

Katharina Seiser
Meinrad Neunkirchner
Julian Riess (Hg.)

Einer

FÜR

ALLES

*80 Rezepte
und ein Topf*



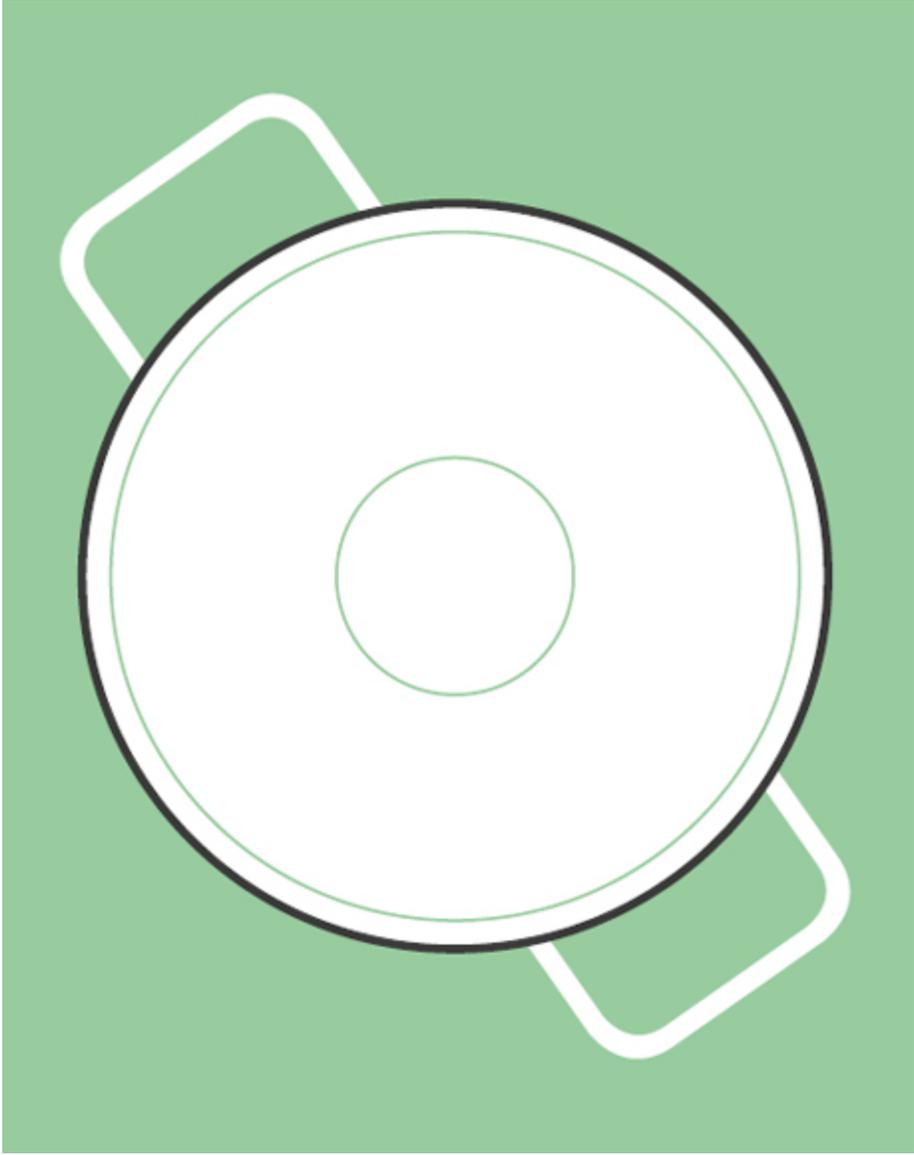
Brandstätter

Katharina Seiser
Meinrad Neunkirchner
Julian Riess (Hg.)

Einer
FÜR
ALLES

*80 Rezepte
und ein Topf*

 Brandstätter



Inhalt

VORWORT

MORGENWONNE

Frühstück & Brunch: Abwechslungsreicher Start in den Tag

SUPPEN

Klar & cremig: Heiß oder kalt, Gemüse oder Pilze, Fisch oder Fleisch

| Uralt und bewährt: Kochgeschirr aus Emaille

ALLES GETREIDE

Körner & Nudeln: Ein Topf, viel Geschmack und wenig Arbeit

KÜCHENZAUBEREI

Schnell & raffiniert: Hunger groß, aber Butterbrot zu banal?

| Schön und gut: Was macht den idealen Kochtopf aus?

