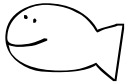




Rezepte



Risotto mit Kürbis

Dieses Rezept stammt aus einem Kochbuch für erotische Gerichte. Der Kürbis hat eine seit langem geschätzte aphrodisierende und heilende Wirkung und ist daher mit seinem delikaten Fruchtfleisch, den Kernen oder als wertvolles Kernöl ein Muss in der Liebesküche. Die Steiermark hat einen sehr fruchtbaren Boden für den Kürbis, der hier in vielen verschiedenen Sorten angebaut wird:



ZUTATEN:
für 2 Personen
als Vorspeise oder Beilage:

½ Knoblauchzehe
10 g Olivenöl
1 feingehackte Frühlingszwiebel
100 g Risottoreis
3 cl trockenen Weißwein
1 frischer Thymianzweig
¼ Hühnersuppe
60 g Kürbisfleisch
30 g kalte Butter
1 TL frischgeriebener Parmesan
1 EL Kürbiskerne
Salz
Pfeffer

ZUBEREITUNG:
Einen Topf mit der Knoblauchzehe ausreiben und das Öl darin erhitzen. Die Zwiebel zufügen und glasig dünsten. Den Reis darunter rühren und mit Wein löschen. Den Thymianzweig einlegen und mit etwas Suppe einkochen. Diesen Vorgang 3-4mal wiederholen. Dann die restliche Suppe und den kleinwürfelig geschnittenen Kürbis zugeben, angießen und fertig garen. Nach ca. 18 Min. ist der Reis gar. Die kalte Butter unterrühren und mit Parmesan, Salz und Pfeffer abschmecken. Kürbiskerne grob hacken, in Butter anrösten und unter den fertigen Risotto geben. Mit einigen Kernen garnieren.

Natürlich kann man den Wein auch weglassen und durch Suppe ersetzen. Guten Appetit!



Ein leckeres Rezept von unsere Mitarbeiterin Ingrid Huber, sollte zumindest einmal in jeder Küche gekocht werden. Es ist die Speise von der:



Winterlichen Fischsuppe



(die man auch im Sommer machen kann)

Geschälte und kleingeschnittene Kartoffeln, Karotten und Fenchel in einem Suppentopf zum Kochen bringen. Salz, ein Lorbeerblatt und einen halben Teelöffel Anissamen mitkochen lassen. Das Fleisch von einem Saiblings- oder Forellenfilet von der Haut lösen und in kleinen Stückchen in die kochende Suppe geben. Der Fisch ist sehr schnell gar. Je länger er mitkocht, desto mehr schmeckt auch die Brühe nach Fisch.

Die Suppe vor dem Servieren mit Zitronensaft abschmecken und frische, kleingehackte Petersilie drüberstreuen.

