

# Graz Österreich

Von Sylvia Sommer (Text und Fotos)

Die schicke österreichische Stadt mit spürbarer Nähe zu Slowenien und Ungarn nennt sich die erste Kulturhauptstadt Europas, die erste österreichische Genusshauptstadt, die erste Fairtrade-Landeshauptstadt Österreichs, die Stadt mit dem ersten Genusscafé Österreichs, UNESCO City of Design. Etwas viel Labels und Eigenlob denkt sich, wer zum ersten Mal die Stadt besucht, am Bahnhof die lokal erhältlichen Reiseführer durchblättert und dabei, noch etwas schlaftrunken nach unruhiger Nacht im Zug, von Auszeichnungen bombardiert wird. Man kann in Graz tatsächlich hervorragend essen (wahrscheinlich auch das Gegenteil), über das Niveau des Kaffees im Genusscafé lässt sich diskutieren und Design findet man wahrhaftig – sofern man an den richtigen Ecken sucht.



## Marktbummel in Graz

Und noch ein Attribut schreibt sich Graz auf die Fahne: Es sei die Stadt mit der höchsten Dichte an Bauermärkten und den meisten Markttagen ganz Österreichs. Der älteste und grösste der 16 Grazer Bauermärkte wird gegenüber der Oper auf dem Kaiser-Josef-Platz abgehalten. Am schönsten präsentiert er sich am Freitag oder Samstag, liess ich mich belehren, doch auch an einem profanen Dienstagmorgen gibts, was der Städterin Herz begehrt: Blumen, Gemüse, steirisches Kürbiskernöl, Blutwurst, «Verhackert, Würste und Kübelfleisch» (undefinierbar fürs Auge, aber sicher fein für den Gaumen), rote und schwarze Ribisel usw.. Nebst diesem kulinarischen Paradies auf Zeit bietet der Markt noch etwas: die Gelegenheit, in den wohlklingenden steirischen Dialekt einzutauchen. Montag bis Samstag, jeweils vormittags, Kaiser-Josef-Platz

## Gepflegter Service, mittelmässiger Kaffee

Was mir als Schweizerin weit mehr imponiert als sämtliche hochkarätigen Bezeichnungen der Stadt: Zum Kaffee wird unaufgefordert (Schweizer Wirte, schreibt euch hinter die Ohren!) ein Glas Wasser serviert. Auch im Operncafé, dem ersten Genusscafé Österreichs, wo seit 150 Jahren österreichische Kaffeekultur zelebriert wird und – schon wieder ein Grazer Glanzstück – die erste Mailänder Kaffeemaschine der Stadt in Betrieb genommen wurde. Was eine gemischte Klientel ins Haus lockt. Vom zeitungslisenden Rentner bis zur sich unablässig im Taschenspiegel betrachtenden blutjungen Coolen. Das kann, muss man nach dem ersten Schluck Kaffee feststellen, nicht an diesem liegen. Aber vielleicht am gepflegten Service und der ordentlich drapierten Fliege des Kellners. Operncafé, geöffnet Montag bis Sonntag, 7.30–24.00 Uhr, Opernring 22, [www.operncafe.at](http://www.operncafe.at)



## Ein Cüpli bei Frankowitsch

Wer in Graz etwas auf sich hält, lässt sich bei Frankowitsch blicken. In diesem sorgfältig assortierten Feinkostladen, wo vom steirischen Powidl bis zur italienischen Olivenpaste alles zu erstehen ist, was Europa an Kulnaria zu bieten hat. Wen ob all der Sinneseindrücke der Hunger packt, wählt nebenan an der Brötchenbar aus dem vielseitigen Angebot zwischen Hühner- und Sauerfisch seine Favoriten (in Österreich bezeichnet «Brötchen» eine Scheibe Weissbrot mit Belag), bestellt sich ein Cüpli und gesellt sich bei schönem Wetter an eines der Aussentischehen auf dem blauen Teppich oder lässt im Interieur den Charme der 30er-Jahre auf sich wirken.

