



**ja** jetzt  
innsbruck  
johannes anzengruber

Das Ja – Jetzt Innsbruck  
**Rezeptheft**





## Impressum

Ja - Jetzt Innsbruck - Johannes Anzengruber  
Maria-Theresien-Straße 42  
6020 Innsbruck

[ja@jetzt-innsbruck.at](mailto:ja@jetzt-innsbruck.at)  
[www.jetzt-innsbruck.at](http://www.jetzt-innsbruck.at)

## Liebe Innsbrucker\*innen,

in diesem Büchlein erwartet euch weit mehr als nur eine Ansammlung von Rezepten. Es ist eine Liebeserklärung an die herzhafteste Tiroler Küche und die Menschen, die Innsbruck zu einem so einzigartigen Ort machen. Ein herzliches Danke an alle meine Unterstützer\*innen und passionierten Gastronom\*innen, die mit ihren Rezepten für die kulinarische Vielfalt dieser Sammlung sorgen. Diese Gerichte sind nicht nur fester Bestandteil der Innsbrucker Gasthäuser, sondern auch ein wesentlicher Teil der Identität und des kulturellen Erbes unserer Stadt.



Aufgewachsen in der lebendigen Welt der Tiroler Gastronomie, hat mich meine Zeit als Gastgeber auf der Arzler Alm nachhaltig geprägt und meine Leidenschaft für die Tiroler Küche vertieft. Diese Rezeptsammlung ist Ausdruck meiner Überzeugung: Liebe geht durch den Magen und gutes Essen bringt Menschen zusammen. Sie ist eine Einladung an alle – Jung und Alt, Männer und Frauen, Kultur- und Sportbegeisterte, Alteingesessene und Neuankömmlinge in Innsbruck –, die Vielfalt der Tiroler Küche zu entdecken und zu genießen.

Ich bin überzeugt, dass wir mit „Ja – Jetzt Innsbruck - Johannes Anzengruber“ das perfekte Rezept für eine starke Gemeinschaft und eine erfolgreiche Zukunft unserer lebenswerten Stadt kreiern haben. Herzlichen Dank für euer Vertrauen!

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Johannes Anzengruber'. The signature is fluid and cursive.

Johannes Anzengruber

# Unsere Köche

**Johannes Anzengruber**, ehem. Arzler Alm

**Gabriele Berchtold**, ehem. Höttinger Schießstand, Berchtoldshof

**Josef Hackl**, Hotel Goldener Adler

**Andreas Heis**, Planötzenhof

**Martin Hörhager**, Gasthof Turmbichl

**Quirin Imer**, Gasthof Ölberg

**Andreas Perger**, Leipziger Hof

**Claudia Prantl**, Gasthof Dollinger

**Ruth Scherb**, ehem. Bodenstein Alm

**Markus Weber**, Patscherkofel Schutzhaus





## Suppen



Kürbiscremesuppe	S. 9
Tiroler Graukassuppe	S. 10

## Hauptspeisen



Apfel-Leber vom Kalb mit Röstzwiebeln und Polenta	S. 15
Hirtenmakkaroni	S. 16
Rindsgulasch	S. 17
Spinatknödel	S. 19
Arzler Kaspressknödel	S. 20
Rohnenknödel	S. 21
Marillenknödel	S. 23
Winterlicher Radicchio-Salat	S. 24
Tiroler Gröstel	S. 25
Schweinsbraten	S. 27
Höttinger Bauernbratl	S. 28
Höttinger Schnitzel	S. 29
Rahm-Blattln	S. 30
Faschierte Laibchen	S. 31

## Nachspeisen



Apfelstrudel	S. 35
Dunkles Schokoladen-Mousse	S. 37
Eierlikörtorte	S. 38
Apfel-Zimt-Kuchen	S. 40
Topfentorte ohne Mehl	S. 41
Marillenpalatschinken	S. 43
Profiteroles mit Schokoladensoße	S. 44
Kastanienparfait	S. 46
Zwetschkenfleck	S. 47

## Brot



Quirins Hausbrot	S. 50
------------------	-------





**Suppen**



Bild: Monika Grabkowska/Unsplash



# Kürbiscremesuppe



## Zutaten

800 g	Speisekürbis
20 g	Butter
1	Zwiebel oder
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
500 ml	Gemüsebrühe
125 ml	Schlagobers
	Salz
	Ingwer
	Kürbiskerne
	Kernöl
	Petersilie
	Schwarzbrotwürfel

## Zubereitung für 4 Personen

Den Kürbis schälen und würfeln. Zusammen mit der Zwiebel und gepresster Knoblauchzehe in Butter andünsten, die Gemüsebrühe aufgießen, würzen und Kürbis darin weich kochen. Anschließend pürieren und mit Obers verfeinern.