PFLANZENREICH

Gemüse & Hülsenfrüchte: Heiß, lauwarm oder kalt – Hauptsache vegetarisch!

GANZ KLASSISCH

Ragouts & Schmorgerichte: Machen immer satt und froh

| Ein-Topf: Mangel, Überfluss, Reduktion

AUS DEM OFEN

Auflauf & Gratin: Topflappen bereithalten!

ZUM MITNEHMEN

Fürs Büro & für Feste: Zuhause vorbereiten, woanders essen

| Aus einem Topf: Gemeinsam kochen, gemeinsam Essen

HEISSE LUFT

Dämpfen & Räuchern: Wer sagt, dass man im Topf nur kochen kann?

FRISCH GEBACKEN

Süßes & Brot: Wir backen alles im Topf!

ZUM NACHGUCKEN

TEAM & DANK

Vorwort

Die runde Form mit den zwei Henkeln am Cover erkennen alle sofort als Topf. Er ist der Urmeter der Küche: ohne Topf kein Kochen. Wir haben das wörtlich genommen und versammeln in diesem Buch 80 Rezepte, für die man nur einen einzigen Topf, genau genommen nur eine einzige Feuerstelle, braucht. Wir bereiten Porridge und Eierspeisen zum Frühstück darin zu, natürlich Suppen, Pasta, Risotto und andere, auch wiederentdeckte Getreide, viel Gemüse, Ragouts, größere Fleischstücke und Fisch. Wir verwandeln den Topf in ein stilvolles Behältnis für kulinarische Mitbringsel ins Büro oder zur Party. Und wir reizen die Idee des einen Behältnisses noch weiter aus: Wir dämpfen Fisch und Teigtaschen im Topf, wir räuchern Würste. Natürlich backen wir im Topf auch Kuchen.

Die Rezepte stammen alle vom Wiener Meisterkoch Meinrad Neunkirchner. Seine Rezepte sind einfach nachzukochen und bestens auf Haushaltsküchen abgestimmt. Dank pfiffiger Ideen und Kombinationen entwickeln sie aber eine Raffinesse, von der niemand glauben wird, dass Sie dafür nur einen Topf verwendet haben.

Wir haben uns die Latte hoch gelegt: Jedes der Rezepte muss eine eigenständige Mahlzeit sein. Bei Suppen und Salaten vielleicht mit einem Stück Brot dazu oder Obst danach. Bei warmen Speisen passt meist ein kleiner Salat als Ergänzung. Und unsere süßen Backwaren sind sättigende Seelenschmeichler.

Die von Thomas Apolt fotografierten Gerichte hat Meinrad Neunkirchner alle in Aromapots der für ihre Emailleprodukte international bekannten österreichischen Firma Riess gekocht. Das war unser Wunsch, denn mit Emailletöpfen verbinden viele von uns Erinnerungen an die Kindheit, die Oma und gutes Essen. Dieser bewährte Werkstoff ist umweltfreundlich und völlig frei von Schadstoffen – nicht nur deshalb passt er so gut ins Heute. Die Rezepte können aber in jedem hochwertigen Kochtopf zubereitet werden.

„Das haben wir eigentlich aus Amerika gelernt, nicht auf die Suppe, sondern auf den Topf zu gucken. Früher fragte man, wie eine Medizin wirke, heute, wie sie verpackt sei.“ Diesen Aphorismus hat Kurt Tucholsky vor genau einem Jahrhundert, 1914, geschrieben. Er wollte gegen den zunehmenden Etikettenschwindel wettern; doch dieses Zitat passt auch gut zu unserer Philosophie des guten Essens: Obwohl der Titelheld unseres Buches der Topf ist, geht es nicht in erster Linie um den Topf, sondern um seinen Inhalt. Geschmackvolle Lebensmittel von achtsam geführten Bauernhöfen und anständig gehaltenen Tieren ergeben mit ein bisschen Zeit und Hingabe Mahlzeiten, die nicht nur satt, sondern auch froh machen.

Viel Vergnügen beim Kochen und Essen!



KATHARINA SEISER



FRÜHLING

SOMMER



HERBST



WINTER



JEDERZEIT



SCHNELL

steht in etwa einer halben Stunde auf dem Tisch



VEGETARISCH



VEGAN



TOPFGRÖSSE



DÄMPFEINSATZ



RÄUCHERTOPF



OFEN

Die Mengen in den Rezepten sind meist für 2 oder für 4 Personen berechnet und entsprechend gekennzeichnet. Wir finden das zeitgemäß. Zur Charakterisierung der Rezepte hat Designerin Miriam Strobach Symbole entwickelt.