Stampfergasse 2, [www.frankowitsch.at](http://www.frankowitsch.at)



## Kaiserlich-königliche Köstlichkeiten

Es mag die meistfotografierte Fassade der ganzen Stadt sein, diejenige der k. u. k. Hofbäckerei Edegger-Tax, der ältesten bestehenden Bäckerei in Graz und einer der ältesten Österreichs. Die Geschichte des Backhauses reicht bis weit ins 14. Jahrhundert zurück, der Betrieb wurde 1569 erstmals urkundlich erwähnt. Die Holzfassade ist ein schöner Anblick, fürwahr. Doch gibts auch im Inneren was fürs Auge und erst recht für den Gaumen: Sissibusserln, Kaiserzwieback, Panther- und Katzenzungen – da ist man froh, vom Verkaufspersonal auf nette, sehr nette Weise durch all die Köstlichkeiten geführt zu werden, damit man sich schliesslich fürs Passende entscheide. Hofbäckerei Edegger-Tax, Hofgasse 6, [www.hofbaeckerei.at](http://www.hofbaeckerei.at)





### Das Zentrum der Stadt

Der wichtigste und belebteste Platz der Stadt heisst in Graz sinnigerweise Hauptplatz und bietet rundum wie auch mittendrin alles gegen einen knurrenden Magen. Von Wokgerichten bis Würstl – manchmal auch kombiniert – und von frisch gepressten Frucht- und Gemüsesäften bis zum Eis am Stiel gibts hier alles und es riecht auch nach allem. Selbst wenn Sie nicht hungrig sind: Tauchen Sie ein in die belebte Seite der Stadt, setzen Sie sich auf die Stufen am Erzherrzog-Johann-Brunnen und beobachten Sie das Geschehen. Oder waschen Sie sich im Brunnen die zuckerwatteverschmierten Finger.

### Essen wie Gott in Graz

Lieben Sie die französische Küche? Dann reisen Sie nach Graz. Dort hat Anfang Juni 2012 ein kleines, französisches Restaurant die Tore geöffnet, von dessen Crew, ob Service oder Küche, man getrost behaupten kann, sie machten alles richtig. Der getestete Dreigänger (für traumhafte 29 Euro!), umrahmt von zwei unwerfenden Amuse Bouches und einem offenen «Abendbrot» mit gesalzener Butter, übertraf sämtliche Erwartungen und mindestens 95 Prozent dessen, was einem in Frankreich serviert wird. Kein Wunder ist das Lokal Abend für Abend ausgebucht. Eine Zufallsentdeckung, die unvergessen bleiben wird!

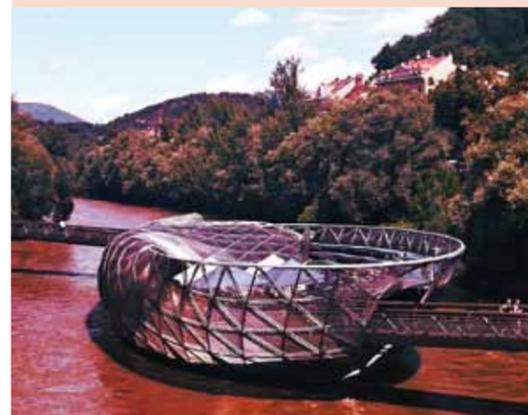
Brasserie Santner, Karmeliterplatz/Paulustorgasse 1, So & Mo geschlossen, 0043 316 82 05 00 (unbedingt reservieren!), [www.brasserie-santner.at](http://www.brasserie-santner.at)



### Architektonisches Gustostückerl

Das an eine geöffnete Muschel erinnernde, auffällige Bauwerk mitten im Fluss namens Mur wurde vom New Yorker Künstler Vito Acconci im Rahmen von «Graz 2003 Kulturhauptstadt Europas» geschaffen und befriedigt ästhetische wie auch ganz alltägliche Ansprüche: Im darin beherbergten Café lassen sich der kleine Hunger und der grosse Durst stillen, das gigantische Klettergerüst mit angeschlossener Rutschbahn garantiert, dass man als Eltern trotz Nähe zum Wasser in Ruhe seine Kaisermelange schlürfen kann.