Die Suppe nach Belieben mit Schwarzbrotwürfeln, Kürbiskernen, Kernöl und Obers garnieren. Gehackte Petersilie darüberstreuen.

# Tiroler Graukassuppe

## Zutaten

2	Zwiebeln
1 EL	Butter
250 ml	Rahm
250 ml	Milch
250 ml	Rindssuppe
400 g	Graukäse reif
1 Msp	Salz
1 Msp	Pfeffer
1 EL	Mehl
	Suppengewürz
	Schwarzbrotwürfel





## Zubereitung für 4 Personen

Zwiebeln schälen, halbieren, würfelig schneiden und in der Butter glasig dünsten. Dann mit dem Mehl bestäuben und mit Suppe, Rahm und Milch aufgießen. Graukas in kleinen Stücken dazugeben. Mit etwas Suppengewürz, Salz und Pfeffer abschmecken und unter ständigem Rühren aufkochen. Achtung: Die Suppe darf nicht anbrennen. Nach 5 Minuten mit dem Stabmixer aufmixen. Mit Schnittlauch und Schwarzbrotwürfeln servieren.







# Hauptspeisen



Bild: Andreas Perger

# Apfel-Leber vom Kalb mit Röstzwiebeln und Polenta

## Zutaten

8 Scheiben	Kalbsleber
2	Äpfel (nicht süß)
1	Zwiebel
200 ml	Kalbsfond
40 g	Butter
3 EL	Mehl
5 EL	Öl
1 EL	gehackte Petersilie

## für die Polenta

1 l	Gemüsebrühe (aufkochen)
200 g	Polenta (einrühren)
50 g	Butter (würfelig)
	Salz
	grober Pfeffer
	Muskatnuss

## Zubereitung

für 4 Personen

Zwiebeln und Äpfel schälen. Von den Äpfeln mit einem Kernausstecher die Kerngehäuse entfernen und Äpfel in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebeln in Ringe schneiden und in Butterschmalz knusprig ausbacken. Kalbsleber von Haut und Sehnen befreien, waschen, trockentupfen, salzen, pfeffern und in Mehl wenden.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Apfelscheiben bei schwacher Hitze weich dünsten. Leberscheiben mit anbraten und in der Folge warm stellen. Kalbsfond in die Apfelpfanne gießen und abschmecken. In der Folge Leber und Apfelscheiben dazugeben und ein wenig ziehen lassen. Apfelscheiben und Leberscheiben abwechselnd am Teller positionieren, Soße darüber gießen und die Polenta am Teller positionieren. Mit Petersilie und Röstzwiebeln garnieren.

# Hirtenmakkaroni



## Zutaten

- 1 kg gemischtes Faschiertes
- 240 g Pasta
- 2 Salsicce (Würste)
- 1 Zwiebel
- 1 halbe Sellerieknolle
- 3 Karotten
- 1 halber Bund Selleriestangen
- 2 l geschälte Tomaten

Salz & Pfeffer

Knoblauch

Rosmarin

Petersilie

Oregano

Basilikum

Peperoncini

Olivenöl

Tomatenmark

## Zubereitung

für 4 Personen

In einem Topf ca. 0,5 cm Olivenöl erhitzen. Faschiertes und die Salsicce gut anrösten und gelegentlich rühren, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Die fein gehackten Zwiebeln hinzufügen und mitrösten. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mit den anderen Zutaten mitrösten, um die Aromen zu intensivieren. Etwa 2 Liter geschälte Tomaten in den Topf geben und aufkochen. Dann das gewürfelte Wurzelgemüse hinzugeben, die Hitze reduzieren und auf niedriger Stufe für etwa zwei Stunden köcheln. Die Soße nach Geschmack mit den Kräutern würzen. Danach die Soße weitere 2 bis 3 Stunden auf niedriger Stufe köcheln lassen.

In einer separaten Pfanne die Speckwürfel und die geschnittenen Champignons anbraten bis sie goldbraun sind. Die angebratenen Speckwürfel und Champignons kurz vor dem Servieren zum Sugo hinzufügen und mit Pasta servieren.

# Rindsgulasch

## Zutaten

1,5 kg	Rindsschulter
600 g	Zwiebeln
2 EL	Tomatenmark
1 l	Wasser
	Paprikapulver edelsüß
	Rotwein
	Mehl
	Salz
	Pfeffer
	Knoblauch
	Majoran
	Kümmel gemahlen



## Zubereitung

für 4 Personen

Die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und dunkel anbraten. Tomatenmark hinzugeben, mitrösten, anschließend Mehl und Paprikapulver dazugeben und kräftig umrühren. Das Ganze mit Rotwein ablöschen, mit Wasser aufgießen. Knoblauch schälen, halbieren, feiwürfelig schneiden und mit den Gewürzen in die Gulaschsoße geben.

