



Neue Ideen rund
ums *WILD*



„WIR SOLLTEN RESPEKTVOLL
UND SORGFÄLTIG
MIT DEM WILD UMGEHEN.“

WERNER STECKMANN
WERNERKOCHTWILD.DE

... das sagen

die food LOVERS

*Edles Wild hat im Herbst Hochsaison –
deswegen präsentieren vier innovative Food-
bloggerInnen ihre besten und
kreativsten Rezeptideen im Herbst.*

Wenn im Herbst die Wildsaison startet, geht's wieder munter ans Braten, Schmoren und Grillen. Doch delikates Wild bleibt auf dem Teller nur ungern allein, deshalb stellt sich die wichtige Frage: Was ist die passende delikate Begleitung zur natürlichsten und nachhaltigsten aller Fleischsorten? Einerseits natürlich ein guter Rotwein, andererseits aber vor allem eine Vielzahl an Beilagenideen, die von ganz simpel – etwa kernig al dente zubereitete Pasta – bis zu bodenständig raffiniert reichen können, wie z. B. knusprige Quarknockerl aus der Pfanne, deftige überbackene Süßkartoffeln mit Blauschimmel-Speck-Topping oder fruchtig verfeinertes Rotkraut bzw. Rotkohl mit Cranberrys, Äpfeln und Rotwein. Vier kreative FoodbloggerInnen laden zum Nachkochen ein – lassen Sie sich herbstlich inspirieren!



Werner kocht Wild

WERNER STECKMANN
WERNERKOCHTWILD.DE

Jäger kochen anders, so lautet das Motto von Werner Steckmann, dessen Blog sich ganz dem Thema Wild und der kulinarischen Welt des Waldes verschrieben hat. Als erfahrener Jäger weiß er, wovon er spricht. Und als leidenschaftlicher Liebhaber der Natur plädiert er für einen bewussten Fleischgenuss, der den Produkten der Natur mit großer Verantwortung begegnet – was man mit eigenen Händen erlegt hat, will schließlich mit Respekt behandelt und mit großer Sorgfalt und Liebe zubereitet werden.

Das Handwerk des Kochs, Autors und Bloggers übt Steckmann deshalb mit derselben Passion aus wie das des Waidmanns. Daher präsentiert sein Blog keineswegs nur Rezeptideen, sondern ein ganzes Universum an kulinarischem Fachwissen rund ums Wild: von spezifischen Eigenschaften der verschiedenen Wildsorten bis zur Zubereitung eines ganzen Rehs am offenen Feuer, von der Wahl des richtigen Schneidbretts bis zu Tipps zur Fleischreife, den verschiedenen Kochtechniken und der nachhaltigen „Nose-to-Tail“-Philosophie, bei der kein Teil des Wilds unverarbeitet bleibt – natürlich auch nicht die Abschnitte und Gulaschstücke für seine Wildschwein-Tagliatelle nach Jägerart mit dem Rezept auf www.wernerkochtwild.de

Wildschwein-Tagliatelle nach Jägerart



METRO



Geschmolzene Tomaten und knusprige Quarkknockerl aus der Pfanne



Mei liabste Speis

EVA KAMPER-GRACHEGG
MEILIBSTESPEIS.AT

Eva Kamper-Grachegg vereint auf ihrem mit viel Liebe und Hingabe gestalteten Foodblog „Mei liabste Speis“ kulinarische Kindheitserinnerungen aus der Küche ihrer steirischen Familie mit spannenden neuen Ideen und dem persönlichen Anliegen, mehr Bewusstsein für authentischen Genuss und seine Ursprünge zu schaffen. Wie man das professionell macht, weiß die Marketing-Fachfrau aus Erfahrung, deshalb steckt hinter ihren Rezepten nicht nur stets eine hübsche Story, sondern auch eine gute Idee: „Die Quarkknockerl zum Wild sind extrem praktisch zuzubereiten – den Teig kann man rasch zwischendurch machen, während das Wild schmort, und kurz vor dem Servieren sind sie in der Pfanne ganz schnell fertig gebraten.“

Geschmolzene Tomaten und knusprige Quarkknockerl aus der Pfanne:

250 g Quark (10 %) oder Ziegenfrischkäse,
70 g Parmesan (gerieben), 1 Ei, 200 g Mehl, Salz,
Pfeffer nach Geschmack

Für die Quarkknockerl den Parmesan reiben, den Quark und das Ei zugeben und verrühren. Salzen und pfeffern nach Geschmack – eher vorsichtig, der Parmesan gibt viel Würze. Wer mag, gibt hier auch frischen Thymian dazu. Das Mehl nach und nach zugeben, bis ein glatter Teig entsteht.

Zwei lange Stränge rollen und mit dem Messer kleine, ca. 1–2 cm dicke Stücke abschneiden.

Eine Pfanne heiß werden lassen, Butterschmalz oder Öl zugeben. Die Quarkknockerl auf mittlerer Hitze goldbraun braten. Eventuell erneut mit frischem Thymian aromatisieren.

Fotos: Annelie Chapalain, beigevellt



Geschaffen für die Hände von Profis Debic Kochsahne Culinaire Original 20%

Kochen mit Sahne? Decib Kochsahne!