Insel Café, Zugang vom Kaiser-Franz-Josef-Kai oder vom Lendkai, täglich geöffnet, [www.murinselgraz.at](http://www.murinselgraz.at)



### Urban rural

Die Bezeichnung «Stadtbauernhof» ist irreführend und lässt auf bäuerliche Romantik im urbanen Raum hoffen, was ganz und gar nicht der Fall ist – der Bauernhof befindet sich in einem Gebäude, in dessen Innern man eher die Steuerverwaltung vermuten würde. Nun gut, die Bezeichnung hat historische Gründe: Der steirische Prinz, Erzherzog Johann (1782–1859), gründete im Jahre 1819 die Landwirtschaftsgesellschaft (und bewahrte mit der österreichischen Version des «Plan Wahlen» Österreich vor einer Hungersnot), Vorgängerorganisation der heutigen Landwirtschaftskammer, welche im Gebäude an der Hamerlinggasse untergebracht ist. Steuern werden hier also keine verwaltet, dafür ist im Stadtbauernladen all das zu kaufen, was die Vieh- und Landwirtschaft so hergibt.

Stadtbauernhof, Hamerlinggasse 3, [www.stadtbauernladen.at](http://www.stadtbauernladen.at)



### Steirische Schmankerl

1) Krainer von Familie Ruhs & Scherr, 1.20 €, beides gekauft auf dem Markt am Kaiser-Josef-Platz, 2) Kaiserzwieback, 250 g, 9.10 €, aus der Hofbäckerei Edegger-Tax, Hofgasse 6, [www.hofbaeckerei.at](http://www.hofbaeckerei.at), 3) Schokomandeln, 3.20 €, aus der Belgischen Chocolaterie, Färbergasse 3, 4) Powidl, 212 g, 8.50 €, von Feinkost Frankowitsch, Stampfergasse 2, [www.frankowitsch.at](http://www.frankowitsch.at), 5) Kürbiskernöl der Familie Reinbacher aus Vasoldsberg, ¼ Liter, 5 €, 6) Steirisches Kürbiskernpesto, 100 g, 4.20 €, 7) Rote Traube mit Bio-Zweigelt, 146 g, 4.23 €, 8) süss-saure Hagebutten, 105 g, 3.80 €, 6)–8) vom Stadtbauernladen, Hamerlinggasse 3, [www.stadtbauernladen.at](http://www.stadtbauernladen.at)

### Schlafen an bester Lage

Das Traditionshaus vor den Toren der inneren Stadt bietet geräumige Zimmer zu erschwinglichen Preisen, hilfsbereites Personal und die Möglichkeit, sich den hauseigenen Mercedes auszuleihen. Wer gerne bei offenem Zimmer schläft, sollte allerdings nicht allzu lärmempfindlich sein – es fährt auf Graz' Strassen mehr als ein Mercedes.

Das Weitzer, Grieskai 12–16, [www.hotelweitzer.com](http://www.hotelweitzer.com)



### Steirisches beim Steirer

Eigentlich reist man nach Graz, um steirisch und nicht um französisch zu essen. Für dieses Vorhaben bietet sich «Der Steirer» geradezu an. Eine gut assortierte Vinothek und ein paar Delikatessen, kombiniert mit Restaurant, alles in ungezwungenem Ambiente mit leichtem Industrietouch – das lockt. Das Original steirische Gulasch (inkl. Polenta für 8.90 Euro!), lange und offenbar mit Liebe gekocht, schmeckte fein und liess die Nähe zu Ungarn erahnen, allerdings empfiehlt sich anschliessend ein Obstbrand – oder besser gleich zwei –, will man später den wohlverdienten Schlaf finden. Donnerstags wird, was sich inzwischen nicht bloss in der Stadt herumgesprochen hat, Kapaun serviert. Wie viele Promille dieser braucht, um verdaut zu werden, blieb ungetestet. Der Steirer, Belgiergasse 1, täglich 11–24 Uhr, Shop täglich 10–22 Uhr, 0043 316 70 36 54, [www.der-steirer.at](http://www.der-steirer.at)



## Zwiebelstrudel mit Käse

Für 4–6 Personen

Strudeln Sie mit – bei Verwendung von gekauftem Strudelteig ist das Ganze ein Kinderspiel! Der Zwiebelstrudel kann – mit Salat serviert – eine Mahlzeit sein, ist aber auch eine feine Beilage zu kurz gebratenem Fleisch.