Nun das würfelig geschnittene Fleisch hinzufügen und auf kleiner Flamme langsam köcheln lassen. Abschließend das weichgarte Fleisch wieder entfernen, die Soße nochmals abschmecken. Die Gulaschwürfel zugeben.



Bild: Andreas Heis

# Spinatknödel

## Zutaten

500 g	frischen Spinat (oder TK)
250 g	Knödelbrot
125 ml	Milch
3	Eier
2	Knoblauchzehen
1	kleine Zwiebel
2-3 EL	geriebenen Parmesan oder Bergkäse
50 g	Butter
2-3 EL	Mehl
	Salz
	Muskatnuss



## Zubereitung

für 4 Personen

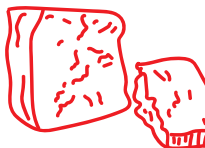
Zwiebel schälen, halbieren, in feine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel darin anrösten. Den Spinat blanchieren, gut abtropfen lassen und fein zerkleinern oder mixen. Das Knödelbrot salzen, mit Milch und Eiern übergießen. Spinat, Gewürze, Parmesan und geröstete Zwiebel hinzugeben. Alles gut durchmischen und durchziehen lassen.

Mehl zum Knödelteig geben. Ist die Masse zu weich, mit etwas Semmelbrösel nachbinden. Mit angefeuchteten Händen Knödel formen, in leicht köchelndes Salzwasser einlegen und ca. 15 Minuten ziehen lassen.

# Arzler Kaspressknödel

## Zutaten

250 g	Knödelbrot
125 ml	Milch
2-3	Eier
40 g	Butter
1	Zwiebel
2-3 EL	Mehl
200 g	Käse (Graukäse, Bergkäse)
	Salz
	Pfeffer
	Petersilie
	Butterschmalz



## Zubereitung

für 4 Personen

Knödelbrot salzen, Eier mit Milch vermengen und über das Knödelbrot geben. Durchmischen und ziehen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebelwürfel darin anrösten und mit der gehackten Petersilie zur Brotmasse geben. Die Käsesorten entsprechend reiben, würfeln oder verbröseln und zugeben. Die Masse mit Mehl binden, nochmals etwa 10 Minuten ziehen lassen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, dann die Knödel mit angefeuchteten Händen formen, beidseitig anbraten und goldbraun backen.



# Rohnenknödel



## Zutaten

400 g	Knödelbrot
300 g	Rote Rüben
100 g	Butter
250 ml	Milch
3 EL	Mehl
3	Eier
1	Zwiebel
80 g	geriebener Parmesan

Salz  
Pfeffer  
Petersilie  
Kümmel



Gabriele Berchtold 

## Zubereitung

für 4 Personen

Zwiebel schälen und kleinschneiden. Butter in einer Pfanne schmelzen, Zwiebelwürfel darin glasig braten und danach auskühlen lassen. Milch mit etwas Salz und aufgeschlagenen Eiern vermengen und über Knödelbrot geben. Gebratene Zwiebeln mit der gehackten Petersilie zur Masse zugeben, gut durchmischen und etwas ziehen lassen. Falls nötig, die Knödelmasse mit etwas Mehl nachbinden.

Rohnen ungeschält in Salzwasser mit etwas Kümmel weichkochen. Rohnen abkühlen lassen, schälen und mit einer Gemüsereibe in die Knödelmasse reiben. Mit Salz, Pfeffer und gemahlenem Kümmel abschmecken. Kleine Knödel formen und in einem Gefriersackerl ca. 20 Minuten leicht köcheln lassen, damit Farbe erhalten bleibt. Nicht direkt im Wasser kochen (sonst werden die Knödel grau). Mit zerlassener Butter und geriebenem Parmesan servieren.



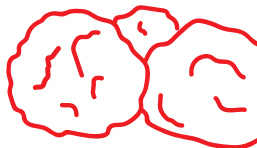
Bild: Daniela Baume in stock

# Marillenknoedel

## Zutaten

250 g Topfen  
300 g griffiges Mehl  
50 g kalte flüssige Butter  
1 Ei  
1 Prise Salz

Brösel  
Vanillezucker  
Zimt



## Zubereitung

für 4 Personen

Topfen, Butter, Mehl und Ei mit einer Prise Salz zu einem geschmeidigen Teig kneten. Im Kühlschrank abgedeckt über Nacht ruhen lassen.

