

# essen & trinken

Lamm  
3x anders

VON KEULE  
BIS KARREE

**PASTA**  
Mit Fisch,  
Fleisch und  
viel Gemüse

**SIZILIEN: EINE  
INSEL FÜR GENIESSER**

Bitte zugreifen:  
Bestes vom  
großen Buffet

SÜSSES MIT  
VANILLE

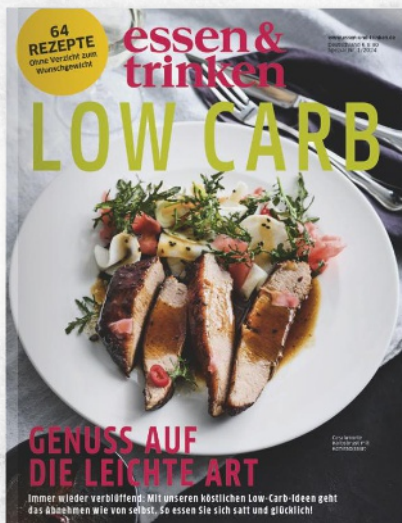
## Feiner Brunch – frohe Ostern!

Frühlingssalat, Korbelsuppe, Rinderbraten und  
Zimtschnecken – 10 Rezepte für ein köstliches Fest!



# SPEZIAL-Ausgabe verpasst?

Hier können Sie die Sonderausgaben »essen & trinken« SPEZIAL nachbestellen.



1/2024

Genuss auf die leichte Art  
8,90 € – Art.-Nr. 067894



4/2023

Quiche, Tarte & Co.  
8,90 € – Art.-Nr. 067892



2/2023

Frühstück und Brunch  
8,90 € – Art.-Nr. 067890

Weitere  
Ausgaben  
im Shop

Ja, ich möchte »essen & trinken« SPEZIAL bestellen.



[essen-und-trinken.de/sonderhefte](https://essen-und-trinken.de/sonderhefte)



Tel. 0 25 01/8 01 43 79

Bitte Art.-Nr. angeben





## Liebe Leserin, lieber Leser,

würden Sie Passionsfrucht mit Dill kombinieren? Oder Blumenkohl mit weißer Schokolade? Eher nicht. Und doch passen diese Lebensmittel viel besser zusammen, als man auf den ersten Blick vermuten würde. Genau das ist das Spannende an unserer neuen Serie „Traumpaare“, die wir mit dieser Ausgabe starten. Darin bringen wir zusammen, was nicht unbedingt zusammengehört. Für die erste Folge hat unser Koch Maik Damerius Möhre und Kakao kombiniert. Hat getüftelt, probiert, verworfen – Neues gewagt. Herausgekommen sind zwei feine Teller, die kaum verhehlen, dass Maik früher in der Spitzengastronomie gearbeitet hat. Sein Möhren-Sorbet mit crunchy Schoko-Mousse und Möhrensud und seine geschmorte Möhre mit Kakao-BBQ-Sauce (ab Seite 112) harmonieren so großartig, dass wir selbst überrascht waren. In der nächsten Folge vermählt Maik übrigens Artischocke und geräucherten Pfeffer. Und was ihm zu Passionsfrucht und Dill eingefallen ist, verraten wir dann in der Juni-Ausgabe. Bis dahin ganz viel Spaß beim Nachkochen. Bleiben Sie neugierig!

Herzlichst, Ihre

**ARABELLE STIEG**  
Redaktionsleitung

**ACHIM ELLMER**  
Küchenchef



# Inhalt



**20**  
Fröhlich:  
bunte Auswahl  
am Buffet

## ESSEN

- 8 Saison**  
Klein und köstlich: Wir servieren Wachteleier
- 18 Guten Morgen**  
Mit Rührei, Avocado und Bacon – genialer Brioche-Burger
- 20 Oster-Brunch**  
Laden Sie Ihre Liebsten zu einem großartigen Buffet mit Suppe, Hefengebäck, Salat und Braten. Das wird ein Fest!
- 40 Lamm**  
Schulter, Karree oder Keule – wir servieren allerbeste Stücke vom Oster-Klassiker
- 50 Jans schnelle Woche**  
Unser Koch präsentiert seine Ideen für den Alltag. Mit von der Partie: Lachs-Curry und Kalbsfrikadellen
- 58 Pizza des Monats**  
Diesmal: junge Artischocken auf Hefe-Sauerteig
- 76 Pasta**  
Neues von der Nudel – frühlingsfrisch zusammengestellt