- 1 kg Zwiebeln
  - 4 Esslöffel Öl
  - Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
  - 1 grosse Prise Muskat
  - 2 gehäufte Esslöffel Butter
  - 80 g Paniermehl, hausgemacht oder vom Bäcker
  - 150 g Halbhartkäse, z. B. Raclettekäse, Appenzeller, Mutschli usw.
- Zum Fertigstellen:
- 80 g Butter
  - 8 Blätter Strudelteig (2 Pakete)

- 1 Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.
- 2 In einer beschichteten Bratpfanne das Öl erhitzen. Die Zwiebeln darin unter gelegentlichem Wenden 8–10 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Abkühlen lassen.
- 3 In derselben Pfanne die Butter erhitzen und das Paniermehl darin anrösten. Ebenfalls abkühlen lassen.
- 4 Den Käse an der Röstiraffel grob reiben.
- 5 Zum Fertigstellen die Butter schmelzen.
- 6 Jeweils 1 Strudelteigblatt auf ein Küchentuch legen, mit wenig Butter bestreichen, ein zweites Blatt darauflegen, wieder mit Butter bestreichen und so weiterfahren, bis 4 Blätter aufeinanderliegen. Das untere Drittel des Teiges mit der Hälfte des Paniermehls und des Käses bestreuen, dabei seitlich und unten je einen Rand von etwa 3 cm Breite frei lassen. Die Zwiebeln darauf verteilen, die Ränder einschlagen und den Strudel mit Hilfe des Küchentuchs aufrollen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech gleiten lassen. Auf die gleiche Weise mit den restlichen Zutaten einen zweiten Strudel zubereiten. Am Schluss die Strudel mit der restlichen Butter bestreichen.
- 7 Die Strudel im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen auf der mittleren Rille 25–30 Minuten goldbraun backen. Vor dem Aufschneiden 5–10 Minuten ruhen lassen.

Pro Portion 12 g Eiweiss,  
49 g Fett, 22 g Kohlenhydrate;  
496 kKalorien oder 2075 kJoule

Purinarm



# Die schönste Art Gäste zu verwöhnen

## Köstliche Festmenüs von Annemarie Wildeisen

- Entspannte Gästeküche zum Vorbereiten
- 90 überraschend einfache und raffinierte Rezepte in 30 Menüs
- Zahlreiche Tipps und Tricks der erfahrenen Kochbuchautorin

Annemarie Wildeisen  
**Kochen für Gäste**  
Unkomplizierte Menüs zum Vorbereiten  
192 Seiten, 216 Farbfotos, gebunden  
978-3-03800-731-9



**NEU**

Jetzt zum **Sonderpreis** für **KOCHEN-Leser** und **Leserinnen** nur **Fr. 39.90\***

\* Sonderpreis gültig bis 31.12.2012, nur in der Schweiz

Besuchen Sie uns im Internet unter [www.at-verlag.ch](http://www.at-verlag.ch)!

[facebook.com/atverlag](https://www.facebook.com/atverlag)

**AT VERLAG**

Senden Sie bitte den ausgefüllten Bestellcoupon an:  
AT Verlag  
AZ Fachverlage AG  
Gabi Carvalho  
Bahnhofstrasse 41  
5000 Aarau  
☎ 058 200 44 11  
☎ 058 200 44 01  
✉ [versand@at-verlag.ch](mailto:versand@at-verlag.ch)  
[www.at-verlag.ch](http://www.at-verlag.ch)  
Auch im Buchhandel erhältlich.



**Ja**, ich bestelle gegen Rechnung und portofrei:

**Portofreie Lieferung!**

Expl. Annemarie Wildeisen **Kochen für Gäste**, Fr. 39.90

Name	Vorname
Strasse	PLZ/Ort
Telefon	Mail
Datum <input checked="" type="checkbox"/>	Unterschrift <input checked="" type="checkbox"/>

## Stille Nacht, heilige Nacht

Von Andreas Keller (Text) und Susanne Scholl (Degustationsnotizen)



Diesmal gilt es ernst: Weihnachten steht vor der Tür. Da gilt es wieder zu überlegen, wie man seine Gäste dieses Jahr kulinarisch überraschen könnte. Warum nicht einmal mit österreichischer Küche und dazu passenden Weinen? Schliesslich ist Österreich das Entstehungsland des wohl bekanntesten Weihnachtslieds der Welt, das es mittlerweile sogar zum immateriellen Unesco-Kulturerbe geschafft hat.