Morgensonne

FRÜHSTÜCK & BRUNCH

*Abwechslungsreicher Start in den Tag:
Es gibt ein Frühstücksleben neben Marmeladebrot
und weichem Ei. Es schmeckt süß oder salzig, mild
oder scharf, jedenfalls warm und ganz besonders.*

KLEINE BRATWÜRSTCHEN MIT BOHNEN, TOMATEN UND SALBEI



Alles in einem Topf? Kein Problem, wir drehen den Spieß einfach um: Zuerst werden die Würste gebraten, dann im Bratrückstand die Bohnen zubereitet.

ZUTATEN FÜR 4

- 1 kleine Dose weiße Bohnen (ca. 400 g Inhalt)
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zweige Salbei
- 1 Zweig Bohnenkraut

2 EL Olivenöl
8 Paar Mini-Bratwürstchen
1-2 EL Ketchup
ca. 125 ml passierte Tomaten
Salz
Prise Chilipulver

*

frischer Salbei
frisches Bohnenkraut

Bohnen in einem Sieb gut abtropfen. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein schneiden. Salbei und Bohnenkraut abzupfen und klein schneiden.

Würste im Topf im Olivenöl anbraten. Herausnehmen, in Alufolie gewickelt zur Seite stellen.

Im Bratrückstand Zwiebel und Knoblauch rösten, abgetropfte Bohnen dazugeben. Ketchup und passierte Tomaten beifügen. Mit Salz und Chili würzen.

Bohnen ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Mit geschnittenem Salbei und Bohnenkraut würzen. Abschmecken. Mit den Bratwürsten belegen, mit frischen Kräutern garnieren.

VARIANTE

ASIATISCHE BOHNEN: Statt mit Tomaten und Ketchup mit etwas Currypulver, 1 Spritzer Sojasauce, 1 Messerspitze Honig und 1 Spritzer hellem Reisessig abschmecken, Kräuter weglassen.

TIPP

Wenn gewünscht, Würste im Ofen bei ca. 100 Grad warm halten.

 JEDERZEIT

 SCHNELL

EI IN DER COCOTTE MIT SPINAT UND BRENNNESSELN



Mit genauen Mengenangaben braucht man sich bei diesem Rezept nicht aufzuhalten. Faustregel: Pro Person ein Ei und eine halbe Handvoll junges Grünzeug, basta.

ZUTATEN FÜR 4

- 1 Handvoll Blattspinat
- 1 Handvoll Brennnesseln
- 1 EL Butter
- Salz

Prise Muskatnuss
2-3 EL Sahne
Butter für die Förmchen
4 Eier

*

grobes Meersalz
geschroteter schwarzer Pfeffer
Räucherpaprika
kleine Spinatblätter

Spinat und Brennnesseln abzupfen, Spinat waschen und trocken schleudern.

Butter vorsichtig auf mittlerer Hitze haselnussbraun schmelzen. Brennnesseln und Spinat dazugeben. Mit Salz und Muskatnuss würzen. Sahne dazugeben. Zusammenfallen lassen. Abschmecken.

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Cocotten (kleine, feuerfeste Förmchen, Dariolformen) buttern, Spinat darin verteilen. Eier aufschlagen, auf den Spinat setzen (je 1 pro Form). Förmchen in den Topf stellen. Kochendes Wasser vorsichtig bis ca. $\frac{2}{3}$ der Höhe der Förmchen in den Topf eingießen.

Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf mittlerer Schiene ca. 5-8 Minuten garen, bis das Eiweiß fest ist.

Förmchen herausnehmen, mit grobem Salz, geschrotetem Pfeffer und Räucherpaprika bestreuen. Mit Spinatblättern garnieren. Heiß servieren.

VARIANTE

Statt Spinat und Brennnesseln kleine gezupfte oder grob geschnittene Löwenzahnblätter oder Taubnesseln verwenden.

TIPP

Getoastetes Brot, [Topf-Brötchen](#), Graham- oder Dinkelbrötchen passen gut dazu.



FRÜHLING
OFEN



SCHNELL



VEGETARISCH



CORNFLAKES IN BIRNENMILCH MIT KAROTTEN



| Klingt wild, ist unverschämt gesund - und gut noch dazu.

ZUTATEN FÜR 2

- 2 kleine Karotten
- 2 EL Pistazien
- 2 reife Birnen
- ca. 400 ml Milch
- 2 Handvoll Cornflakes
- evtl. 1 TL brauner Zucker oder Ahornsirup

*

gehackte Pistazien

Karotten schälen, fein reiben. Pistazien grob hacken. Birnen schälen, Kerngehäuse entfernen, Birnen in kleine Würfel schneiden.