Teig am nächsten Tag aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur erwärmen lassen. Arbeitsfläche mit Mehl einstäuben und den Topfenteig gleichmäßig auf ca. 0,5 cm mit einem Teigroller ausrollen. Frische Marillen zur Hälfte einschneiden, entkernen und mit einem Stück Würfelzucker füllen. Mit einer umgedrehten Suppentasse (Ø ca. 10 cm) den Topfenteig ausstechen. Marillen mit Teig ummanteln, Teig gut andrücken und in Salzwasser 15–20 Minuten köcheln lassen. Knödel nach dem Garen sofort in Butterbröseln wälzen. Mit Zimt oder Zucker-Zimtmischung bestreuen.

# Winterlicher Radicchio-Salat



## Zutaten

20	Blätter Radicchio
4	Äpfel (Gala)
4	Rohren gekocht, geschält
8 TL	Kürbiskerne
ca. 360 g	Ziegen- oder Schafskäse

## für die Marinade

Orangensaft  
Apfelessig  
Sonnenblumenöl  
Salz  
weißer Pfeffer gemahlen  
Honig



## Zubereitung

für 4 Personen

Radicchioblätter unter kaltem, fließendem Wasser waschen, grob zerreißen und in eine Schüssel geben. Äpfel waschen, schälen. Rohren und Äpfel nach Belieben klein schneiden, zum Radicchio geben. Kürbiskerne in einer Pfanne leicht anrösten – auf Küchenrollen-Papier abkühlen lassen. Den Salat je nach Gusto mit mehr Säure (durch Essig) oder Süße (durch Honig) marinieren.

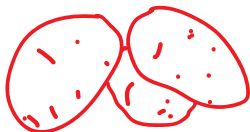
Mit Salz und Pfeffer abschmecken, etwas Sonnenblumenöl zugeben. Salat auf 4 Tellern anrichten. Den Ziegenkäse grob zerrupfen und darüber verteilen. Zum Schluss mit gerösteten Kürbiskernen garnieren.

# Tiroler Gröstel

## Zutaten

800 g gekochte Erdäpfel  
600 g Tafelspitz  
4 mittelgroße Zwiebel  
4 Eier

Butterschmalz  
Salz  
Pfeffer  
Kümmel  
Majoran  
Petersilie



## Zubereitung

für 4 Personen

Erdäpfel kochen, schälen und in nicht zu feine Scheiben schneiden. Den in Wurzelgemüsebrühe gekochten Tafelspitz auskühlen lassen und in ca. 1,5 cm dünne Streifen schneiden. Zwiebel schälen, in Scheiben schneiden, mit Mehl einstäuben und in Butterschmalz herausbacken.

Eine ausreichend große Pfanne erhitzen, Erdäpfel in Schmalz darin rösten. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Majoran würzen. Fleisch und Zwiebelscheiben dazugeben und weiter rösten, nach Bedarf nochmals Butterschmalz zufügen. In einer beschichteten Pfanne Butterschmalz erhitzen und 2 Spiegeleier zubereiten, salzen. Unter die goldbraun gerösteten Erdäpfelscheiben gehackte Petersilie unterheben und mit Spiegeleiern anrichten.



Bild: bernjueer/istock

# Schweinsbraten

## Zutaten

1,4 kg	Schweinsschulter oder
1,2 kg	ausgelösten Schopf
3	Knoblauchzehen
40 g	Fett
400 g	Karreeknochen oder Rippeln
1 TL	Mehl
	Salz
	Pfeffer
	Kümmel
	Rosmarin



## Zubereitung

für 6 Personen

Fleisch mit Gewürzen gut einreiben. In die Schwarte Rauten oder Vierecke einschneiden und ebenfalls würzen. Das Backrohr auf 170 °C vorheizen, eine Bratpfanne fingerhoch mit Wasser füllen und hineinstellen. In einer zweiten Bratpfanne Fett erhitzen und das Fleisch und die Knochen überall anbraten. Dann die Knochen in die Pfanne auf dem Boden im Rohr und darauf das Fleisch (mit der Schwarte nach unten) legen.

Ca. 50 Minuten braten und immer wieder mit dem Bratensaft begießen. Das Fleisch umdrehen und unter weiterem Begießen in 40–50 Minuten knusprig braten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und abgedeckt warm stellen. Die Soße abseihen, mit Mehl binden und einmal aufkochen, evtl. nachwürzen.

