

Rezepte von KERBER Gerhard

Frischer Wind in jeder Küche!

Liebe OGV Familie,

gerne übermitteln wir euch auch die speziellen Rezeptkreationen von Küchenleiter **Gerhard Kerber**, der uns zusammen mit seinem Sohn Felix einen perfekten kulinarischen Abschluss bei der Obleitetagung am 21. Oktober 2016 beschert hat.

Markus Amann
OGV Vorarlberg Obmann



VOLL VIEL WERT

Mit Kräutern würzen und mit Geschmack auftrumpfen! Frischer Wind für jede Küche.

Gesund muss es sein, cool soll es daherkommen, aus der Region hätten wir es gerne und wenn es nicht so gut schmeckt wie bei Mama, lassen wir es nicht gelten.

Die beigelegte CD beinhaltet ein Umrechnungsprogramm, wodurch das Einkaufen und Berechnen von Großportionen spielend leicht wird.

3/2013 1. Auflage; Hardcover | mit CD; 23 x 30,5 cm
192 Seiten; ISBN 978-3-99018-192-8

<http://www.bucherverlag.com/voll-viel-wert>



Roggenbrot

Brotbacken macht Freude!

Zutaten:

2025 g	Vorteig
1280 g	Roggenmehl
256 g	Dinkelmehl
256 g	Vollkornmehl
640 g	Wasser
76 g	Salz
	Kümmel
	Anis
	Koriander
	Fenchel

Zubereitung:

1 Schritt – am Vortag

1 kg Roggenmehl u. Sauerteig von dem bevorrateten Teig

I. Vorteig

3 x Füttern optimal in 8 Stunden Abständen

08:00 Uhr

330 g Roggenmehl, 330 g Sauerteig u. 350 g Wasser. Anrühren bis der Teig etwas dicker als ein Palatschinken Teig. Abdecken

15:00 Uhr

330 g Roggenmehl u. 350 g Wasser. Anrühren bis der Teig etwas dicker als ein Palatschinken Teig. Abdecken

22:00 Uhr

330 g Roggenmehl u. 350 g Wasser. Anrühren bis der Teig etwas dicker als ein Palatschinken Teig. Abdecken

345 g Sauerteig bevorraten! Unter Verschluss möglichst kühl lagern. Haltbar bis 4 Wochen oder mehr.

II. Hauptteig

Vorbereitung:

*Roggenmehl und Dinkelmehl sieben.
Anschließend mit allen Zutaten einen geschmeidigen Teig kneten.*

2 Stunden Teigruhe

Teig flach drücken, die gewässerten Sonnenblumenkerne darauflegen - einrollen
4 Stück Laibe formen
Form vor dem Abfüllen mit Kartoffelmehl einpudern und ausklopfen.
Teigkugel vor dem Abfüllen mit Kartoffelmehl einpudern

2 Stunden Teigruhe

Teigruhe bis sich Risse bilden
Mit Wasser einpinseln und 3 x einschneiden
Einschießen – bedampfen

Sie können aus dem ganzen Teig auch nur ein großes Brot herstellen. Einfach eine große Kugel formen 2 h Teigruhe – zusammenkneten – wieder eine große Kugel formen.

Tipp: Für die Teigruhe legen sie den Teig am besten auf ein mit Roggenmehl belegtes Backpapier und dann in eine Blumenuntertasse. (Durchmesser ca. 30 – 35 cm) Durch den Rand der Untertasse kann sich der Teig nicht in die Breite ausdehnen somit geht er in die Höhe.

Brotbacktipps:

