diese im Kühlschrank. Das verlängert seine Haltbarkeit.

# MATCHA

## GRÜNTEE-WUNDER

Wir schenken heute einem ganz besonderen Grüntee Aufmerksamkeit: dem Matcha. Das ist Japanisch und heißt „gemahlener Tee“. Seinen Ursprung fand er bei den buddhistischen Mönchen. Diese meditierten oft stunden-, manchmal sogar tagelang. Um wach zu bleiben, tranken sie vor jeder Meditation Matcha. Der enthält nämlich im Vergleich zu normalem Grüntee das Zehnfache an Koffein und kommt damit einer Tasse Espresso gleich. Doch Matcha trinkt man nicht nur im Rahmen von Meditationen. In der japanischen Tee-Zeremonie wird er unter feierlichem Ritual zubereitet und in gemütlicher Runde genossen. Der Brauch der Tee-Zeremonie ist in Japan die Kunst, Tee ästhetisch zuzubereiten. Hergestellt wird Matcha aus Tencha. Die Teeblätter werden ca. drei bis sechs Wochen beschattet, um die Produktion von Chlorophyll anzuregen. Das verleiht ihm sein wunderschönes Jadegrün. Es gilt: je länger die Beschattung, desto hochwertiger der Tee. Nach der Ernte werden die Blätter verarbeitet und zu Pulver gemahlen. Der Mahlprozess geht besonders langsam vonstatten und dauert bis zu einer Stunde. Dies hat auch seinen Grund, denn eine zu schnelle Bewegung erzeugt Wärme, was die Nährstoffe gefährden kann.

## NAMENSFALLE

Obleich der Tee einzigartig ist, gibt es beim Kauf Schwierigkeiten wegen des weit verbreiteten Namens. Da die Bezeichnung „Matcha“ nicht geschützt ist, kann sich jeder pulverisierte Grüntee so nennen. Diese haben dann aber nichts mehr mit dem ursprünglichen Matcha gemein. Traditioneller Matcha kommt aus Kyūshū, einer Region in Japan. Wenn Sie also hochwertigen und traditionellen Matcha kaufen möchten, sollten Sie das lieber in einem Teefachgeschäft tun. Hier haben Sie die Möglichkeit, den Tee zu beschnuppern und vielleicht auch eine kleine Kostprobe zu trinken.

Stefanie Scholten



Photo © Patricia Lukes

### Zutaten für 1 Tasse

4 EL	heißes Wasser
1 TL	Matcha-Pulver
Zucker	oder ein anderes Süßungsmittel nach Wahl (optional)
125 ml	Milch nach Wahl

**Schwierigkeit:** einfach  
**Vorbereiten:** 2 Minuten



REZEPT AUCH ONLINE  
[appetizer-magazin.de/33245](http://appetizer-magazin.de/33245)



Dieses Rezept stammt aus: **Matcha – Das Kochbuch** von Gretha Scholtz (teNeues, 24,90 Euro, [www.teneues.com](http://www.teneues.com))

## Matchaccino

Wenn Sie Koffein am Morgen brauchen, aber keinen Kaffee trinken wollen, probieren Sie einmal diese Teevariante des Cappuccinos aus.

- 1** **Wasser** aufkochen und etwas in eine Tasse gießen, um diese vorzuwärmen.
- 2** 4 EL heißes Wasser in eine Schüssel geben und diese auf ca. 80 Grad abkühlen lassen.
- 3** Das heiße Wasser aus der Tasse gießen und abtrocknen.
- 4** **Matcha** in eine Schüssel sieben, 2 EL vom heißen Wasser dazugeben und rühren, sodass keine Klümpchen mehr zurückbleiben. Die restlichen 2 EL Wasser und eventuell **Zucker** einrühren. In die vorgewärmte Tasse gießen.
- 5** **Milch** in einem Topf auf mittlerer Stufe erhitzen und aufschäumen.
- 6** Schaumige Milch langsam in die Tasse gießen.

## 4 SEASONS

Gelegen in Kaiserswerth ist das 4 Seasons seit fast zwei Jahrzehnten ein tonangebendes Restaurant in Düsseldorf für japanische Delikatessen. Das erfahrene Küchenteam hat dabei den Anspruch, jedes Gericht mit viel Sorgfalt und Zeit zuzubereiten und den Geschmack jeder Zutat hervorzuheben. Das gilt auch für den Grüntee. Dieser ist im 4 Seasons eine Hausmischung aus den drei ausgewählten Komponenten Matcha (also gemahlener, beschatteter Tee), Sencha (sonnengereifter Tee) und Konacha (feiner, herausgesiebter Sencha). Zudem bietet das japanische Restaurant als eines der wenigen in Düsseldorf ein eigenes Matcha-Eis an. Dieses entsteht in einer Zusammenarbeit mit der Giuseppe's Dolceria & Vineria in Oberkassel. Hierbei handelt es sich um ein qualitativ hochwertiges und mit natürlichen Aromen hergestelltes Sahneeis mit einer kräftig-herben Matchanote.