# Höttinger Bauernbratli

## Zutaten

1,5 kg	Schweineschopf oder Schulter
1 Pck	Suppengemüse
1 kg	Erdäpfel (festkochend)
3	Zwiebeln
5	Knoblauchzehen
1 EL	Öl
500 ml	Rinder- oder Gemüsebrühe (oder Bier)
1 Msp	Salz
1 Msp	Pfeffer
1 Msp	Kümmel (gemahlen)
1	Knoblauch Knolle



## Zubereitung

für 4 Personen

Knoblauch schälen, fein hacken und mit den Gewürzen vermischen. Fleisch mit Würzmischung gut einreiben. Öl in einer Pfanne erhitzen, das marinierte Fleisch von allen Seiten her scharf anbraten. Suppengemüse waschen, nach Bedarf schälen und würfelig schneiden. Gemüse zum Fleisch zugeben, mit 125 ml Suppe oder Bier aufgießen. Anschließend den Braten in den auf 170 °C erhitzten Ofen geben. Hin und wieder aufgießen und ca. 2 Stunden unter mehrmaligem Wenden garen lassen. Ca. 45 Minuten vor dem Fertigstellen die geschälten und halbierten Erdäpfel und eine Knoblauchknolle zugeben. Das Fleisch zusammen mit den Kartoffeln servieren.

TIPP: Dazu passt am besten ein würziger Speckkrautsalat.



# Höttinger Schnitzel

## Zutaten

- 4 große Schweineschnitzel
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer

## für die Füllung

- 3 gekochte Erdäpfel
- 2 Knoblauchzehen
- 250 g Topfen
- 200 g Graukas topfig
- 1 EL Schnittlauch
- 1 Msp Muskat



## Zubereitung

für 4 Personen

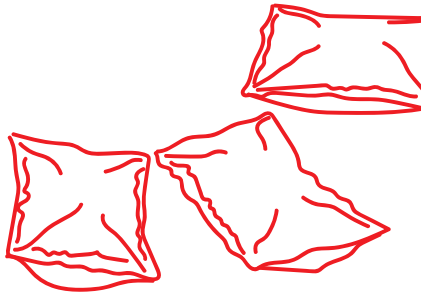
Schnitzel dünn klopfen und mit Salz und Pfeffer beidseitig würzen. Gekochte Erdäpfel und Knoblauch pressen, mit Topfen, Graukas, Schnittlauch und Muskatnuss zu einer geschmeidigen Masse vermengen. Kartoffel-Käsemasse gleichmäßig auf die Schnitzel verteilen. Schnitzel mittig zusammenlegen, am Rand gut andrücken.

Butter oder wenig Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin goldbraun herausbraten.

# Rahm-Blattln

## Zutaten

1 kg	Mehl
2	Eigelb
500 ml	Rahm
1 Prise	Salz
n. Bedarf	lauwarme Milch



## Zubereitung

für 4 Personen

Alle Zutaten so lange miteinander vermengen, bis der Teig glänzt. Eine halbe Stunde rasten lassen. Dann auswalken und runde oder eckige „Blattln“ ausstechen. Ein wenig ausziehen und in heißem Fett ausbacken.

Dazu passt am besten „einbrenntes“ Kraut.

# Faschierte Laibchen



## Zutaten

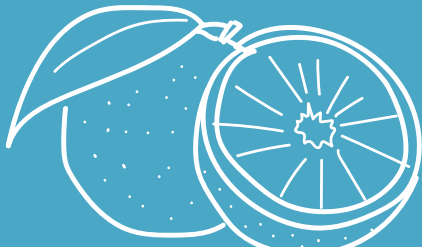
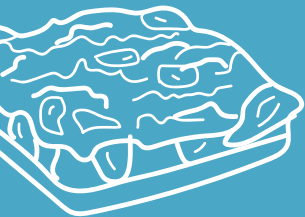
100 g	Knödelbrot
100 ml	Milch
1	Zwiebel, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe
600 g	gemischtes Faschiertes
3 EL	Petersilie, fein gehackt
3 EL	Jungzwiebel, fein gehackt
1 TL	Majoran
1	Ei
	Salz
	Pfeffer
	Semmelbrösel zum Wälzen
	Öl zum Braten

## Zubereitung

für 4 Personen

Das Knödelbrot in einer kleinen Schüssel mit Milch etwas einweichen lassen. 2 bis 3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die fein gehackten Zwiebeln und den Knoblauch darin glasig dünsten und in eine Schüssel geben. Das eingeweichte Knödelbrot dazugeben. Mit Faschiertem, Petersilie, Jungzwiebel, Majoran und Ei vermengen und gut durchkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Teig zu handgroßen Laibchen formen und goldbraun herausbacken.

Dazu schmeckt hervorragend selbst gemachtes Erdäpfelpüree und knusprige Röstzwiebeln.





