

WIR SUCHEN: MARKTMANAGER- TRAINEES (M/W)

„Der perfekte Weg zu einer
b'sundrigen Führungsposition
im Einzelhandel!“

Ob Quereinsteiger aus der Gastronomie oder im Handel groß geworden - wenn Dir regionale Lebensmittel, gelebte Genusskultur und echter Teamgeist wichtig sind, ist unsere Ausbildung zum/zur MarktmanagerIn genau das Richtige für Dich. Nimm die nächsten Stufen auf der Karriereleiter und führe in 12-18 Monaten eigenständig einen Sutterlüty-Ländlemarkt.

Alle weiteren Infos sowie die Angaben zum Mindestgehalt findest Du auf

www.sutterluety.at - Karriere

Sandra Bolter
Marktleitung

Sutterlüty
MEIN LÄNDLEMARKT

August/September 2019

B'sundrig

GENÜSSE, MENSCHEN, GESCHICHTEN AUS DER REGION

CO₂
neutral gedruckt

August/
September 2019
89. Ausgabe
Euro 1,50

MÜSSIGGANG

Ruhe suchen. Kraft tanken.
Erholung finden.

Exklusiv für
Vorteilskunden
„Filme unter Sternen“
um 40 %
günstiger sehen
Seite 46

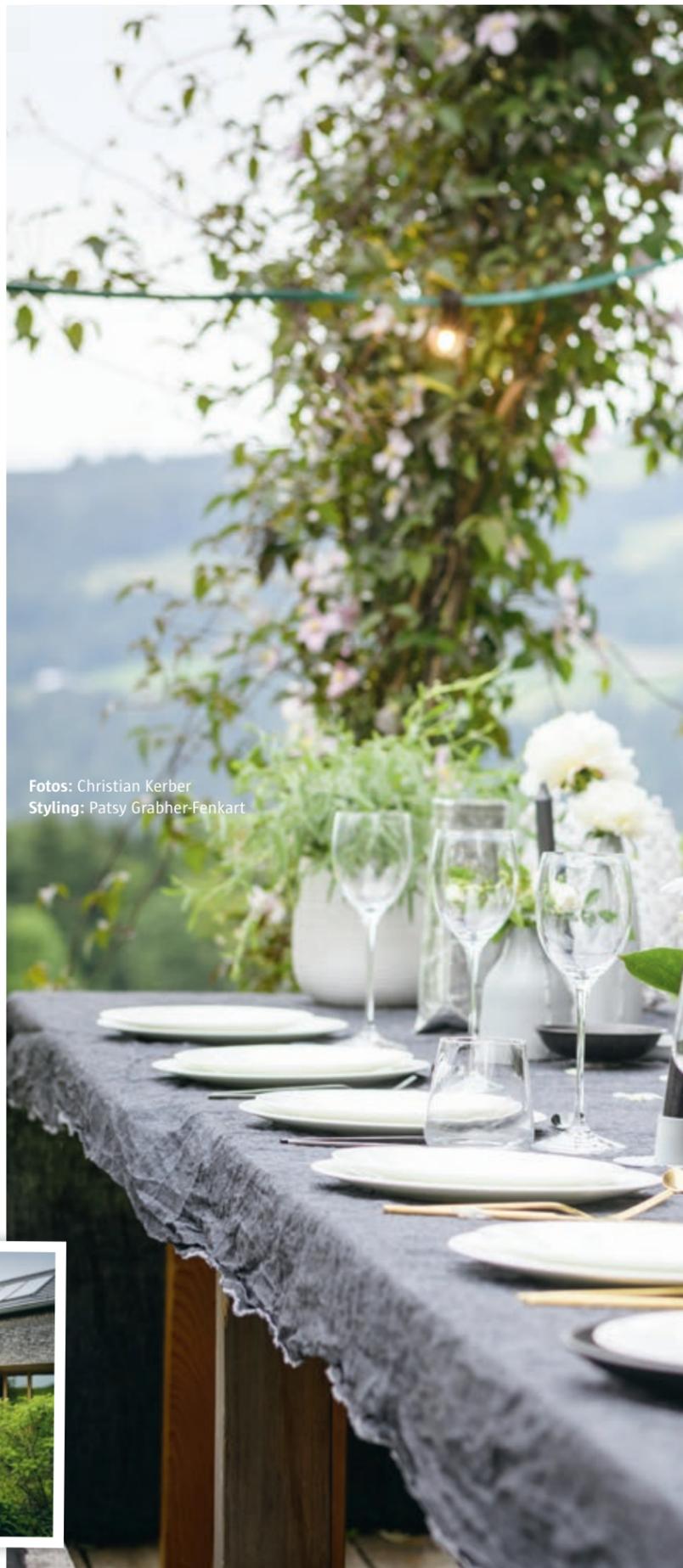
Sutterlüty
MEIN LÄNDLEMARKT

B'sundrig GENÜSSE, MENSCHEN, GESCHICHTEN AUS DER REGION

9 1008346 051893

Das Leben feiern

Traumhaftes Wetter, ein schöner Garten, gut gelaunte Menschen – das Leben bietet so viele gute Gründe zum Feiern. Besonders dann, wenn man sich auch als Gastgeber etwas gönnt und die eigene Küche einfach Jens Schönege überlässt. Denn der „Chef on Call“ verwöhnt Gäste und Gastgeber gleichermaßen – mit außergewöhnlichen Menüs aus dem Besten, was Saison und Region zu bieten haben. Bitte nehmen Sie Platz.



Fotos: Christian Kerber
Styling: Patsy Grabher-Fenkart



BEWUSST GENIESSEN



