

Am herd MIT ANITA AMMERSFELD



Weißes Gold. Bio + Kühe + Alm + Milch = gut für mich. Diese logische Gleichung versteht sogar der größte Antimatematiker. Milch ist seit Jahrtausenden Sinnbild für Kraft, Gesundheit, Wachstum, für Natur, Ursprünglichkeit und Harmonie. Und das ganz zu Recht. Welche Wunder sie vollbringen kann, hängt vor allem von ihrer Qualität ab. Ja! Natürlich hat sich für den aufwendigsten Weg zum hochwertigsten Produkt entschieden – Bio-Heumilch. Ja! Natürlich Kühe leben gesund, sie machen all das, was man uns ständig rät: viel frische Luft (Wald & Wiese), Bewegung (365 Tage im Jahr Auslauf), hervorragende Ernährung (Kräuter, Gräser, Heu, Getreide und keine Silage). All das ist nicht nur unter artgemäßer Tierhaltung zusammen zu fassen, sondern ebenso würdevoll wie respektvoll und macht die Tiere widerstandsfähig und gesund. So lässt es sich das Ja! Natürlich Bio-Rind gut gehen und dankt die Pflege mit hochwertiger Bio-Heumilch, die täglich frisch abgeholet und besonders schonend und rasch verarbeitet wird. Die kurze Mindesthaltbarkeit ist somit ein Zeichen von absoluter Frische und Qualität! Gekennzeichnet sind Produkte dieser besonderen Milch übrigens mit einer grünen Kuh.



BIO TIPP Punkt für Punkt: Heumilch-Sticker sammeln, einkleben und einsenden oder online eingeben. Mit etwas Glück gewinnt man einen von fünf Urlauben am Heumilch-Bauernhof oder einen Monatsvorrat an Bio-Heumilch. Weitere Infos unter www.janaturlich.at

Lesen Sie nächste Woche: Bio-Polpa



www.janaturlich.at



FOTOS: FRANZ GRUBER, HERSTELLER

Noch ist die engagierte Sängerin, Schauspielerin und Theaterdirektorin Intendantin des „stadtTheater walfischgasse“ und kommt kaum zum Kochen. Das wird sich aber demnächst ändern.

Wir essen hauptsächlich Fisch“, stellt Anita Ammersfeld gleich einmal klar, als sie bei mir eintrifft, „aber wenn Huhn, dann nach diesem Rezept“. Jede Menge Zutaten zaubert sie auf den Tisch, sogar ihren eigenen Bräter hat sie mitgebracht. Schaut kompliziert aus. Aber dann – ein Schuss Sojasauce, eine ordentliche Portion Honig, ein halbes Achterl Rotwein landen direkt im Bräter, werden kurz verrührt, ein wenig Würze dazu, Hühnerfilets einlegen. „Im Idealfall soll das eine halbe Stunde ziehen.“ Wir nehmen's aber nicht so genau. Zwiebel drauf, Champignons, Dörrpflaumen. Süß und pikant zugleich, so koche man gern in Israel. Dort hat Ammersfeld das Rezept kennengelernt. Gemeinsam mit ihrem Mann verbringt sie immer wieder Zeit in Tel Aviv, ihr 27-jähriger Sohn ist nach der Matura dorthin ausgewandert. „Das ist eine junge Stadt, so voller Leben.“



wein DER WOCHE

„RED ROSES ROSENMUSKATELLER 2013, WEINLAUBENHOF KRACHER, Illmitz, Burgenland

Südtirol ist das Land der Rosenmuskateller, bei uns ist die duftige Rebsorte kaum zu finden. Süßweinspezialist Gerhard Kracher hat seinen Rosenmuskateller als Beerenauslese ausgebaut, nicht zu

süß und wirklich sehr fein. Er passt zu schokoladigen oder nussigen Desserts oder einfach so, als kleine Belohnung zwischendurch.

0,375 l, 19 € ab Hof, Apetlo-nerstraße 37, www.kracher.at



ISRAELISCHES huhn

Für die Marinade 2-3 EL Sojasauce, 3-4 EL Honig, 1/16 l Rotwein, 1 TL Suppenpulver, Salz, Pfeffer und einen Schuss Wasser in einem mittelgroßen Bräter verrühren. Die Hühnerfilets nebeneinander einlegen und eine halbe Stunde ziehen lassen. Das Backrohr auf 200°C aufheizen. Zwiebel schälen und in schmale Streifen schneiden, Champignons blättrig schneiden. Zwiebel, Dörrpflaumen und Champignons im Bräter verteilen, Gewürzsalz drüberstreuen. Deckel drauf, ca. 90 Minuten im Backrohr garen. Inzwischen den Reis mit der doppelten Wassermenge und ein wenig Suppenwürze kochen.

4 Hühnerfilets, halbiert, ohne Haut
Sojasauce
Honig
Rotwein
Suppenpulver
Salz, Pfeffer
1 Zwiebel
15-20 Dörrpflaumen ohne Kern
Gewürzsalz mit Knoblauch und Petersilie
Basmatireis

5 fragen

Was würden Sie nie essen? Schwein. Und Innereien.

Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit? Omas Kalbswienerschnitzerl mit ihrem unglaublich guten Erdäpfelsalat.

Ihr größtes kulinarisches Missgeschick? Es ist schon lange her, da habe ich für Gäste einen Waller im Ganzen gegart und ihn auf einer schönen großen Porzellanplatte angerichtet. Beim Servieren bin ich mit dem Ärmel an einer Türschnalle hängen geblieben – alles hin. Wir sind dann essen gegangen.

Ihr Lieblingslokal? Die Cantinetta Antinori, Jasomirgottstraße 3-5, Wien 1.

Welche Speise vermag es, Sie zu trösten? Kaiserschmarrn mit Zwetschkenröster. Ab und zu auch Schokolade.

✚ Für eine Familienfeier bestellen wir eine Woche vor dem Termin einen Tisch im Voralpenhof Frankenfels im Pielachtal und erwähnen, dass wir auch einen Veganer dabei haben. Auf unserem hübsch gedeckten Tisch finden wir dann ein paar „normale“ Menükarten, und eine eigens für uns kreierte mit fünf verlockenden veganen Gerichten, dazu der Hinweis: „Die hat der Koch extra vorher ausprobiert.“

■ Für einen Fernsehabend bringen Freunde eine Packung „Snack Fun“ Peanut Snips mit. „Qualität aus Österreich“ steht groß drauf. „Wachsen bei uns Erdnüsse?“ Nein. Hinweise, woher der Rohstoff kommt, finden wir nicht. Schon eigenartig.