Der Evergreen «Stille Nacht, heilige Nacht», eine Koproduktion des Dorfschullehrers und Organisten Franz Xaver Gruber und des Hilfspfarrers Joseph Mohr, wurde am Heiligabend 1818 uraufgeführt – aber nicht etwa im Grazer Dom, sondern in der St.-Nikola-Kirche von Oberndorf bei Salzburg. Aber das tut hier wenig zur Sache. Denn im Salzburger Land gibt es kaum Wein, in der rund 300 Kilometer entfernten Steiermark aber schon.

Und was für Wein! Franz und Christine Strohmeier, Spezialisten der autochthonen Sorte Blauer Wildbacher, «machen» in ihrer Wein & Sektmanufaktur keine Weine, sondern begleiten ihre biologisch-dynamischen Gewächse mit «Liebe und Zeit» auf einem Stück ihres Lebenswegs.

Das Resultat sind aussergewöhnliche, wenn auch gewöhnungsbedürftige «Weine der Stille». Was passt besser zur heiligen Nacht?

### Ausgesuchte Weine der Wein & Sektmanufaktur Strohmeier

**1 Strohmeier Weiss Blanc de Blancs o. J.** (Sauvignon Blanc, Chardonnay, Pinot Blanc)

Helles Goldgelb, lebhaftes Perlage; Aromen von Mango, Ananas mit Noten von gerösteten Haselnüssen; mittelgewichtig, frische Säure, gute Kohlensäure, trockener, herber Abgang; eleganter, gehaltvoller Sekt, passt zu Weinschaumkraut, Fisch, Ziegenkäse (12.5% Vol.)

**17 Punkte, Fr. 28.—**

**2 Strohmeier Rosé Schilchersekt o. J.**

(Blauer Wildbacher) Dunkles Lachsrosa, lebhaftes Perlage; Aromen von Stachel- und Johannisbeeren mit Malznoten; mittelgewichtig, kräftige Säure, präsenzte Kohlensäure, trockener Abgang, lang; rassiger, attraktiver Sekt, passt zum Apéro, zu Krustentieren, Brathähnchen (12% Vol.)

**17 Punkte, Fr. 28.—**

**3 Strohmeier Rot Sekt aus Rotwein o. J.**

(Zweigelt, Blauer Wildbacher) Dunkles, jugendliches Rot, lebhaftes Perlage; Aromen von Cassis, Zwetschgen mit Zimtnoten; mittelgewichtig, rassige Säure, präsenzte Kohlensäure, dezentes Tannin; strenger, spezieller Sekt, passt zu Gans mit Rotkraut, Rehgeschneizeltem, Halbhart- und Hartkäse (12% Vol.)

**16,5 Punkte, Fr. 28.—**

**4 Weiss 4 aus Trauben, Liebe und Zeit 2011/2010**

(Pinot Blanc, Chardonnay) Helles Zitronengelb; Aromen von Agrumen mit buttrigen Röstnoten; mittelgewichtig, frische Säure, langer, trockener Abgang; eleganter, fruchtiger Wein, passt zu Karpfen, Speckknödel, Wiener Schnitzel (13% Vol.)

**17 Punkte, Fr. 34.—**

**5 Wein der Stille No 2 2009**

(Sauvignon Blanc, Chardonnay, Muskateller) Mittleres Goldgelb; komplexe Aromen von exotischen Früchten, Rosenblüten mit würzigen Noten; vollmundig, diskrete Säure, strenges Tannin, lang; sehr spezieller, extremer Wein, passt zu Poularde an Morchelrahmsauce, Milken, Weichkäse mit Nüssen (13.5% Vol.)

**17 Punkte, Fr. 43.—**

**6 Schwarz 1 aus Trauben, Liebe und Zeit 2007**

(Blauer Wildbacher) Dunkles, leicht gereiftes Rot; Aromen von Wacholderbeeren, Backpflaumen mit Noten von Malz, Lakritze, Teer; vollmundig, präsenzte Säure, markantes Tannin; strenger, kräftiger Wein, passt zu Pilzgerichten, Ochenschwanzragout, Wildschweinbraten (14% Vol.)