Karotten- Apfel-Shot

mit Ingwer

Für 4 Personen · **Schwierigkeitsgrad:** leicht
Zubereitungszeit: 15 Min.

ZUTATEN

4 Äpfel · 3 Ja! Natürlich Bio-Karotten
20 g Ingwer · 10 g Basilikum
10 g Minze · 1 EL Zitronensaft
1 Handvoll frische Beeren

ZUBEREITUNG

Äpfel und Karotten nicht schälen, nur gut waschen. Äpfel vierteln. Zusammen mit dem Ingwer und den Kräutern im Entsafter entsaften. Mit Zitronensaft abschmecken und sofort mit frischen Beeren auf Eis servieren.

Selleriecreme

*mit Pilzen, Birnen &
Blauschimmelkäse*

Für 4–6 Personen · **Schwierigkeitsgrad:** mittel
Zubereitungszeit: 25 Min.



ZUTATEN

1 Knollensellerie · 50 g Sutterlüty's Sennbutter · 1 Birne · 1 Bio-Zitrone Saft und Abrieb · 2 Tomaten · Salz · Sutterlüty's Apfel-Birnenessig
6 Steinpilze · Salz · Pfeffer · Knoblauch · 60 g Blauschimmelkäse alternativ: Ziegenkäse · 3 TL karamellisierte Mandeln · Kresse vom Mahlerhof

ZUBEREITUNG

Sellerie schälen, in Würfel schneiden und in Wasser weichkochen. Selleriewürfel mit Butter cremig mixen und abschmecken. Die Birne in schöne Spalten schneiden, mit Zitronensaft einreiben und beiseitestellen. Die Tomaten in feine Scheiben schneiden und mit Salz und Essig marinieren. Inzwischen die Pilze in möglichst gleich große Stücke schneiden und anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen. Käse mit den Fingern in gleich große Stücke zerpfücken. Zum Anrichten die Tomatenscheiben auf die Teller legen, die restlichen Zutaten darauf verteilen und mit den Karamell-Mandeln, etwas Zitronenabrieb und der Kresse bestreuen.