- Nehmt euch genügend Zeit für das Brotbacken.
- Am Anfang empfehle ich euch immer nur eine Sorte herzustellen.
- Für gleichmäßige Teige Weißmehl immer sieben.
- Immer zuerst das Mehl abwiegen. Die restlichen Zutaten gut ersichtlich auf dem Mehl platzieren.
- Wenn ihr dunkle Brötchen machen wollt, dann eignet sich gut 1-2 Eßlöffel Malz-Kaffee.
- Pro 1 kg Mehl, 20 gr Salz verwenden.
- Wenn Backmalz eingesetzt wird - pro 1 kg Mehl 20 gr.
- Teige mit Dinkelmehl immer mit kaltem Wasser ansetzen
- Lange Teigführungen ca. 13 gr Hefe oder 5 g Trockenhefe – pro1 kg Mehl.
- Lange Teigführung: Den Teig mit kaltem Wasser ansetzen – Teigruhe über Nacht im Kühlschrank – Am Brotbacktag den Teig bei Zimmertemperatur ca. 2 h akklimatisieren. Zusammenkneten – formen - ca. 15 min. Teigruhe – backen
- Kurze Teigruhe: Den Teig mit kaltem Wasser ansetzen. Teigruhe bei Zimmertemperatur bis der Teig das doppelte Volumen erreicht hat. Zusammenkneten – formen - ca. 15 min. Teigruhe – backen
- Es ist besser wenn die Frischhefe im Wasser aufgelöst wird, besonders wenn der Teig ohne Maschine hergestellt wird.
- Das Wasser immer zum Schluss über alle Zutaten gießen.
- Wasser mit etwas Buttermilch ersetzen macht das Brot saftiger.
- Knetzeiten sind idealerweise 8 min. langsam und 8 min. schnelles rühren. So schließt sich das Klebereiweiß am besten auf. Ein Merkmal für die Optimale Teigqualität ist wenn sich der Teig von der Schüssel zu lösen beginnt. Bei Teigen mit Fettanteil nur 8 min. mittlere Stufe rühren.
- Den fertigen Teig immer mit Roggenmehl formen.
- Teiggewichte:

Brote	800g bis 1000 g
Brötle	50 g
Baguettes	800 g
- Es ist besser wenn das Backblech voll belegt ist.
- Das Brot bei 230°C backen
- Nach dem einschieben im Backrohr Dampf erzeugen!
- 10 min vor Ende der Backzeit die Backofentüre einen Schlitz offen lassen für eine gute Kruste

Fladenbrot Dürüm

Zutaten:

- 250 g Mehl glatt
- 100 g Milch (Vollmilch)
- 40 g Wasser
- 15 g Sonnenblumenöl
- 5 g Ursalz pur

Zubereitung:

Vorbereitung: Mehl sieben

1. Alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten
2. Zu kleinen Kugeln á 50 g schleifen - mit etwas Mehl bestäuben
3. Mit einem Nylon abdecken - ca. 30 min. ziehen lassen
4. Sehr dünn ausrollen - so dünn, dass man fast durchsehen kann
5. Mehl vom Fladen abkehren
6. Pfanne erhitzen - den Fladen in der trockenen Pfanne auf beiden Seiten kurz anbraten
7. Heraus nehmen - unter Verschluss lagern (so bleiben die Fladen weich)
8. Man kann die Fladen auch auf Vorrat produzieren - dafür nach dem Abkühlen in einen Sack locker Vacuumieren und Einfrieren
9. Verwendung für warme und kalte Wrapes, Sur-Gschmackigs, Dürüm usw.



Sur Gschmackiger Fladen

Zutaten:

Sauerkraut
Honig
Chili
Gemüsefond
Speck
Petersilie
Salz
Knoblauch
Karotten
Öl
Apfel
Ribel

Zubereitung:

Für die Sur Gschmackigen folgende Sachen in den Fladen einrollen:

Fertig gekochtes Sauerkraut – ausgekühlt. Das Sauerkraut mit Honig, Chili und Gemüsefond kochen – mit Maisstärke leicht abbinden – auskühlen lassen.

Gebratener Speck - abgetropft

Petersilie glatt ganze Blätter

Geschmorte Paprika (Paprikastreifen mit etwas Öl, Salz und Knoblauch marinieren – bei 160 Grad Heißluft ca. 15 min. schmoren)

Geschmorte Karotten / Karottenstreifen in Dampf bissfest kochen mit etwas Öl, Salz und Knoblauch marinieren – bei 160 Grad Heißluft ca. 15 min. schmoren

Glasierte Apfelwürfel (Einfach Apfel schälen – entkernen – mit etwas Apfelsaft einmal kurz aufkochen.

In Schweineschmalz gebratener Ribel – ausgekühlt

Mürbteig I mit A. o. Zucker

Frischer Wind in jeder Küche!