# Nachspeisen

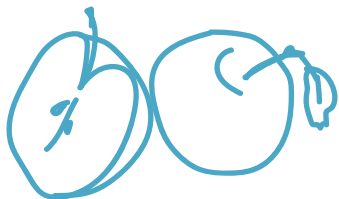


Bild: Michael Stricker

# Apfelstrudel

## Zutaten

1 kg	Äpfel
200 g	Butterbrösel
50 g	Butter
75 g	Zimtzucker
60 g	Rumrosinen
45 ml	frischer Zitronensaft
1 Packung	Strudelteig



## Zubereitung

für 4 Personen

Strudelteigblätter ca. 10 Min. vor dem Verarbeiten aus dem Kühlschrank nehmen. Backrohr auf 200 °C vorheizen. Äpfel mit Zitronensaft beträufeln, in Rum eingelegte Rosinen, Zucker, Vanillezucker, Zimt und Salz verrühren und etwa eine halbe Stunde ziehen lassen. Semmelbrösel in etwas Butter anrösten. Je 2–3 Strudelteigblätter leicht versetzt nebeneinander legen, mit zerlassener Butter bestreichen und 2–3 weitere Teigblätter darüber legen. Auf das untere Teigdrittel geröstete Semmelbrösel und Apfelmischung verteilen. Strudelteig seitlich einschlagen und von unten her mit Hilfe des Küchentuches einrollen.

Strudel mit der Nahtseite nach unten schräg auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit zerlassener Butter bestreichen. Im vorgeheizten Rohr auf mittlerer Schiene ca. 35 Minuten goldbraun backen.



Bild: Adam Bartoszewicz/Unsplash



# Dunkles Schokoladen-Mousse

## Zutaten

5	Eigelb
50 g	Feinkristallzucker
1 Prise	Salz
5 g	Vanillezucker
375 ml	Schlagobers
125 g	dunkle Schokolade
5 ml	Asbach Uralt
1	Espresso
	Wasser
10 g	Feinkristallzucker



## Zubereitung für 5 Personen

Eigelb mit 50 g Feinkristallzucker und Salz schaumig aufschlagen. Restlichen Zucker mit etwas Wasser zu einem Zucker-Sirup einkochen. Zuckersirup zur Eigelbmasse zugeben. Schokolade im Wasserbad auflösen. Asbach, Espresso und Schokolade mit der Eigelbmasse vermengen. 150 g flüssigen Obers in die Schokoladen-Eigelbmasse einrühren.

Restlichen Obers leicht aufschlagen und unter die abgekühlte Schokoladenmasse heben, dann in Schälchen abfüllen und kühl stellen.

# Eierlikörtorte

## Zutaten

6	Eier
750 ml	Sahne
250 ml	Eierlikör
150 g	Staubzucker
150 g	Mehl
150 g	Mandeln gerieben
1/4 EL	Vanillezucker
1/8 EL	Backpulver
1/2 TL	Zimt
0,5 cl	Rum

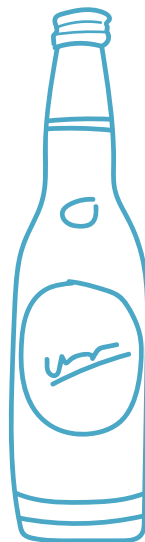
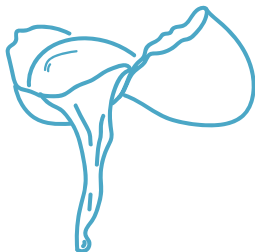




Bild: monica-photo/istock

## Zubereitung

Eiklar mit Staubzucker und Vanillezucker steif schlagen – Eigelb dazugeben, Mandeln, Mehl, Zimt und Rum mischen und unterrühren! Masse in einer runden, gebutterten Springform gleichmäßig verteilen. Anschließend bei 170 °C ca. 35 Minuten backen. Währenddessen 750 ml Sahne schlagen und einen Esslöffel Sahnesteif unterheben. Die geschlagene Sahne auf dem fertigen und ausgekühlten Tortenboden im Ring verstreichen. Abschließend 250 ml Eierlikör darübergießen. Eine Stunde in den Kühlschrank stellen und danach genießen!

# Apfel-Zimt-Kuchen

## Zutaten

6	Eiweiß
6	Eigelb
200 g	Feinkristallzucker
5 g	Vanillezucker
Prise	Salz
120 g	Butter
40 ml	Tafelöl
275 g	Mehl
3 g	Backpulver
1	Zitrone (Abrieb)
100 g	weißes Mandelmehl
Prise	Zimt
300 g	Äpfel (Golden Delicious)



## Zubereitung

für 4 Personen

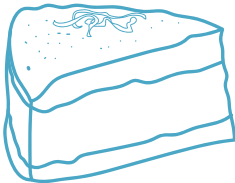
Eigelb mit Salz, Vanillezucker und Feinkristallzucker aufschlagen. Öl und Butter flüssig einrühren. Mehl, Backpulver, Zitronenzesten, Mandelmehl und Zimt unterheben. Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen, stückig schneiden. Äpfel begeben. Eiweiß mit Salz steif schlagen und vorsichtig unter die Apfelmasse heben. Bei 160 °C ca. 60 Minuten backen.