- Besonders cremig in Geschmack und Textur
- Perfektes Koch- und Bindeverhalten: kein Gerinnen, kein Absetzen von Fett
- Außerordentlich ergiebig: noch geringerer Wasserverlust
- Problemlose Zugabe von Alkohol und Säure
- Gefrier- und taustabil

Entdecken Sie den Unterschied – und überzeugen Sie sich selbst!

Debic. Immer etwas Besonderes.

Jetzt auch in der 1-l-Flasche



* Getestet in Weißweinsauce im Beisein eines Notars. Verbesserte Rezeptur im Vergleich mit der vorherigen Rezeptur von Decib Culinaire Original 20%.



kreavida

KATJA FRONTZEK
KREAVIDA.DE



Katja Frontzek liebt beim Thema Wild die Harmonie von deftig würzigen mit fruchtig süßen Aromen. Deshalb wandern in die Sauce ihres delikaten, gemächlich langsam geköchelten Wildgulaschs vom Hirsch neben Wein, Waldpilzen, Wacholderbeeren, Lorbeer und Piment auch eine Handvoll getrockneter Cranberrys, ein roter Apfel sowie ein Stück dunkler Schokolade. Und weil es gar so gut zusammenpasst, spielen auch beim begleitenden Rotkohl nach Harzer Art Äpfel, Cranberrys und ein fruchtiger Rotwein eine wichtige Rolle!



Wildgulasch vom Hirsch

Für 4 Personen:

Hirschfleisch, 1 rote Zwiebel, 1 Glas Wildfond, 1 roter Apfel, 100 g getrocknete Cranberrys, 200 ml Rotwein, 1 Handvoll Waldpilze, 4 normale Stücke dunkle Kochschokolade, etwas frischer Chili, 1 TL Wacholderbeeren, 1 TL Pimentkörner, 3-4 Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer, Paprika und Rosmarin zum Abschmecken

Die getrockneten Cranberrys im Rotwein einweichen. In der Zwischenzeit die rote Zwiebel schälen und vierteln, den Apfel halbieren und eine Hälfte in kleine Stücke schneiden. Die Schokolade raspeln und in eine Schale geben. Das Fleisch in Stücke schneiden.

Öl in einen heißen Topf geben und das Fleisch darin scharf anbraten. Die Zwiebeln und den Apfel dazugeben und anbraten. Das Ganze mit einem großzügigen Schluck Rotwein ablöschen und köcheln lassen. Sobald der Wein sich etwas reduziert hat, den Wildfond dazu geben und weiter auf Stufe 4-5 köcheln lassen.

Die geraspelte Schokolade, Waldpilze, Wacholderbeeren, Cranberrys (mit Wein), Lorbeer und Piment dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Chili abschmecken.

METRO



**Überbackene
Ofen-Süßkartoffeln mit
Blauschimmelkäse**



**Because you
are hungry**

TONI & BENE
BECAUSEYOUAREHUNGRY.AT

Toni & Bene alias Antonia Kögl und Benedikt Steinle hat es vor elf Jahren nach dem Studium von Augsburg nach Wien verschlagen. 2013 starteten die beiden leidenschaftlichen Hobbyköche mit der Gründung des Blogs „Because you are hungry“ zunächst eine kleine Gourmet-Initiative unter Freunden, aus der dann immer mehr eine Profession wurde, die gleich im ersten Jahr als einer der besten Blogs Österreichs beim AMA Food Blog Award den ersten Platz in der Kategorie „Newcomer“ abräumte. Mittlerweile betreiben die beiden auch mit „Yay Creative“ eine kleine Kreativagentur, haben dreieinhalb feine Kochbücher geschrieben – und verraten gourMETRO ihre Lieblingsbeilage zum Wild.

„Überbackene Süßkartoffeln sind für uns mit ihrem besonderen Aroma eine ideale Ergänzung zu Wild“, sagt Toni, „und sie sind auch ganz unkompliziert zuzubereiten. Denn die intakte Schale funktioniert im Backrohr wie ein kleiner Dampfgarer, und die Süßkartoffeln bereiten sich darin quasi von selbst zu. Der Blauschimmelkäse und der Speck, mit dem sie dann nochmals kurz überbacken werden, geben ihnen das gewisse Extra. Feigen sind als Topping eine gute Idee, auch Maroni passen gut dazu. Dann noch mit ein paar Rucolablättern garnieren – und voilà! Köstliche Dinge müssen ja nicht unbedingt kompliziert sein.“

Fotos: Katja Frontzek, Bene Steinle/www.yaycreative.at

'Save food' mit Vakuumierern von CASO

Für einen verantwortungsvollen Umgang mit Lebensmitteln!



- + Vakuumierte Lebensmittel bleiben bis zu 8x länger frisch – ganz ohne Konservierungsstoffe
- + Wichtige Vitamine und Mineralien bleiben unter Vakuum erhalten
- + CASO Vakumbeutel und -rollen sind wiederverwendbar, spülmaschinengeeignet und dabei BPA- und schadstofffrei
- + Die kostenlose **CASO Food Manager App** hilft im Umgang mit Ihren Lebensmitteln:
 - Lebensmittel einkaufen und vakuumieren
 - Lebensmittel in der App erfassen
 - Erinnerungsfunktion einstellen und genießen
 - Nebenbei hat man den Vorrat auch immer unterwegs im Überblick und kauft nichts mehr doppelt ein



CASO
DESIGN



Weitere
Informationen:



Schnell und einfach
mit der Smart-
phone-Kamera
einscannen

www.myfoodmanager.de