Hecht in *Lee* Kohlrabi & Kräutersalat
Paprikaessenz

Für 4 Personen • Schwierigkeitsgrad: mittel
Zubereitungszeit: 40 Min. + 1 Std. Abtropfzeit

Bio-Weiderind mit Schwarzwurzeln

e Blumenkohlsalat & Ginjus

Für 4 Personen · **Schwierigkeitsgrad:** schwer · **Zubereitungszeit:** 45 Min. + 2 Std. Marinierzeit + 4–5 Std. Garzeit

ZUTATEN

4 Bio-Weiderind-Ripple oder 1 Brust
 1 kg Schwarzwurzeln alternativ: Petersilwurzel
 1/2 l Demeter-Bio-Heumilch · 2 Laugenbrezel
 Senf · Currypulver · 60 g + 1 EL Sutterlüty's
 Sennbutter · Salz · Pfeffer · 1 Blumenkohl
 Zucker · Zitronenessig · 500 ml Rinderjus/
 Bratenfond · 3 cl Gin · 100 g Sauerrahm
 1 Schale Kresse vom Mahlerhof · 5 TL Walnüsse
 geröstet · Gemüse- oder gute Kartoffelchips
Für die Fleischwürze: 50 g Paprikapulver
 30 g Knoblauchpulver · 10 g Senfpulver
 30 g brauner Zucker · 12 g Salz · 5 g Majoran

ZUBEREITUNG

Aus allen dafür angeführten Zutaten eine Fleischwürze herstellen. Die Bio-Weiderind-Ripple damit einreiben und ca. 2 Std. ziehen lassen. Die fertig marinierten Ripple bei 120 °C ca. 4 Std. im Backrohr oder bei 110 °C ca. 5 Std. im Smoker garen.

Schwarzwurzeln in Milch schälen, damit sie nicht abfärben. Anschließend in mundgerechte Stücke schneiden, kurz in Wasser kochen und anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Brezel in Würfel schneiden. Mit Senf, Currypulver, Salz, Pfeffer und Butter vermischen und im Backrohr bei 170 °C ca. 12 Min. rösten. Blumenkohl in kleine Röschen schneiden, ca. 3 Min. kochen und noch warm mit Salz, Zucker und Zitronenessig marinieren. Die Grundsaucе mit Gin erwärmen, nicht kochen! Die Schwarzwurzeln mit Sauerrahm und Butter anschwitzen und abschmecken. Zum Anrichten die Schwarzwurzelstücke auf den Tellern verteilen, jeweils gleich viele Ripple daraufsetzen und mit Brezelcrunch bestreuen. Blumenkohlsalat und Ginjus daraufgeben und mit Kresse, Walnüssen und den Chips garnieren.



EGGER WÄLDER DUNKL'S

Die Röstaromen der Walnüsse oder des Brezelcrunch passen perfekt zu denen eines dunklen Bieres. Wir empfehlen zum Gericht das „Egger Wälder Dunkl's“. Das wird nach alten Rezepten handwerklich gebraut. Durch die Sudhaustechnologie des Zweimaischverfahrens ist dieses Bier sehr vollschmeckend, rund mit leichten Röst- und Karamellnoten und einem sehr feinporigen Schaum.

Alkoholgehalt: 4,9 Vol.-%

Stammwürze: 11,8 °Plato

Serviertemperatur: 8 °C







Nougattoast mit Heumilch-Rote-Bete-Eis

Biersirup & Schokoladenerde

Für 4 Personen · **Schwierigkeitsgrad:** leicht
Zubereitungszeit: 35 Min. + Gefrierzeit

ZUTATEN

450 ml Demeter-Bio-Heumilch · 150 g Zucker · 2 EL Glukose · 300 ml Ländle-Rahm
2 TL Speisestärke · 2 kleine Knollen Rote Bete püriert · 60 g Mascarpone
33 g Kakaopulver · 60 g Zucker · 92 g Mehl · 85 g Butter · Salz · 1 TL Backpulver
Minze gehackt · 500 ml Bier · 2 EL Zucker · 8 Scheiben Toastbrot · 100 g Nougat
2 Bio-Eier vom Martinshof · Amaretto · Pflanzenöl · 2 TL Mandeln geröstet
grobes Meersalz nach Belieben

ZUBEREITUNG

Für das Eis Milch mit Zucker, Glukose, Rahm und Stärke verrühren und aufkochen. Rote-Bete-Püree und Mascarpone unterheben und alles komplett abkühlen lassen. Danach Masse in einer Eismaschine frieren lassen.