# Topfentorte ohne Mehl

## Zutaten

1 kg Topfen (40% Fett)  
4 Eier  
250 g Zucker  
250 g Butter (zimmerwarm)  
1 Pck Vanillepudding-Pulver  
1 Pck Backpulver  
2 EL Grieß

Zitronenschale



## Zubereitung für 4–6 Personen

Alle Zutaten in einer Schüssel aufschlagen und in eine gebutterte, mit Bröseln ausgestreute Kuchenform (28 cm) gießen. Nach Belieben mit Kompott-Marillen belegen und 50 Minuten bei 175 °C goldbraun backen. Abkühlen lassen und am besten noch lauwarm genießen.

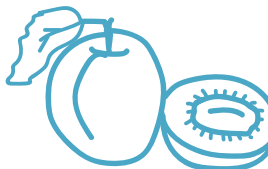


Bild: Anna Ogjenko/Unsplash

# Marillenpalatschinken

## Zutaten

125 g	Schlagobers
250 ml	Milch
120 g	Mehl
3	Eigelb
1	Eiweiß
1 Prise	Salz
1 Prise	Vanillezucker
	Marillen (nach Bedarf)



## Zubereitung

für 4 Personen

Milch und Schlagobers zur Hälfte mit Eigelb und Salz vermengen. Mehl zugeben und glatt rühren. Die restliche Milch nach und nach zugeben. Eiweiß mit einer Prise Salz und Vanillezucker mit dem Handrührgerät steif schlagen und vorsichtig mit einem Schneebesen unter den Teig heben.

Den Teig in eine vorgeheizte Pfanne dünn und gleichmäßig fließen lassen und die Palatschinken von beiden Seiten her gleichmäßig ausbacken. Noch warm mit süßem Schnee bestreut servieren. Marillenröster als Beilage.

# Profiteroles mit Schokoladensoße

## Zutaten

### für die Profiteroles

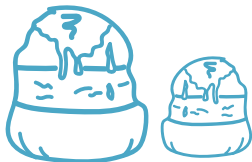
100 ml	Wasser
60 g	Butter
60 g	Mehl
2	Eigelb
2	Eiweiß
1 g	Salz

### für die Vanillecreme

1 l	Milch
200 g	Kristallzucker
10 g	Vanillezucker
100 g	Crempulver
3	Eigelb

### für die Schokosoße

500 ml	Schlagobers
400 g	Vollmilchschokolade
300 g	dunkle Schokolade
5 g	Grand Marnier







## Zubereitung

für 6-8 Stück

Milch und Butter in einem Topf erhitzen. Das gesiebte Mehl auf einmal zur heißen Milch geben und bei mittlerer Hitze mit dem Schneebesen kräftig rühren. Sobald sich am Boden des Topfes eine Schicht bildet, Brandteigmasse in eine Schüssel geben. In die noch warme Masse die Eigelb nach und nach kräftig unterheben. Backofen auf 180 °C vorheizen. Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und vorsichtig unter die abgekühlte Brandteigmasse heben. Sofort in einen Dressiersack mit Sterntülle füllen und gleichmäßige Profiteroles auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech spritzen. Profiteroles sofort für circa 10 Minuten ausbacken.

2/3 der Milch erhitzen, Kristallzucker und Vanillezucker zugeben und auflösen. Restliche Milch mit Vanillecremepulver und 3 Eigelb in einer Schüssel gut verrühren und in die leicht köchelnde Milch rühren. Topf vom Herd ziehen und noch etwas weiterrühren, bis die Soße gleichmäßig bindet.

Schlagobers in einem Topf erhitzen. Schokolade mit einem Messer grob zerkleinern und in die Milch rühren. Zum Schluss Gran Manier zugeben. Schokosoße zum Abkühlen in den Kühlschrank stellen. Ab und zu nochmals umrühren.

# Kastanienparfait



## Zutaten für das Parfait



2	Eigelb
50 g	Staubzucker
1 EL	Vanillezucker
2 EL	Rum
125 g	Kastanienreis
250 ml	Schlagobers
	Schokoraspeln

## für das Orangenkompott

3	Orangen
50 g	Zucker
200 ml	Orangensaft
1 TL	Stärke
4 EL	Orangensaft
4 EL	Orangenlikör

## Zubereitung für 1 Kastenform

Parfait: Eigelb, Zucker, Vanille und Rum schaumig rühren. Kastanienreis dazugeben und geschlagenen Obers unterziehen. Die Masse in einer mit Frischhaltefolie ausgelegten Kastenform füllen und mind. 4 Stunden tiefkühlen.

