

Hüttenschmankerl für daheim

Karamellisierte Kaiserschmarrn von der Albert-Link-Hütte

500 ml Milch und 500 ml Wasser (spritzig) in die Küchenmaschine geben. Unter ständigem Rühren 900 g Mehl einrieseln lassen. Die ideale Masse hat die Konsistenz von Schokopudding und erzeugt beim Kneten ein klatschendes Geräusch. Den Teig in 4 Portionen teilen, 3 davon in den Kühlschrank stellen.



2 Eier trennen. In einer Pfanne 180 g Butterschmalz stark erhitzen, abdecken. Eigelbe mit 10 g gehackten Mandeln in die Teigportion rühren. Eiweiße mit einer Prise Salz steif schlagen, locker unter die erste Portion ziehen. Wenn das Fett heiß ist, Hitze reduzieren. Den Teig in die Pfanne geben, Zucker darüber streuen und Deckel wieder auflegen (wichtig für das Karamellisieren). Wenn die Unterseite braun ist, Teig in der Mitte teilen, wenden und wieder zuckern und bedecken. 1–2 Mal wiederholen, dabei Teig weiter zerreißen. Fertigen Kaiserschmarrn auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Mit den restlichen 3 Teigportionen genauso verfahren. Vgl.: Mein Hüttenkochbuch von Susi Schneider (siehe S. 15)

Spinatnocken – der „Renner“ auf der Vorderkaiserfeldenhütte



500 g frischen Spinat und 200 g angetauten, pürierten Tiefkühlspinat in etwas Butter mit 1–2 gepressten Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer und Muskat leicht andünsten. 250 g Knödelbrot mit Eiermilch (2–3 Eier verquirlt mit 125 ml Milch) übergießen, durchziehen lassen. Spinatmischung, 1 kleingeschnittene und in Butter golden geröstete Zwiebel sowie 2–3 EL Mehl dazugeben, durchkneten und durchziehen lassen. Falls die Masse zu weich ist, etwas Semmelbrösel dazugeben. Mit nassen Händen Nocken formen und in Salzwasser 15–20 Min. leicht köcheln. Mit brauner Butter, gerösteten Zwiebeln und Parmesan servieren.

Bayerische Brotsuppe

2 Zwiebeln schälen, in Streifen schneiden, eine kräftige Prise Kümmel dazugeben und in 2 EL Schweineschmalz goldbraun braten. 1–2 gehackte Knoblauchzehen und 2 EL Sultaninen zugeben. 1,2 l Brühe dazugießen, 10 Min. kochen lassen und kräftig abschmecken. Je eine geröstete Bauernbrotscheibe in Streifen geschnitten auf 4 Teller verteilen. Mit der Brühe begießen, mit saurer Sahne garnieren und mit frisch gehackten Kräutern bestreut servieren (z. B. Petersilie, Kerbel oder Löwenzahnblätter).

Aus: S. Bingemer, H. Gerlach: Alpenküche. Genuss und Kultur. Gräfe und Unzer 2007.

Zirbenschnaps

hilft bei Magenverstopfung, Missmut, allgemeiner Schwäche und Übelkeit

Frische, innen blutrote Zirbenzapfen (reif von Ende Juni bis Anfang August) sammeln. Drei Zapfen in 1 l Obstbrand ansetzen und mit 500 g Zucker süßen. Schnaps 2–4 Wochen an die Sonne stellen, bis er sich rot verfärbt hat. Abseihen und auf kleine Flaschen ziehen.

Aus: A. Wanninger: Die ganze Kraft der Alpen. Leopold Stocker 2013.



Trendsetter Zigerklee

Der Einsatz von Gewürzen in der alpinen Küche kommt mit der Verbreitung der Grau- und Schwarzbrote in Mode. Neben den einheimischen Kräutern wie Kerbel oder Sellerie sind dies u. a. Kümmel, Anis und insbesondere der Zigerklee, auch Zigeiner-, Brot- oder Schabzigerklee genannt. Die im Gebirge beheimatete Wildpflanze wird bis zu einem Meter hoch. Ein bis drei Mal im Jahr wird sie geerntet und anschließend getrocknet. Fein gemahlen, verleiht Zigerklee z. B. Vinschgauer Fladenbrot, Südtiroler Schüttelbrot und Schabziger-Käse ihren unvergleichlichen Geschmack.



Fotos: Thomas Casoli, Franziola, Leutner, Zeichnung: www.bildarchiv-alemen.de, Wikipedia

VALTOURNENCHE, ITALY

#THERMOBALL

ATHLETE: HERVÉ BARMASSE

PHOTO: DAMIANO LEVATI

NEVER ONE PLACE.
ALWAYS ONE JACKET.

NEVER STOP EXPLORING™

THERMOBALL™ HOODIE SUPERLEICHTE WÄRME UNTER ALLEN BEDINGUNGEN



THERMOBALL™
Powered By Primaloft™



THERMOBALL™ IST EINE REVOLUTIONÄRE ALTERNATIVE ZU DAUNE UND GARANTIERTE KOMPROMISSLOSE WÄRME SOGAR BEI NÄSSE. MEHR DAZU UNTER THENORTHFACE.COM