Für die Schokoladenerde Kakaopulver, Zucker, Mehl, Butter, Salz und Backpulver verkneten. Masse gleichmäßig auf einem Backblech verteilen und bei 180 °C ca. 12 Min. backen. Abkühlen lassen, zerkrümeln und gehackte Minze unterheben.

Für den Biersirup Bier mit etwas Zucker leicht einkochen lassen. Inzwischen Nougat auf vier Toastscheiben

streichen und jeweils mit einer zweiten Scheibe zudecken. Eier aufschlagen und mit Amaretto verquirlen. Toasts im Ei-Amaretto-Gemisch wenden, in Öl herausbacken und anschließend auf Küchenpapier gut abtropfen lassen.

Zum Anrichten die Toasts halbieren und aufeinanderstapeln. Etwas Schokoladenerde darübergeben. Das Eis direkt auf dem Toast platzieren und mit etwas Biersirup beträufeln. Mit frischer Minze und gerösteten Mandeln dekorieren und je nach Geschmack mit etwas grobem Meersalz bestreuen.

„MIT DIESER
KOMPOSITION
BRINGE ICH
ALLE ZUM
SCHMELZEN“

MARKUS LINDER
KABARETTIST & LEIDENSCHAFTLICHER
KÄSSPÄTZLE-FAN



VORARLBERGER MEHL
AUF BESTES GELINGEN

www.vorarlbergermehl.at

Rausgehen und das Feuer weitertragen



Mit seinen 29 Jahren hat sich Jens Schönege in Vorarlbergs Küchen längst einen Namen gemacht. Wir haben mit dem „Chef on Call“ gesprochen: über das Kochen in fremden Küchen, den Wert und den Preis regionaler Lebensmittel und darüber, wie er in anderen die Begeisterung für beides wecken möchte.

Seit 2016 bietest du gemeinsam mit Kochmeister Mike Pansi Kurse an und betreibst einen Foodtruck. Darüber hinaus kann man dich als „Chef on Call“ mieten. Was hat dich auf diese Idee gebracht?

Schon meine Lehre bei Gerd Hammerer im Kleinwalsertal hat in mir die Begeisterung und den Wunsch geweckt, kein 08/15-Koch, sondern ein Genussbotschafter für die Region zu sein. Nach einigen Stationen habe ich 2013 dann als Sous-Chef bei Mike Pansi begonnen. Wir haben denselben Anspruch: Wir wollen das Bewusstsein für die Qualität heimischer Produkte wecken und das Feuer fürs Kochen weitergeben. Dazu muss man rausgehen zu den Leuten und darf sich nicht in einer Hotel- oder Restaurant-Küche verstecken.

Kochst du zu 100 Prozent regional?

Zu 100 Prozent regional zu kochen ist fast unmöglich. Dafür ist Genuss ein zu vielschichtiges Thema. Für uns heißt das: Wenn jemand unbedingt Jakobsmuscheln haben möchte, dann bekommt er sie auch. Aber wo es eine regionale Alternative gibt, geben wir dieser auf jeden Fall den Vorzug. Wir haben hier ja zu jeder Zeit so viele großartige Produkte, die man richtig toll zubereiten und in Szene setzen kann.

Oft heißt es: Regional einkaufen ist zu teuer. Kann man denn auch regional und günstig kochen?

