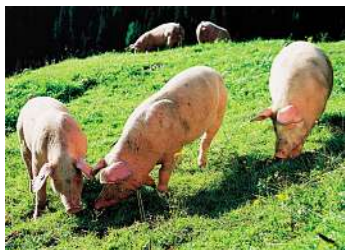




Schwein gehabt. Nachdem der Schweinebauch bereits seinen Weg ins Vierhauben-Restaurant gefunden hat, kann man davon ausgehen, dass es seinen Radius erweitert hat – Schwein goes Gourmet. Und zwar zu Recht: Stimmt die Qualität des Grundprodukts, kann man es mit etwas Know-how zu wahren kulinarischen Höhenflügen bringen. Ja! Natürlich Freiland Schweine zum Beispiel führen auf Waldviertler Wiesen, Äckern und Weiden ein herrliches Schweineleben inklusive spielen, erkunden, graben, wühlen und frei laufen. Zur Stärkung gibt es bestes Bio-Futter, Wurzeln sowie Gras und Entspannung in gut isolierten Hütten mit Stroh. Unsere Lebensmittel sind kostbar – bewussten Genießern kommt es neben dem guten Geschmack auch auf den artgemäßen Umgang mit den Tieren an. Beides hat bei Ja! Natürlich Tradition.



BIO TIPP
Ja! Natürlich Freiland-Schweinefleisch gibt es in ausgewählten MERKUR Märkten in Wien und NÖ und wird auch zu verschiedenen Ja! Natürlich Produkten verarbeitet: Cabanossi, Butterschinken, Leichter Schinken, Presskarree, Schinkenspeck, Jausenfritzchen, Karreespeck, Kaiserspeck, Picknick-Radl, Picknick-Radl mit Käse.

Weitere Infos unter <http://blog.janaturlich.at>

Lesen Sie nächste Woche: Bio-Zitronenjoghurt



www.janaturlich.at



Am herd MIT HEIDI SCHRÖCK

Als ehemalige Weinkönigin und eine der ersten heimischen Winzerinnen prägt die Burgenländerin den österreichischen Weinbau seit den 1980er-Jahren wesentlich mit. Ein besonders netter Ausflug nach Rust.

Die Störche klappern in ihren Nestern, als wir am Rathausplatz ankommen. Mit noch warmem, selbstgebackenem Dinkelbrot, Olivenöl aus Perugia und scharfer Kärntner Wurst begrüßt uns Heidi Schröck in ihrer wunderbar schlichten Küche. Statt des ursprünglich geplanten Szegediner Gulaschs hat sie sich für eine sommerliche Frittata entschieden. Spinat, Zitronenmelisse, Maggikraut, Salbei und noch einige andere Kräuter aus dem Garten liegen bereit. Von der Straße tönt nicht nur dezent Musik herein, man kann auch Stimmen aus der ganzen Welt hören. Die Glocken schlagen zwölf, Zeit für einen Schluck Gelben Muskateller.

Nach der Matura wollte die hübsche, wortgewandte Winzertochter eigentlich Geschichte studieren, als österreichische Weinkönigin blieb ihr dafür aber keine Zeit. Und nach Praktika in Südafrika und Deutschland stieg sie doch in den Betrieb ihres Vaters ein. Heute bewirtschaftet die Mutter von 26-jährigen Zwillingen zehn Hektar Weingärten. Die autochthone Rebsorte Furmint liegt ihr besonders am Herzen. Trocken ausgebaut kredenzt sie uns diese auch zur Frittata, die inzwischen so ist, wie sie sein soll: außen knusprig, innen cremig, „wie ein Maikäfer“. Zum Dessert – Blauschimmelkäse, Erdbeeren, karamellisierte Pinienkerne – genießen wir dann noch Heidis ganz jungen Süßwein – die „Beerenauslese für den Sommer“. Ja, hier könnte man's länger aushalten.

FOTOS: GERALD NAVARA

GEMÜSE frittata

- 6 Eier
- 2 altbackene Semmeln
- etwas Milch
- 80 g Spinatblätter
- 1 kleiner Zucchini
- 2 Knoblauchzehen
- 20 g frisch geriebener Parmesan
- eine Handvoll Kräuter
- Salz, Chili, Öl

Semmeln in Streifen schneiden, in Milch einweichen. Zucchini in dünne Stifte schneiden, in etwas Öl anschwitzen. Grob geschnittenen Spinat und gehackte Kräuter unterrühren. Semmeln ausdrücken, mit den Eiern, feingehacktem Knoblauch und Parmesan vermischen, mit Salz und Chili würzen. Die Eimasse über das Gemüse in die Pfanne gießen, bei milder Hitze ca. 10 Minuten backen, wenden, 5 Minuten fertiggaren.



5 fragen

- Ihr Lieblingslokal? Die Cselley Mühle in Oslip.
- Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit? Großmutter's Eiernockerln und Mutter's Dillfisolen.
- Was würden Sie nie essen? Maikäfer.
- Welche Küche der Welt ist Ihnen am liebsten? Die italienische.
- Welche Speise vermag es, Sie zu trösten? Erdäpfelsuppe.

Bei Plachuttas Grünsparn, Wien 16, bestellen wir telefonisch bei einer netten Dame einen Tisch für ein Klassentreffen, acht bis zehn Personen. Umgehend danach kommt per SMS die Bestätigung für zehn Personen, dazu eine Infotelefonnummer und ein Link zum direkten Kalendereintrag fürs Smartphone. Diese Art von Professionalität ist erfreulich hilfreich.

Wie stellen Sie sich ein Paradies für Hühner vor? Weitläufige Wiesen, Blumen, Regenwürmer, Sandbäder, Sonnenschein, ein Hahn und viele Hennen. Im „Hühnerparadies“ in der Hernalser Hauptstraße, Wien 17, hingegen geht's um Schnitzelsemmln, Backhühner, Fast Food. Wenn wir schon Tiere züchten, schlachten und essen, sollten wir dann nicht zumindest auf zynische Namensgebung verzichten?



Rapso[®]
DAS ORIGINAL

- ernährungsphysiologisch besonders wertvoll
- 100% reines Rapsöl-schonend gepresst
- für Salate, zum Backen, Braten und Frittieren
- Vertragsanbau aus Österreich

Aus kontrolliertem Anbau

OHNE GENTECHNIK
Kontrolliert durch approved GmbH

0,75 l

Natürlich aus Österreich

Weitere Informationen können angefordert werden bei: VOG AG, Bäckermühlweg 44, A-4030 Linz oder unter www.rapso.at