Milch mit Birnenwürfeln einmal aufkochen, vom Herd ziehen. Karotten, Pistazien und Cornflakes dazugeben, kurz durchrühren, evtl. süßen.

In Schalen anrichten, mit gehackten Pistazien bestreuen.

VARIANTEN

Statt Birnen Äpfel oder frische Feigen verwenden.



HERBST



SCHNELL



VEGETARISCH

GABELFRÜHSTÜCK: RÜHREI MIT GRIEBEN UND SCHNITTLAUCH



Zugegeben: Für ein klassisches Wiener Gabelfrühstück – eine vormittägliche „kleine Zwischenmahlzeit“ für die, die schon länger auf den Beinen sind – fehlt den meisten heute der Anlass (und die Zeit). Man darf es aber auch zum Sonntagsbrunch servieren.

ZUTATEN FÜR 2

- 1 Schalotte
- ½ Knoblauchzehe
- ½ Bund Schnittlauch

2-3 EL Grieben (Grammeln)
4 Eier
2 EL Sahne
Salz
weißer Pfeffer aus der Mühle
1 EL Butter

*

Schnittlauch oder gemischte frische Kräuter (Petersilie, Thymian, Majoran)

Schalotte schälen, klein schneiden, Knoblauch hacken, Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Grieben evtl. klein schneiden. Eier mit Sahne, Salz und Pfeffer mit einer Gabel verquirlen.

Grieben im Topf kurz anschwitzen, einige für die Garnitur zur Seite legen. Butter zu den restlichen Grieben dazugeben, Schalotte und Knoblauch hinzufügen, Eier eingießen.

Bei kleiner Flamme und ständigem Rühren cremig garen.

Schnittlauch dazugeben. Noch leicht cremig (Ei zieht nach) auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit Grieben, Schnittlauch oder Kräutern garnieren, sofort servieren.

VARIANTE

Statt Grieben klein geschnittenes Räucherfleisch (Selchfleisch) verwenden.

TIPP

Holzofenbrot und ein kleines Bier passen gut dazu.

AMERIKA: EIER, SPECK, MAIS, TOMATEN



Ham & Eggs sind gut und schön, aber mit mitgebratenem Gemüse wird eine richtig befriedigende erste Mahlzeit des Tages daraus. Dass Speck und Ahornsirup hervorragend zusammenpassen, hat sich bei uns noch viel zu wenig herumgesprochen.

ZUTATEN FÜR 2

- 4 Scheiben Frühstücksspeck
- 4 Mini-Maiskolben
- 2 kleine Tomaten
- 2 Eier

*

Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
einige Tropfen Ahornsirup
frischer Thymian

Speck im Topf ohne Fett langsam knusprig braten.

Maiskölbchen je nach Größe halbieren, Tomaten halbieren, beides neben dem Speck mitbraten. Gemüse auf die Seite schieben.

Eier über den Speck schlagen. Wie Spiegelei fest werden lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen, zum Schluss mit einigen Tropfen Ahornsirup beträufeln, mit Thymian garnieren.

VARIANTE

Statt Maiskölbchen 1 Stange Stangensellerie verwenden: die Fäden abziehen, Sellerie in kleinere Stücke schneiden.

TIPP

[Topf-Brötchen](#) passen gut dazu.

 JEDERZEIT

 SCHNELL

DÖRRFRÜCHTE-PORRIDGE MIT KASTANIENHONIG



In Schottland würde man für diese Variante des Frühstücksnationalgerichtes Einreiseverbot bekommen. Butter und Gewürze sind dort im Porridge streng verboten. Wir sehen das nicht so eng, sondern freuen uns an saisonalen Spielarten der Idee, Hafer in Milch zu einem wohltuenden Morgengruß zu kochen.

ZUTATEN FÜR 2

ca. 70 g gemischte Dörrfrüchte, z. B. Pflaumen, Aprikosen, Datteln, Feigen, Preiselbeeren, Cranberrys, Rosinen

ca. 400 ml Milch
4 gehäufte EL zarte Haferflocken
Prise Salz
ausgekratztes Mark von ½ Vanilleschote
Prise Zimt
2 Zweige Melisse oder Minze
ca. 1 EL Kastanienhonig

Dörrfrüchte klein schneiden, einige Stückchen zum Garnieren zur Seite legen, Rest in der Milch einweichen.

