



## AM HERD MIT CLAUDIA REITERER

Mit einem Koffer und einer Flasche Kernöl zog sie vor 13 Jahren bei einer Freundin in Wien ein. Inzwischen: ORF Moderatorin, Mutter, Autorin, Dancing-Star 2009

Ein handgeflochtenes Einkaufskörbchen auf dem Arm und einen dicken weißen Schal um den Hals, klingelt Claudia Reiterer an meiner Tür. Wie immer, wenn sie Gäste bekoht, steht ihre Kürbissuppe auf dem Programm; mit Karotten drin, wegen der Farbe, und Erdäpfeln, damit sie schön sämig wird. Den Kürbis hat sie vom Türken ums Eck. „Daheim in der Steiermark mach ma das mit dem Ölkürbis.“ In Wien bewohnt sie zusammen mit Sohn Julian und Ehemann Lothar Lockl ein kleines Haus am Wilhelminenberg „Schrebergarten hat schon was.“ Und ganz in der Nähe gibt's auch ein Wirtshaus, so hat sie sich's immer gewünscht. Die Gemüse köcheln schon dahin, hinein kommt der Suppenwürfel. „Ich bin eine schnelle, praktische Köchin.“ Als Moderatorin des Servicemagazins *Konkret* ist sie auch mit Themen rund um die Ernährung befasst und testet und verkostet immer wieder Lebensmittel. Olivenöle zum Beispiel. „Das Problem dabei sind die Plastikstoppeln. Die lösen nämlich aus dem Öl Stoffe heraus, die krebserregend sind. Und dann wird aus einem erstklassigen Öl ein gesundheitsgefährdendes.“ Der Steirerin, deren erster Beruf Krankenschwester war, kann man natürlich auch in Sachen Kernöl nichts vormachen. „Sobald es am Rand lila scheint, ist Rapsöl dabei. Dieser ganze Etikettenschwindel geht mir auf die Nerven.“ Ob ihr die Teilnahme an Dancing-Stars vor zwei Jahren Spaß gemacht hat? „Extrem! Zum Schluss hab' ich acht Stunden täglich trainiert.“ Die Suppe ist fertig. Kommt Kernöl rein? „Nein, ich mag sie pur. Kernöl verwende ich nur für mein Salatdressing.“

### KÜRBISSUPPE

Zwiebel, Karotten und Erdäpfel schälen und grob schneiden. Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel darin glasig anschwitzen. Karotten dazugeben, kurz mitschwitzen, mit ca. 2 Liter Wasser aufgießen. Erdäpfel und Suppenwürfel dazu, köcheln lassen. Kürbis entkernen und schälen, zerkleinern, ebenfalls dazugeben. Kochen lassen, bis die Gemüse weich sind. Mixen, einen guten Schuss Obers oder Crème fraîche einrühren, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen.

- 1 Zwiebel
- 3 große Karotten
- Rapsöl
- 2 große oder 5 kleine Erdäpfel
- Ca. 350 g Kürbis
- 1,5 Würfel Gemüsebouillon
- Obers oder Crème fraîche
- Muskatnuss
- Salz, Pfeffer

### 5 fragen

**Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit?**  
Die Radieschen von früher

**Was würden Sie nie essen?**  
Schnecken, Muscheln, Froschschenkel

**Welche Küche der Welt ist Ihnen am liebsten?**  
Die Steirische und die Thailändische

**Ihr Lieblingslokal?**  
Gasthaus „Am Predigtstuhl“, Wien 17

**Wo kaufen Sie am liebsten ein?**  
In Graz am Kaiser Josef Markt, in Wien beim großen Interspar bei mir in der Nähe



### wein DER WOCHE

GRÜNER VELTLINER 2010, WEINGUT SCHULZ, Dobermannsdorf, südöstliches Weinviertel

Die Wachstumsbedingungen waren im Vorjahr alles andere als einfach, die Erntemengen sind gering. Wie immer, sind die Qualitätsprognosen seitens der Winzerschaft optimistisch, ob die Weine das auch wirklich halten können, wird sich erst zeigen. Ein paar gelungene Vorboten sind jedenfalls schon auf dem Markt. Ein Wein wie aus einem Guss. Alles da: Pfefferl in der Nase, saftiges Frucht-Säurespiel. Trinkvergnügen fürs Faschingsfest.

5,50 € im Wino, Vinothek-Weinbar, Brünner Straße 20c, Poysdorf, [www.wino.at](http://www.wino.at)

Lagerung: jung trinken  
Trinktemperatur: 8°C  
Alkohol: 12,5 % vol

## dinner FOR ONE

### GEDÄMPFTER LACHS MIT FENCHEL

Fenchel waschen, holzige Teile entfernen, zarte grüne Spitzen beiseitelegen. Knolle halbieren und längs in halbzentimeterdicke Scheiben, bzw. Streifen schneiden. 2 EL Butter in einer Pfanne zerlassen, eine Prise Zucker einstreuen, Fenchel anschwitzen. Salzen, pfeffern, mit dem Saft einer halben Zitrone beträufeln, mit einem Schuss Wasser aufgießen. Lachs waschen, trockentupfen, mit Zitronensaft beträufeln, zart salzen; aufs Gemüse legen, mit gut sitzendem Deckel verschließen, ca. 5 Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen bis der Fisch warm, innen aber noch glasig ist. Gemüse und Fisch mit dem entstandenen Saft übergießen, Fenchelgrün hacken, drüberstreuen.

- 180 g frisches (bio)Lachsfilet
- 1 mittelgroße Fenchelknolle
- Salz, Pfeffer
- Zucker, Butter
- 1 Zitrone



MAN BRAUCHT: 1 Pfanne, 12 Minuten. Ca. 420 kcal

## genussFRAGE

### GEWINNSPIEL

Beantworten Sie die Frage und gewinnen Sie Whisky im Wert von 70 €. Und zwar von Potstill - Austria's finest Whisky Store, Wien 8, Strozsigasse 37, <http://potstill.org>

Es gibt mehrere hundert Hefepilzarten. Jene, die wir als Kochhefe kaufen, ist ein Nebenprodukt welchen Vorgangs?

- A des Weinmachens?
- B des Bierbrauens?
- C der Suppenwürzherstellung?

Senden Sie bitte die richtige Antwort an: KURIER FREIZEIT, Lindengasse 52, 1072 Wien  
E-Mail: [genussfrage@kurier.at](mailto:genussfrage@kurier.at)  
Kennwort: „genussfrage“  
Einsendeschluss: 19. Februar 2011  
Der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt.  
Die richtige Antwort vom 29. Jänner: A. Ein Kapaun ist ein kastrierter Hahn.

Mehr finden Sie auf [www.kurier.at/genuss](http://www.kurier.at/genuss)



**FRZ. COEUR DE NEUFCHATEL**  
Ca. 23% Fett absolut. Aus Kuhrohmlach aus der Normandie hergestellter, handgeschöpfter, milder Weichkäse.

200-g-Stück  
**3,99** (per kg 19,95)



LOIMER GRÜNER VELTLINER LOIS  
Niederösterreich, Kemptal, frisch & würzig.  
0,75-l-Flasche

statt 7,49

**6,49**

Ersparnis 1,-



SPAR Service Team - 0810/111555  
[www.spar.at](http://www.spar.at)

Angebote gültig bis 16.02.2011.