Zutaten: (f. 0,64 kg)

398,75 g Dinkelmehl W 700
7,975 g Ursalz pur
89,719 g Butter
89,719 g Apfelmus
49,845 g Ei L 30

Zubereitung:

Vorbereitung:

*Butter auf Zimmertemperatur bringen
Mehl sieben*

1. Mehl und Butter in der Rührmaschine solange rühren bis die Butter fein verteilt ist
2. Ei und Apfelmus hinzufügen - nur noch kurz rühren bis die Masse leicht klebrig wird
3. Zu einer Kugel formen - 20 min. rasten lassen
4. Verarbeiten

Käs mit Öpfl

Zutaten:

390 g	Mürbteig I mit A o Zucker
500 g	Käse-Bergkäse
250 g	Zwiebeln
125 g	Sahne
125 g	Milch-Vollmilch
200 g	Ei L 30
1 g	Ursalz pur
1 g	Pfeffer schwarz gemahlen
1 g	Muskatblüte gemahlen

Auflage

750 g	Apfel – Boskop
500 g	Apfelsaft
37 g	Maisstärke

Zubereitung:Vorbereitung:

Mürbteig mit Apfelmus herstellen

Käse reiben

Zwiebel schälen - fein würfelig schneiden

Sahne und Milch, Salz, Muskat und Pfeffer vermischen

Eier aufschlagen - mixen

Äpfel schälen - entkernen - in feine Streifen reiben

Die Hälfte Apfelsaft in einem Topf aufkochen lassen - Herd

abschalten - restlicher A-Saft mit Maizena glatt rühren -

Bei ständigem Rühren mit dem Schneebesen in den Heißen

Apfelsaft einrühren - bei ständigem rühren nochmals

kurz aufkochen lassen - Äpfel hinzufügen - gut vermischen -

abschalten - im Topf auskühlen lassen

Blech mit Butte und doppelgriffigem Mehl auskleiden

1. Mürbteig ausrollen - in das vorbereitete Backblech einlegen - mit einer Gabel mehrmals einstechen - im Backofen - Heißluft bei 180 C° ca. 10 min. hellb raun vorbacken - herausnehmen - auskühlen lassen
2. Geriebener Käse mit Zwiebel, mischen - auf dem vorgebackenen Mürbteig gleichmäßig verteilen
3. Das Sahne,- Milchgemisch darauf gleichmäßig verteilen
4. Bei 180 C° Heißluft ca. 20 min. hellbraun backen
5. Das Blech herausnehmen - leicht überkühlen lassen bis sich die Oberfläche stabil anfühlt
6. Jetzt das Apfelgemisch gleichmäßig darauf verteilen
7. Bei 170 C° nochmals ca. 15 bis 20 min. backen
8. Auskühlen lassen
9. Kalt zum Aperitif mit Preiselbeeren servieren

Knuspermüsli

Zutaten: (2146 g)

400 g	Haferflocken kleinblatt
400 g	Haferflocken großblatt
200 g	Dinkel-Vollkornmehl
100 g	Roggenmehl
60 g	Kokosflocken
60 g	Haselnüsse gerieben
28 g	Dinkelwaffeln gepufft
50 g	Kristallzucker
100 g	Haselnüsse ganz in dünne Scheiben gehobelt
100 g	Mandeln gehobelt
20 g	Pistazien
80 g	Sonnenblumenkerne
80 g	Kürbiskerne
80 g	Rosinen
80 g	Kochschokolade
240 g	Honig
2 g	Meersalz fein
60 g	Butterschmalz
26 g	Wasser
0,1 g	Zimt gemahlen

Zubereitung:

Vorbereitung:

In einem Topf, Honig, Butterschmalz, Salz und Wasser langsam erwärmen Dinkelwaffeln klein zerhacken.

Mit einem Messer, Schokolade, Pistazien und Rosinen grob zerhacken Roggenmehl sieben.