Orangenkompott: Orangen schälen, in Spalten teilen und die Zwischenhäutchen bestmöglich entfernen. Den Zucker leicht bräunen, mit Orangensaft ablöschen, verrührte Stärke einkochen, von der Platte nehmen, mit Orangenlikör würzen, Filets zugeben und gut durchziehen lassen.

Parfait aus dem Tiefkühler nehmen, 10 Minuten antauen lassen, mit einem Messer vom Formrand lösen. Kurz in heißes Wasser tauchen, auf ein Schneidebrett stürzen, in Scheiben schneiden, anrichten, mit Schokoraspeln und Orangenkompott garnieren.

# Zwetschkenfleck

## Zutaten

800 g	Zwetschken
200 g	Butter
300 g	Mehl
200 g	Staubzucker
6	Eier
4 EL	Rum
1/2 Pck	Backpulver
50 g	geriebene Mandeln
2 EL	Zucker
1 TL	Zimt

Zitronenabrieb  
Vanillezucker



## Zubereitung

für 1 Blech

Die Zwetschken halbieren und entkernen. Backrohr auf 180 °C Heißluft vorheizen, Blech einfetten und bemehlen (oder mit Backpapier belegen).

Butter cremig rühren, abwechselnd Zucker, verquirlte Eier und Gewürze zugeben. Rühren fortführen, bis die Masse glatt und hell wird. Den Rum tropfenweise zufügen. Das Backpulver mit Mehl vermischen und einarbeiten. Den Teig auf dem Blech verstreichen, die Zwetschken mit der Kernseite nach oben auflegen und darüber die Mischung von Mandeln, Zucker und Zimt verteilen. Das Ganze ca. 30 Minuten backen.





**Brot**

# Quirins Hausbrot

## Zutaten

- 500 g Brotbackmehl (1600er)
- ca. 300 ml lauwarmes Wasser
- 10 g Salz
- 8 g Brotgewürz aus:
  - Koriander
  - Kümmel
  - Anis
  - Fenchelalles in einer Pfanne anrösten (ohne Öl),  
in den Mörser geben und zerdrücken.  
(Es geht natürlich auch mit einer fertigen Brotgewürzmischung.)
- 80 g Sauerteig (Rest in den Kühlschrank für ein weiteres Brot)



## Vorarbeit: Sauerteig ansetzen

Dauer: 5 Tage. Man nimmt am besten ein Einweckglas mit 1 l Inhalt.  
Mit 50 g Wasser und 50 g Roggenmehl beginnen, gut verrühren und Deckel nur drauflegen, nicht verschließen und stehen lassen. Dies noch 4 weitere Tage wiederholen, dann sollten sich Bläschen bilden und der Teig schön locker sein.  
Deckel kann jetzt geschlossen und der Teig in den Kühlschrank gestellt werden.



## Zubereitung

Am Vortag des Backens:

Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank nehmen, mit 50 ml Wasser und 50 g Roggenmehl (gleiches Mehl wie beim Ansatz verwenden) vermischen, Deckel drauflegen und über Nacht stehen lassen.

Am Backtag:

Alles in eine Rührschüssel geben, mit dem Wasser beginnen und für 7–8 Minuten zu einem weichen Teig verarbeiten. Knethaken entfernen, mit einer Frischhaltefolie abdecken und 6–8 Stunden gehen lassen. Teig auf ein bemehltes Arbeitsbrett geben und in zwei Stücke teilen. 2 kleine Gärkörbchen mit Mehl bestäuben und die in Form gebrachten Brote mit der nicht glatten Seite auf die Unterseite ins Gärkörbchen geben, 2 Stunden gehen lassen.

Backrohr vorheizen. 210 °C Heißluft – sollte ca. 10 Minuten auf Backtemperatur laufen. Nach 2 Stunden mit Schwung aus der Form auf ein Backblech stürzen. Mit viel Dampf (wenn keine Dampfvorrichtung vorhanden, am besten eine Glasschüssel mit Wasser am Boden des Ofens platzieren) ca. 35 Minuten backen. Brot rausholen und umdrehen. Klingt es hohl, ist es fertig, klingt es dumpf, muss es erneut ins Rohr.



[www.jetzt-innsbruck.at](http://www.jetzt-innsbruck.at)



Jetzt zum Newsletter anmelden und informiert bleiben.