Haferflocken im Topf bei kleiner Flamme kurz trocken rösten, Salz und Gewürze dazugeben, mit der Milch samt Früchten aufgießen.

Bei kleiner Flamme ca. 5-10 Minuten nach Geschmack dickcremig kochen.

Melisse oder Minze waschen, trocken tupfen, abzupfen und klein schneiden.

Porridge mit Kastanienhonig und Melisse oder Minze abschmecken. In Schalen anrichten, mit Dörrfrüchten garnieren.

VARIANTEN

Im Sommer Steinobst wie Pfirsiche oder Aprikosen in Spalten und entsteinte Kirschen zum Schluss unter den Porridge mischen und kurz erwärmen. Beeren obenauf streuen.

Im Herbst Äpfel, Birnen und kleine, kernlose Weintrauben verwenden, zum Schluss kurz im Porridge erwärmen.

Im Winter Zitrusfrüchtefilets, z. B. von Blutorange, Grapefruits oder Mandarinen, zum Schluss im Porridge kurz erwärmen.

TIPP

Bei kleiner Flamme trocken geröstete Haselnüsse,
Pinienkerne oder Mandelblättchen zum Schluss
darüberstreuen.



WINTER



SCHNELL



VEGETARISCH

SÜSSER EIERKUCHEN MIT APRIKOSENMARMELADE UND MINZE



Wer sagt, dass man für Marmeladenbrot immer Brot im Haus haben muss?
Durch das kurze Mixen geht der Eierkuchen schön auf.

ZUTATEN FÜR 2

- 2 Zweige Minze
- 4 Eier
- 2 EL Sahne
- 1 EL Butter
- 2 EL Aprikosenmarmelade

*

frische Minze

Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Minze waschen, trocken tupfen, abzupfen und grob schneiden. Eier mit Sahne und Minze in einem Mixbecher mit dem Mixstab kurz durchmischen.

Butter im Topf zerlassen. Eiermasse eingießen. Deckel daraufsetzen.

Im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad ca. 5 Minuten garen.

Topf aus dem Ofen nehmen. Eierkuchen auf einen Teller stürzen. Mit glatt gerührter Aprikosenmarmelade dünn bestreichen, mit Minze garnieren.

VARIANTEN

Lieblingsmarmelade verwenden, z. B. Himbeere, Orange, rote Johannisbeere, Zwetschkenmus (Powidl), Kirsche ...

In die Eiermasse 2 EL bei kleiner Flamme trocken geröstete feine Kokosraspeln geben, Eierkuchen zusätzlich mit Kokosraspeln garnieren.

 JEDERZEIT

16-20 CM



SCHNELL



OFEN



VEGETARISCH



KATERFRÜHSTÜCK: SÜSS-SAURE FORELLE



Schmeckt nicht nur im Fasching und nicht nur mit Kater, aber beides ist eine gute Ausrede für dieses luxuriöse Festmahl am frühen (oder späteren) Morgen.

ZUTATEN FÜR 2

- 1 Forelle (bevorzugt Bachforelle) oder 2 Forellenfilets
- 1 Zweig Dill
- 1 Zweig Estragon
- etwas grobes Meersalz
- weißer Pfeffer aus der Mühle
- Spritzer frisch gepresster Zitronensaft

Spritzer frisch gepresster Orangensaft

½ TL Blütenhonig

1 EL süße ChilisaUCE

evtl. 1 EL geröstetes Sesamöl

1 EL gerösteter Sesam

*

frische Kräuter (z. B. Dill, Oregano)

ungesüßte Brioche oder Toast

Am Vorabend Forelle filetieren. Forellenfilets mit einem scharfen Messer wie Lachs schräg in größere, dünne Scheiben schneiden. Dill und Estragon waschen, trocken tupfen, abzupfen, grob schneiden, mit Meersalz, Pfeffer, Zitrusafts, Honig, ChilisaUCE und evtl. Sesamöl vermischen.

Forellenscheiben flach in den Topf legen. Jede Lage mit Marinade bepinseln. Zugedeckt im Kühlschrank über Nacht marinieren lassen.

Am Morgen Topf aus dem Kühlschrank nehmen, Deckel abnehmen. Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Fisch im heißen Ofen 1-2 Minuten offen erhitzen, bis der Fisch leicht glasig wird.

Herausnehmen, anrichten, mit geröstetem Sesam bestreuen, mit Kräutern garnieren. Mit getoasteter Brioche oder Toast servieren.

VARIANTE

Statt Forelle Wild- oder Bio-Lachs verwenden.



FASCHING/ JEDERZEIT



SCHNELL



OFEN