

So ein Topfen! Haben Sie schon einmal etwas von einem Klatschkies gehört? Oder von Glumse, Matte und Mutz? Keine Sorge, bei Ahnungslosigkeit muss sich ihr Allgemeinwissen nicht verstecken, kaum jemand wird wissen, dass es sich dabei um lautmalerische Umschreibungen von Topfen handelt. Unser schönes Wort ist seit dem 13. Jahrhundert belegt und lässt uns davon ausgehen, dass Topfen im Topf hergestellt wurde und rund war. Der Form blieb auch Ja! Natürlich treu – der Inhalt kommt seiner Bestimmung mit Hilfe von feinsten Salzburger-Bio-Milch, Milchsäurebakterien und Lab nahe. Nudel, Knödel, Schmarren oder Strudel – ohne Topfen wäre die österreichische Küche um einige Genusserelebnisse ärmer, egal ob salzig oder süß. Doch auch als probates Hausmittel, vor allem als Wickel, bewährt sich das Milchprodukt seit hundert Jahren von Jahren.



BIO TIPP Die besten Topfenpalatschinken der Welt: Aus Bio-Mehl, Bio-Milch und Bio-Eiern einen Palatschinkenteig rühren, 20 Min. rasten lassen. Inzwischen 60 g Bio-Butter, 40 g Bio-Zucker, 1 TL Vanillezucker, Bio-Zitronenschale schaumig rühren. 3 Bio-Dotter und 200 g Bio-Topfen unterrühren, 3 Bio-Eiklar mit 50g Bio-Zucker steif schlagen, unterziehen. Palatschinken dünn ausbacken, mit der Topfenmasse füllen und 15 Min. im Ofen bei 160 Grad backen.

Weitere Informationen unter <http://blog.janatuernlich.at/ernaehrung>

Lesen Sie nächste Woche: Bio-Roggen-vollkornbrot



www.janatuernlich.at

FOTOS: FRANZ GRUBER, HEIDI STROBL



AM HERD MIT NINA HARTMANN

Nach ihrem Aufenthalt in Brasilien kocht die Kabarettistin sommerlich Bunt für uns. Und das ganz schön üppig.

„Normalerweise machens' das mit 20 Eiern“, sagt Nina Hartmann, als sie 10 Eier zustellt. Na bum. Man könne auch Fisch nehmen stattdessen, aber „den gibt's bei uns ja ned so“. Den Herbst verbrachte die groß gewachsene, sportliche Schauspielerin an der Nordostküste Brasiliens, um eine Dokumentation über Capoeira zu drehen, den Kampftanz, der auf die südamerikanische Sklavenzeit zurückgeht. Seit Dezember ist sie wieder im Land. Die Reise veranlasste sie dazu, ihr aktuelles Kabarettprogramm binnen kurzer Zeit komplett zu überarbeiten und neu zu betiteln: Brasil. Vorpremiere 23. 2. Bühnenwirthaus Juster Gutenbrunn, Premiere 28. 2. Orpheum Wien. Ihre Ansprüche an sich selbst sind hoch. „Unter Druck arbeite ich eh gut.“ In der Office-Küche von Ninas Managerin im dritten Bezirk türmen sich mitten im Winter herrlich bunte Lebensmittel. „In Brasilien, da gibt's Früchte, des glaubst ned.“ Essen ist der Tirolerin sehr wichtig. „I koch volle gern“, die Freude sieht man ihr so richtig an. Eine Flasche vom roten Palmöl „Oléo de Dendê“ hat sie aus Brasilien mitgebracht. „Mit dem kochen die alles dort.“ Ein sehr eigener Duft, ein sehr spezieller Geschmack. Aber ja, für das Originalrezept unbedingt nötig. Die Eier sind inzwischen gekocht, wir spielen Ostern und pecken. Pech gehabt – Ninas Ei schlägt alle anderen. Der Eintopf köchelt, jetzt der Salat. Grüne Blätter, gelbe Mango, schwarzer Sesam – eine schöne, selbsterfundene Mischung. „Mein tropischer Salat.“ Als gutgelernte mitteleuropäische Esser schöpfen wir uns nur ein wenig aus dem üppigen Eiertopf auf unseren Reis. Dabei gibt es hier viel mehr dicke Leute als in Brasilien, meint Nina. „Dort bist du ständig in Bewegung, zu Fuß oder mit dem Radl.“ Wir genießen den Sommer auf dem Teller und dann mache ich mich auf zu einem langen Winterspaziergang – ganz zu (Hund) Maxls Freude. Ja, Frauli, mit dem netten Mädli darfst du öfters kochen.



OVOS DE BUDA

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken. Einen Schuss Rapsöl und 1-2 EL Oléo de Dendê in einem Topf erhitzen, beides darin anschwitzen. Beide Paprika klein würfeln, mit-schwitzen. Paradeiser würfeln, dazugeben. Kokosmilch, Paprikapulver und, wer mag, gehackte Chili unterrühren. Salzen, pfeffern, 20 Minuten köcheln lassen. Eier inzwischen hart kochen, abschrecken, schälen, vierteln. Gehackten Koriander und Eier in die Kokossauce rühren und noch kurz mitköcheln, bis alles schön sämig ist. Mit Reis und Salat essen. Salat: Blätter zerzupfen, Mango vom Kern schneiden und würfeln, Sesam ohne Fett rösten. Vermischen, mit Limettensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer würzen.

- 10 Eier
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- Rapsöl
- 1-2 EL Oléo de Dendê (Rotes Palmöl, gibt's beim Prosi Markt)
- Je 1 roter und gelber Paprika
- 300-400 g gewürfelte Paradeiser
- 2 Dosen Kokosmilch (à 400 ml)
- 1-2 Prisen scharfes Paprikapulver, Salz, Pfeffer
- Ev. 1 Chilischote
- 1 Bund Koriander

5 fragen

- Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit?** Schokolade.
- Welche Küche der Welt ist Ihnen am liebsten?** Die vietnamesische, jetzt auch die brasilianische Küche. Aber eigentlich: Mischungen ohne Regeln.
- Was würden Sie nie essen?** Leber, Innereien.
- Ihr Lieblingslokal?** Das Restaurant On in der Wehrgasse, Wien 5.
- Welche Speise vermag es, Sie zu trösten?** Schokolade.



wein DER WOCHE

HAGENAUER BURGSTALL, GRAUBURGUNDER SPÄTLESE 2011, WINZERVEREIN HAGENAU, Bodensee, Deutschland

Ja, auch an den sanften Hügeln des Bodensees gedeiht Wein. Der Ort Hagenau ist von ca. 150 ha Rebfläche umgeben, am Winzerverein (seit 1881!) sind 97 Winzer beteiligt. Hauptrebsorten: Müller-Thurgau, Blauer Spätburgunder, Grauburgunder. Die trocken ausgebaute Spätlese 2011 ist ein extraktreicher, harmonischer Wein, passt zu Fisch, Geflügel, Gemüsespeisen.

8,90 €, Strandbadstraße 7, www.wv-hagnau.de

Lagerung: bis 2015
Trinktemperatur: 10-12°C
Alkohol: 12,5 % vol

LA DOLCE Vita!

SO MACHT ABNEHMEN SPASS:
LESEN SIE ALLES ÜBER DIE SPAGHETTI DIÄT.

PLUS:
Fit in den Frühling

WOMAN begleitet 5 Leserinnen
in ein neues Leben!

JETZT IN IHRER TRAFIK!

woman
Keine kennt mich besser.