



AM HERD MIT RAINER PARIASEK

Der sonnige Sportreporter hat das Glück, von Ehefrau und Schwiegermutter verwöhnt zu werden. Nach unserer Kocherei weiß er immerhin, wie man Feuer am Herd macht.

Bei meinem Frühsommerbesuch bei den sportlichen Brüdern Obauer in Werfen, kürzlich übrigens zu den „Köchen des Jahrzehnts“ gekürt, legt mir Rudi O. seinen lieben Stammgast Rainer Pariasek ans Herz: „Mit dem musst kochen, der versteht was davon.“ Gut, ich warte brav die Fussball-EM und die Olympischen Spiele ab und melde mich zu Herbstbeginn. Die Antwort via E-Mail: „Der Rudi hat da anscheinend etwas verwechselt: Ich esse sehr gerne gut, kann aber leider überhaupt nicht kochen...“ Das glaub ich einfach nicht und hake nach. Wir wählen ein Rezept aus Obauers neuestem Buch und ich mache mich auf den Weg nach Krems Hollenburg. Angekommen, trinken wir erst einmal Kaffee auf der Terrasse, unter der üppigen Laube. Rundherum nur Felder und Weingärten. Das Kochen überlässt Pariasek lieber seiner Ehefrau Eva, und am allerliebsten deren Mama. „Ganz ehrlich – ich bin so ein bequemer Typ, der sich lieber zu Tisch setzt.“ Und doch, beim Zwiebelschneiden macht er sich echt gut. Mit Evas Unterstützung wird auch das Kochwasser heiß, den Herd bedient Pariasek nämlich zum ersten Mal. Das heikle Nockerlformen gelingt ihm auf Anhieb. Eva optimistisch: „Das ist der Beginn einer großen Karriere.“ Zeit für eine Flasche Grünen Veltliner Kremser Kogl von Evas Eltern, Weingut Hammerschmidt. Seit acht Jahren lebt Pariasek jetzt hier, in der Landidylle pur. Wien vermisst er gar nicht. Wer weiß, vielleicht wird ja doch noch ein Wachauer Heurigenwirt aus dem Wiener Sportreporter?

SPINATNOCKERLN

Spinat putzen, waschen, tropfnass in einem Topf erhitzen, zusammenfallen lassen. Abseihen, ausdrücken, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss würzen. Knoblauch und Zwiebel schälen, fein schneiden, in Butter glasig schwitzen, zum Spinat geben, alles pürieren. Semmelwürfel mit Grieß, Eiern, Mehl, Obers und Spinat vermengen, 30 Minuten rasten lassen. Nocken ausstechen, in siedendem Wasser gar ziehen lassen (ca. 10 min). Salbei hacken, in heißer Butter schwenken, salzen. Nocken herausheben, abtropfen lassen, üppig mit Salbeibutter übergießen, Käse drüberreiben.



- 500 g Spinatblätter
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 4 Knoblauchzehen
- 1 kleine Zwiebel
- 1 TL Butter
- 300 g Semmelwürfel
- 4 Eier
- 2 EL Weizengrieß
- 2 EL glattes Mehl
- 120 g Schlagobers
- Bergkäse
- 8 Salbeiblätter
- 180 g Butter

5 fragen

Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit? Mutters gefüllte Paprika.

Was würden Sie nie essen? Die Hasen aus dem Stall unserer Töchter, sonst alles.

Welche Küche der Welt ist Ihnen am liebsten? Schwiegermutter's Hausmannskost.

Ihr Lieblingslokal? Der Schickh in Klein-Wien.

Welche Speise vermag es, Sie zu trösten? Ein guter Schweinsbraten.



wein DER WOCHE

UNUS, GEMISCHTER SATZ 2011, WEINGUT GERALD FORSTHUBER, Pulkau

Würzig, unkompliziert, fröhliche Frucht – das sind ein paar der Attribute, die wir dem Wein bei unserer Blindverkostung zuschreiben. Sorte? Der Winzer experimentiert gern mit Rebsorten, stolze 46 wachsen in seinem Versuchswingarten. Ein interessanter Tropfen zu einem unschlagbaren Preis.

3,50 € ab Hof, Hauptstraße 25, www.weingut-forsthuber.at

Lagerung: bis 2013
Trinktemperatur: 8-10°C
Alkohol: 13% vol

dinner FOR ONE

KÜRBIS CARPACCIO

Kürbis, falls notwendig, entkernen, mit dem Rohschäler schälen. Fruchtfleisch mit dem Rohschäler hauchdünn in Scheiben hobeln, locker auf dem Teller verteilen. Salzen, pfeffern. Kürbiskerne in etwas Kürbiskernöl rösten, bis sie springen, salzen. Oder Walnusskerne ohne Fett hellbraun rösten, salzen. Pfefferoni in schmale Ringe schneiden. Kürbis mit Balsamessig und Kürbiskernöl beträufeln, die Kerne bzw. Nüsse und Pfefferoni drüberstreuen. Dazu: Weißbrot.

MAN BRAUCHT: Rohschäler oder Schneidemaschine, 1 Pfanne, 10 Minuten. Ca. 180 kcal (ohne Brot)



- 1 Stück Muskatkürbis, Butternuß oder Langer von Neapel (ca. 200 g)
- Salz, Pfeffer
- Balsamessig
- Kürbiskernöl
- 1 Pfefferoni
- 1-2 EL Walnusskerne oder ungeröstete Kürbiskerne



Fit mit Kokoswasser

100% Wasser aus der grünen Kokosnuss. Vitalisiert ganz natürlich.

Am besten GUT GEKÜHLT genießen!



Plück' Dir puren Genuss.