**16,5 Punkte, Fr. 46.—**

**Wein & Sektmanufaktur Strohmeier**

Lestein 148, A-8511 St. Stefan o. Stainz, Tel. +43 3463 802 35, www.strohmeier.at; Bezugsquelle: SEINundWEIN, Scheuermattstrasse 12, 6330 Cham, Tel. 041 781 59 90, www.seinundwein.ch

## Steirisches Kürbiskernschnitzel

Für 4 Personen

Heute werden in der Steiermark diese traditionellen gefüllten Fleischplätzchen oft mit Styria Beef zubereitet, der Rindfleischmarke der steirischen Biobauern. Alle Tiere stammen aus Mutterkuhhaltung und werden mit Milch ernährt. Dadurch liegt das Fleisch in der Qualität zwischen Kalb- und Rindfleisch. Wichtig für die Zubereitung ist ausserdem: Österreichischer Topfen ist in der Konsistenz trockener als unser Magerquark, deshalb verwenden wir den italienischen Ricotta, der etwas fester ist. Bei Verwendung von Magerquark diesen mindestens 4 Stunden in einem Sieb abtropfen lassen.

**200 g Ricotta, 100 g Kürbiskerne  
1 Ei, 1 kleine Knoblauchzehe  
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
4 grosse Rindshuft- oder Kalbs-  
schnitzel**

**4 grosse Scheiben Schinken**

Zum Fertigstellen:

**2 Eier, 2 Esslöffel Wasser**

**120 g Paniermehl, hausgemacht oder vom Bäcker**

**4 Esslöffel Mehl**

**3–4 Esslöffel Bratbutter**

- 1 Den Ricotta in ein kleines Sieb geben und im Kühlschrank über einer Schüssel gut abtropfen lassen. Dann durch das Sieb streichen, damit die Konsistenz feiner wird.
- 2 In einer trockenen Pfanne ohne Fettzugabe die Kürbiskerne leicht rösten. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Mit einem grossen Messer oder im Cutter mittelfein hacken.
- 3 In einer Schüssel das Ei gut verquirlen. Ricotta und Kürbiskerne beifügen. Die Knoblauchzehe dazupressen. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4 Die Schnitzel zwischen Klarsichtfolie oder in einen aufgeschnittenen Gefrierbeutel legen und mit dem Fleischklopper oder Wallholz sehr dünn klopfen. Jedes Schnitzel mit 1 Scheibe Schinken belegen. Darauf etwa ein Viertel der Füllung geben und in den Schinken «einpacken», so gut es geht. Die Schnitzel zuklappen und an den Rändern mit dem Rücken eines Messer gut klopfen; man kann sie nach Belieben auch mit Zahnstochern verschliessen.
- 5 In einem Suppenteller Eier und Wasser verquirlen. In einem zweiten Teller das Paniermehl, in einem dritten das Mehl bereitstellen.
- 6 Die gefüllten Schnitzel nacheinander im Mehl wenden, dabei überschüssiges Mehl abschütteln. Dann die Schnitzel durch die Eimasse ziehen und sofort im Paniermehl wenden. Das Paniermehl leicht andrücken.
- 7 In einer beschichteten Bratpfanne die Bratbutter erhitzen. Auf mittlerem Feuer die Kürbiskernschnitzel beidseitig insgesamt etwa 6 Minuten braten. Heiss servieren.

Pro Portion 52 g Eiweiss,  
40 g Fett, 33 g Kohlenhydrate;  
714 kKalorien oder 2989 kJoule



## Apfelschüssel

Für 4–6 Personen

Äpfel sind eine beliebte Zutat für viele steirische Desserts und Gebäck. Wir servieren sie in Form eines einfachen, aber feinen Auflaufs, der noch warm als süsse Mahlzeit oder zum Dessert serviert wird.