Natürlich! Dafür haben wir spezielle Kochkurse ins Programm aufgenommen. Bei denen geht es darum, intelligent zu kombinieren und mit hochwertigen Lebensmitteln möglichst preiswert und organisatorisch machbar durch die Woche zu kommen. Für ca. 20 Euro kannst du dir für fünf Tage ein



Mittagessen fürs Büro vorbereiten. Das ist mit ein bisschen Planung auch mit guten regionalen Produkten absolut möglich. Man muss sich nur ein wenig mit dem Thema befassen. Natürlich gibt es auch regionale Produkte, die völlig zu Recht einen höheren Preis haben. Fleisch zum Beispiel. Da ist es dann eben sinnvoll, seltener Fleisch zu essen, dann aber ein gutes heimisches Produkt statt importierter Billigware. Denn dadurch entstehen überhaupt erst die Teufelskreise, über die sich am Ende alle wieder aufregen. Stichwort: Kälbertransporte.

Zurück zum „Chef on Call“: Wie läuft das ab, wenn du bei einem Kunden zu Hause kochst?

Wenn eine Anfrage kommt, erstellen wir ein individuelles Angebot, und dann kann es von unserer Seite aus eigentlich auch schon losgehen. Ich gehe am Vortag immer frisch einkaufen und bereite vor, was vorbereitet werden kann. Gefrorene Desserts zum Beispiel. Das bringe ich dann mit und bereite vor Ort alles Weitere zu, serviere auf Wunsch auch das Menü und sage ein paar Worte dazu. Und ich hinterlasse die Küche natürlich wieder so, wie ich sie vorgefunden habe. ▶

WIR WOLLEN DAS BEWUSSTSEIN FÜR DIE QUALITÄT HEIMISCHER PRODUKTE WECKEN



FLAVOUR YOUR SALAD

Mit der würzig-scharfen TABASCO® Sauce bekommt jeder Salat das gewisse Extra.



**FLAVOUR
YOUR
WORLD**

Das heißt in der Regel: sauber?

Genau! (lacht)

Gibt es sonst irgendwelche Voraussetzungen, die du in einer Küche brauchst?

Das hängt immer davon ab, was der Kunde für Vorstellungen hat. Aber im Prinzip kann ich überall arbeiten. Ich habe auch schon im Wald und auf dem Feld gekocht. Das, was in einer ganz normalen Küche vorhanden ist, ist in der Regel völlig ausreichend. Mehr als einen Herd, einen Backofen und ein Waschbecken brauche ich nicht – und sonst bringe ich es einfach mit.

Gibt es Einschränkungen bei der Anzahl der Gäste?

Im Normalfall kochen wir für mindestens fünf Personen. Nach oben hin kann ich für so viele Gäste kochen, wie beim Gastgeber Platz finden. Bis zu 20 Personen sind kein Problem.

Worauf legst du bei deinem Angebot besonderen Wert – neben Saisonalität und Regionalität?

Mir ist wichtig, dass die Gerichte auch ernährungstechnisch einen Sinn haben. Ein Essen soll ausgewogen sein und nicht nur aus Fleisch und ein bisschen Deko bestehen. Und ich möchte inspirieren und Mut machen, aus alltäglichen – und eben leistbaren – regionalen Zutaten außergewöhnliche Gerichte zu kochen.

Darf man dir dafür beim Private Cooking auch etwas abschauen?

Unbedingt! Ich beantworte auch gerne Fragen. Wer das möchte, kann auch gerne mithelfen. Ich bin da für alles offen – Hauptsache, es gefällt und der Funke springt über. Spätestens beim Essen sollte das ohnehin passieren. (lacht) ♦

**Jens Schönegege
Chef on Call // Private Dining –
Food Truck – Kochkurse & BBQ**

Gerberweg 9, 6923 Lauterach
T +43 (0)680 / 5053979
jens@schoenegge.at
www.schoenegge.at



MAKAVA
delighted ice tea



entzückend lecker
mit erfrischender
Citrus-Note



genial belebend
durch coffeinhaltigen
Maté Tee



natürlich bio & fair
und mit gaaanz
viel Liebe :)

www.MAKAVA.at
f
i