1. Alle trockenen Zutaten mit einem Mixer gut vermengen
2. Die Honigmasse nach und nach bei ständigem Mixen einarbeiten - das Getreide sollte die Flüssigkeit gleichmäßig aufnehmen
3. Ein Backblech mit Backpapier belegen - die Masse gleichmäßig ca. 2-3 mm dick darauf verteilen
4. Ein neues Backpapier darauf legen - mit dem Nudelwalker oder mit der Hand glatt drücken
5. Im vorgeheizten Backofen - Heißluft - bei 160 C° hellbraun backen
6. Das Blech aus dem Ofen herausnehmen ca. 10 min. auskühlen lassen
7. Die festgewordene Knuspermüsli-Masse mit den Händen grob zerkleinern - mit einer Prise Zimt vermengen - noch warm in ein Glas füllen - luftdicht verschließen

Schmeckt herrlich mit frischer Milch und einem Löffel fruchtiger Marmelade. Ist eine Getreidezutat nicht vorrätig, dann einfach weglassen.

Haltbar: 30 Tage; Zubereitungszeit 20 Minuten

Haselnusscreme – Nu..sstraum

Frischer Wind in jeder Küchel

Zutaten: (f. 0,7 kg)

260 g	FrISChe Bio – Milch thermisiert und nicht homogenisiert
240 g	Sonnenblumenöl
30 g	Nougat
30 g	Kakaopulver
0,1 g	Vanilleschote Bourbon gemahlen
65 g	Akazienhonig Bio 500g
125 g	Haselnüsse ganz

Zubereitung:

Vorbereitung:

Haselnüsse bei 160 C° Heißluft 100 % Feuchtigkeitsentzug ca. 30 min. goldgelb rösten - auskühlen lassen - in ein Tuch legen - das Tuch zusammenfallen - die Haselnüsse händisch darin solange reiben bis sich die Schalen gelöst haben - jetzt die Nüsse von der Schale trennen - das geht am Besten mit einem Spätzle - Hobel. Die Nüsse in den Trichter des Spätzlehobels füllen und mit dem Trichter so lange vor und zurückfahren bis die Schalen alle durchgefallen sind.
Jetzt die Haselnüsse durch die feinste Scheibe faschieren. Oder in einer Küchenmaschine mit rotierendem Messer, erst mahlen, dann mit etwas Öl cremig mixen.

1. Milch in einen Mixer füllen - einschalten - das Öl langsam hinzufügen - mixen bis sich die Milch verdickt
2. Nugat, Kakaopulver, Vanilleschotenpulver und Honig hinzufügen - kräftig durchmixen
3. Cremige Haselnüsse hinzufügen - nochmals kräftig durchmixen
4. Kühlen
5. Fertig fürs Buffet

Tipp:

Die Deckel der kleinen Weckgläser waren bisher nutzlos herumgestanden. Jetzt nutzen wir sie für das Frühstücksbuffet. Dort können die Schüler jeweils eine Portion Honig oder Haselnusscreme aus der Quetschflasche herausdrücken. Sauber - schnell - umweltfreundlich - nachhaltig. Kein Einheitsgeschmack sondern herrlicher Duft von Vanille, Schokolade und gerösteten Haselnüssen.

In dieser Creme befindet sich im Gegensatz zum industriell gefertigten Produkt kein raffinierter Zucker, kein Palmfett, keine Emulgatoren, kein Soja und kein Magermilchpulver aus irgendwelchen anonymen Milchseen. Dafür aber sind, frische Milch vom Biobauer aus der Region und jede Menge anderer biologischer Produkte enthalten.

Süß – Sauersauce kalt BR

Zutaten:

- 170 g Paprika-rot frisch
- 2 g Smormarinade für Gemüse BR
- 500 g Wasser
- 90 g Honig
- 3 Knoblaupaste BR
- 100 g Rohrzucker
- 1 g Chili geschrotet – frisch mahlen
- 80 g Apfelessig
- 7 g Tomatenketchup
- 15 g Meersalz fein
- 10 g Sesam geschält

Zum Abbinden:

- 50 g Maisstärke oder Reisstärke
- 7 g Wasser zum Anrühren

Zubereitung:

Vorbereitung:

Basisrezepturen zubereiten

Paprika waschen - Stiele und Kerne entfernen - in 1x1 cm große Stücke schneiden

Paprikawürfel mit Schmormarinade marinieren - Im Backofen bei 180 Grad Heißluft ca. 20 min. schmoren - auskühlen lassen - mit dem Mixer zerkleinern.

1. Alle Zutaten zusammen in einem Topf gut vermischen und aufkochen lassen
2. Kaltes Wasser mit Maisstärke anrühren und die Sauce abbinden
3. Auskühlen lassen - nochmals glatt mixen