Kaiserswerther Markt 37 (Kaiserswerth),  
0211-404061, [4seasonskaiserswerth.de](http://4seasonskaiserswerth.de)



## DER TEE-FACHMANN MACHT'S VOR



Für die traditionelle Zubereitung brauchen Sie eine Matcha-Schale (Chawan), einen Bambusbesen (Chasen) und einen Bambusspatel (Chashaku). Alternativ können Sie natürlich auch zur handelsüblichen Tasse greifen und einen Löffel nehmen. Wenn es schaumig werden soll, empfehlen wir Ihnen einen Milchaufschäumer, Stabmixer oder kleinen Schneebesen.



Anschließend nehmen Sie etwa 2 Gramm Matcha (beim Löffel ist das etwa eine Spitze des Stiels) und 100 Milliliter warmes Wasser (80 Grad). Gießen Sie den Tee mit dem Wasser auf – lassen Sie aber etwas Platz in der Schale und füllen Sie sie nicht bis zum Rand auf.



Nun schlagen Sie sie den Tee mit dem Besen mit W-förmigen Bewegungen schnell schaumig. Auf diese Weise verrührt sich das Teepulver optimal mit dem heißen Wasser. Beim Rühren werden Sie schon das mild-grasige Aroma des Matchatees riechen. Wohl bekomm's!

Im Grunde gibt es zwei Varianten, Matchatee zuzubereiten: Die **Koicha-Variante** ist die traditionelle Zubereitung mit extrem viel Koffein. Für knapp 30 Gramm Matcha verwendet man nur rund 50 Milliliter Wasser. Das wirkt sehr belebend! Für Einsteiger bekömmlicher ist die **Usucha-Variante** mit ungefähr 2 Gramm Matcha. Auch in dieser Form ist der Tee sehr anregend.



## TEEGENUSS IN DÜSSELDORF

Über 350 Premium-Tees, exzellente Beratung, Zubehör und auch Matcha, das „Grüne Gold aus Japan“ erleben Sie bei:

TeeGschwendner  
Grabenstr. 1a, 40213 Düsseldorf

TeeGschwendner  
Nordstr. 56, 40477 Düsseldorf

### Gutschein\*

Tauschen Sie diesen Gutschein gegen einen leckeren MangoMatcha!

\*Nur einlösbar bei TeeGschwendner in Düsseldorf (Grabenstraße 1a und Nordstr. 56) bis zum 30.11.2017

**Tee Gschwendner**

Grabenstr. 1a, 40213 Düsseldorf  
Nordstr. 56, 40477 Düsseldorf

**Appetizer  
4/17**  
erscheint Anfang Dezember.  
Kostenlos in Düsseldorfs  
Gastroszene und Lebens-  
mittelläden.



## Stichwort Gesundheit

Matcha ist ein wahrer Segen für unser Wohlbefinden. Er enthält wichtige Aminosäuren wie L-Theanin, Vitamin A, B, C und E, Kalzium, Eisen, Kalium, Zink, Beta-karotin und viele weitere Mineralien. Die enthaltenen Antioxidantien sollen Krebs und Alzheimer vorbeugen, aber auch als Detox beim Abnehmen helfen. Matcha zeichnet sich auch durch einen hohen Koffeingehalt aus. Zwar wird es nur langsam im Darm aufgenommen, aber Menschen, die empfindlich auf Koffein reagieren, sollten den Tee lieber nicht trinken – oder nur sehr verdünnt genießen.



Fotos: avemario, oluoluz / iStock.com

**Textquartier  
DÜSSELDORF** sucht für

# Appetizer

**eine/n Mediaberater/in (Freelancer)**

für den Printanzeigen-Verkauf  
im Raum Düsseldorf (auf Provisionsbasis).