- 2 Esslöffel weiche Butter und
- 3–4 Esslöffel Paniermehl, hausgemacht oder vom Bäcker, für die Form
- 500 g Äpfel
- 5 Esslöffel Zucker
- 1 gehäufte Teelöffel Zimt
- 50 g Paniermehl
- 1 dl Weisswein
- einige Butterflocken

- 1 Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine mittlere Gratinform dick mit der Butter ausstreichen und mit dem Paniermehl ausstreuen.
- 2 Die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Schnitze in Scheiben schneiden.
- 3 Zucker, Zimt und Paniermehl mischen.
- 4 Die Äpfel lagenweise mit etwas Zucker-Paniermehl-Mischung in die vorbereitete Form füllen; zuoberst mit der dicksten Schicht Zucker-Paniermehl-Mischung bestreuen. Den Weisswein rundum giessen und den Gratin mit den Butterflocken belegen.
- 5 Den Apfelaufbau im 200 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille etwa 30 Minuten goldbraun backen. Lauwarm mit geschlagenem Rahm, den man zu gleichen Teilen mit Joghurt mischt, oder mit Vanilleglace servieren.

Pro Portion 2 g Eiweiss,  
6 g Fett, 34 g Kohlenhydrate;  
214 kKalorien oder 897 kJoule

Laotosearm Purinarm



# MARKT NEWS

## Glitter & Gold: Holunder setzt Sekt die Krone auf

Haben Sie was zu feiern? Für Glanz & Gloria sorgt in solchen Momenten «Glitter & Gold», der erfrischende Sekt mit feinem Holundergeschmack von Appenzeller Alpenbitter AG. Die trendige Flasche aus Aluminium dient gleichzeitig als Kältespeicher, sodass sich die Feier ruhig in die Länge ziehen kann. **4 x 25 cl, Fr 15.-, 24 x 25 cl, Fr. 86.-, online unter [www.appenzeller.com](http://www.appenzeller.com) erhältlich**



## Iss Honig, mein Kind!

Schon im antiken Ägypten wurde das Bienengut hoch geschätzt und als göttlicher Nektar gepriesen. So sind auch die neuen Honigspezialitäten von nectaflo ein wahrer Gaumenschmaus, angefangen beim Weisstannenhonig, über den Beerenblüten- und Rosmarinhonig, bis hin zu den Nüssen in Honig, einer Spezialität ideal für Desserts, zu Naturjoghurt oder im Müesli. [www.nectaflo.ch](http://www.nectaflo.ch)



## Raclettepass für zehn!

Das gibts tatsächlich: Stöckli's Raclettegrill lässt sich einfach erweitern. Damit teilen sich zwei Gäste ein Gerät, das sie auch separat ein- und ausschalten können. Wenn an das Basisgerät bis zu vier Erweiterungen gekoppelt werden, geniessen bis zu zehn Gäste den zart schmelzenden Raclettekäse oder eine Grillade von der Grillplatte. [www.stockli.ch](http://www.stockli.ch)



## Jeden Tag ein Päckli

Adventszeit ist auch die Zeit der Gaumenfreuden. Passend dazu bieten grössere Coop-Supermärkte, Coop City Warenhäuser mit Lebensmitteln und coop@home ab sofort die Fine Food-Geschenkkörbe in drei Grössen an. Eine feine Art, die Zeit bis Weihnachten zu verkürzen! **Klein, aber fein, Fr. 79.-. Eine kulinarische Reise Fr. 99.-. Ein Fest der Sinne, Fr. 169.-, [www.coop.ch](http://www.coop.ch)**



## Ein Hotel zu Weihnachten

Lernen Sie die Gastfreundschaft eines der weltweit 520 Mitgliedshäuser von Relais & Châteaux mit einem der drei neuen kostengünstigen Arrangements kennen: Ob eine Champagner-Stippvisite, ein ausgiebiger Wellnessstag oder doch eine ganze Nacht – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Die insgesamt 14 erhältlichen Geschenksets werden in einer edlen Box präsentiert. [www.relaischateaux.com](http://www.relaischateaux.com)



## Lachs-Geschenckpackung «Sélection Dyhrberg»

Suchen Sie das exklusive Weihnachtsgeschenk? Mit einer attraktiven und edlen Geschenkpackung von Dyhrberg, der ersten Lachsräucherei der Schweiz, liegen Sie immer richtig. Die Sélection Dyhrberg umfasst ein im Holzofen traditionell geräuchertes Rückenfilet von ca. 300 g, dazu passend eine Flasche Liaison (CH), sowie 100 g feinste Meerrettichmousse. Kein Rückgaberecht. [www.dyhrberg.ch](http://www.dyhrberg.ch)