- 88 Veganer Liebling**  
Genuss ohne tierische Produkte: saftiger Möhrenkuchen
- 92 Vegetarisch**  
Hier dreht sich alles um junges Gemüse – vier Rezepte
- 102 Menü des Monats**  
Galgant-Kokos-Suppe, Schweinebauch mit Schlangenbohnen und Süßkartoffelbällchen – drei Gänge im Thai-Style
- 108 Herr Raue reist**  
Sterne-Koch Tim Raue bringt Blumenkohl aus Warschau mit
- 112 Neue Serie: Traumpaare**  
Ungewöhnlich gut: Wir kombinieren Möhre mit Kakao
- 124 Kleine Helfer**  
Wie man Fertigprodukte einsetzen kann. Rezepte mit Ajvar
- 130 Kuchen und Desserts**  
Von Eis bis Torte – Vanille liebt Passionsfrucht
- 140 Top 5**  
Ein Gericht, fünf köstliche Möglichkeiten: Bircher Müsli
- 146 Das letzte Gericht**  
Mit Spinat und Feta gefüllte Fladen aus Yufka-Teig



# TRINKEN

- 48 »e&t«-Weinpaket**  
Perfekt zu Fleischgerichten aller Art: vier italienische Rote
- 117 Gemixt**  
Schön würzig: Tamarinden-Tequila
- 118 Getroffen**  
Barkeeper Peter Stauder über Cocktails mit alpinen Noten
- 119 Getrunken**  
Was unsere Getränkeexpertin Marion Swoboda empfiehlt



**64**  
Natürlich: Wie Köche auf Sizilien das kulinarische Erbe der Insel bewahren



**40**  
Köstlich: Lammschulter und andere Osterbraten



**130**  
Sonnig: Süßes mit Vanille und Passionsfrucht

# ENTDECKEN

- 12 Magazin**  
Süßes für Ostern, Schönes für den Tisch und Praktisches für die Küche
- 64 Unterwegs auf Sizilien**  
Von Köchinnen und Köchen, die authentische Gerichte aus den besten Zutaten pflegen
- 84 Heute für morgen**  
Wie Bio-Landwirt Karsten Ellenberg Kartoffeln fit fürs Klima der Zukunft macht
- 86 Der kleine Unterschied**  
Welches Salz hat die beste Ökobilanz, Siede-, Stein- oder Meersalz?
- 87 Die grüne Seite**  
Schokolade ohne Kakao – was man über die neuen Alternativen wissen sollte
- 120 Reportage**  
Der Bestand des Helgoländer Hummers erholt sich. Ein Inselbesuch beim König



# IN JEDEM HEFT

- 3 Editorial**
- 6 Making-of**
- 91 Hersteller/Impressum**
- 128 Unsere Leserseite**
- 143 Vorschau**
- 144 Rezeptverzeichnis**



# Wie wir arbeiten

In der Küche, im Studio und unterwegs in der Welt – spannende Begegnungen mit Menschen, denen Genuss am Herzen liegt



1

## Neue Schale

Während Fotograf Bruno Schröder zum Top-Shot ansetzt, legt Koch Maik Damerius letzte Hand an „Gebackene Wachteleier mit Sauerampfer und Kartoffelwürfeln“, arrangiert sie mit viel Gefühl fürs Bild. Die Wachteleier hat er zunächst gekocht und gepellt, dann paniert und frittiert und ihnen so eine neue, essbare Schale gegeben. Ist ja bald Ostern, und das heißt Hochsaison für Eier jeder Art. Wir widmen den kleinen feinen unser Saisonrezept, ab » **Seite 8**



2

## Sizilianische Verhältnisse

In der Küche der „Trattoria Kamikos“ in Siculiana auf Sizilien konnte Annette Rübesamen (ganz r.) mit der Köchin Nunziatina Marsala (l.) über Pasta fachsimpeln. Wie dünn, wie dick, wie lang, wie kurz sollen sie sein? Schließlich lebt unsere Autorin seit mehr als 25 Jahren in Italien. Guide Norina (2. v.r.) und Stadtführer Stefano hörten erst einmal zu, fachsimpelten aber bald mit. So ist es eben auf Sizilien: Wenn man nicht gerade isst, redet man eben übers Essen. Mehr Typisches aus Sizilien ab » **Seite 64**



3

## Große Freude

Bei einer Verkostung in Venedig lernte unsere Getränkeexpertin Marion Swoboda die Winzerin Elisabetta Geppetti (rechts) kennen. Sie war eine der Ersten, die auf ihrem Weingut „Fattoria Le Pupille“ an der toskanischen Küste aus der Rebsorte Sangiovese Weine von Weltruf kelterte.

# Ein Schatz



## Lass deinen Pink Lady® Apfel nicht aus den Augen.

Handarbeit und sorgfältige Pflege der Äpfel während der Wachstumsperiode, die Ernte voll ausgereifter Früchte, Qualitätskontrollen... Unsere Erzeuger leisten handwerkliche Qualitätsarbeit für besonderen Geschmack und natürlichen Genuss.

Entdecke unser  
Engagement für  
Nachhaltigkeit



**Pink Lady® – Was kann dein Lieblingsapfel heute für dich sein?**