**Interessiert? Dann kontaktieren Sie uns:**

**0211-97174044**  
**vonderforst@textquartier.net**

### IMPRESSUM

*Appetizer*

DAS GENUSS-MAGAZIN FÜR DÜSSELDORF

Erscheinungsweise: dreimonatlich

  
**Textquartier**  
DÜSSELDORF

**Verlag, Herausgeber und Redaktion:**  
Textquartier Düsseldorf GmbH  
Wiesenstr. W21  
40549 Düsseldorf  
Tel.: 0211 97 17 40 44  
Fax: 0211 97 17 40 56  
Mail: redaktion@appetizer-magazin.de

**Geschäftsführung und Chefredaktion:**  
Markus Fasse, Marius von der Forst

**Autoren:** Johanna Peters, Stefanie Scholten

**Schlusskorrektur:** Martina Stein,  
Martin Wingenroth

**Grafische Konzeption:**  
Doris Busch Grafikdesign

**Layout:** Doris Busch, Silvia Kretschmer

**Fotograf:** Robin Nickel

**Anzeigenverkauf/Kooperationen:**  
Marius von der Forst  
Tel.: 0211 97 17 40 49  
Mail: vonderforst@textquartier.net  
www.appetizer-magazin.de/werben

**Vertrieb:**  
Tel.: 0211 97 17 40 44  
www.appetizer-magazin.de/auslegen

**Coverfotos:** OksanaKiian; vadimguzhva;  
grafvision; Rostislav\_Sedlacek/  
iStock.com

#### Bildnachweise:

Einige Bilder in diesem Produkt wurden mit Creative Commons lizenziert und entsprechend gekennzeichnet (mit CC in den Credits). Zur genauen Bedeutung des jeweiligen CC-Lizenzcodes siehe [www.creativecommons.org/licenses](http://www.creativecommons.org/licenses).

Für unverlangte eingesandte Manuskripte, Datenträger, Bilder und Materialien übernehmen der Verlag und die Redaktion keine Gewähr. Eine Haftung der Richtigkeit der Veröffentlichung kann trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion nicht übernommen werden. Jeglicher Haftungsanspruch muss daher grundsätzlich abgelehnt werden. Vervielfältigungen und Nachdrucke – auch auszugsweise – dürfen nicht ohne Genehmigung des Verlags erfolgen.

Es gelten die Mediadaten Nr. 2 vom 12. April 2017  
([www.appetizer-magazin.de/mediadaten](http://www.appetizer-magazin.de/mediadaten)).

#### Druck:

WIRMachenDRUCK GmbH, Mühlbachstraße 7, 71522 Backnang

printed by:  
**WIRMachenDruck.de**  
Sie sparen, wir drucken!

ISSN 2512-1340 (Online)

# DIE NEUE CHEFSACHE

Avantgarde Cuisine Festival

NEUE LOCATION: ALTE SCHMIEDEHALLEN, DÜSSELDORF

## REVOLUTION DES BEWÄHRTEN



MEHR ALS 50 TOP-REFERENTEN AUF DREI BÜHNEN

Wir sind Partner: *Appetizer*  
DAS GENUSS-MAGAZIN FÜR DÜSSELDORF



ON STAGE: THOMAS DORFER · HEINZ REITBAUER · VLADIMIR MUHKIN · PAUL PAIRET · ESBEN HOLMBOE BANG · DUANGPORN SONGVISAVA (BO) & DYLAN JONES (LAN) · SEBASTIAN FRANK · MICHA SCHÄFER & BILLY WAGNER · ANDREAS RIEGER & IVO EBERT · SPENCER CHRISTENSON, DYLAN WATSON-BRAWN & CHRISTOPH GEYLER · THOMAS BÜHNER · SVEN ELVERFELD · JOACHIM WISSLER · JÜRGEN DOLLASE · RALF BOS · THOMAS RUHL u.v.m.

EXKLUSIVE MASTERCLASSES MIT TOP-CHEFS · SCHOOL OF WINE – WEIN, DRINKS & FOODPAIRINGS · BOREALE KÜCHE · KAFFEEKULTUR IN DER SPITZENGASTRONOMIE · KOCH.CAMPUS – DIE NEUE ÖSTERREICHISCHE KÜCHE

# SAVE THE DATE: 17. & 18.09.2017



[www.chef-sache.eu](http://www.chef-sache.eu)

★★★ Partner:



★★ Partner:



★ Partner:



Partner:



CHEF-SACHE Masterclass Partner:



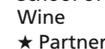
School of Wine ★★★ Partner:



School of Wine ★★ Partner:



School of Wine ★ Partner:



Partnerhotels:



Medienpartner:





JETZT IM ANGEBOT!

# APPETIZER

Magazin samt Redaktion,  
Grafikabteilung und Druck.  
Heute für nur...

Nein, diese Zeitschrift kann man nicht kaufen.  
Aber wir erstellen Ihnen gerne eine eigene:  
Egal, ob Kundenzeitschrift, Mitarbeitermagazin oder  
Imagebroschüre – wir kennen uns mit der Produktion  
von Printmedien bestens aus. Sprechen Sie uns an.

Tel. 0211 97 17 40 44  
[www.textquartier.net](http://www.textquartier.net)



**Textquartier**  
DÜSSELDORF