



Das

Esskulturen - Europa

Kochbuch

Österreich



- 1 Wiener Schnitzel
- 2 Käsknöpfele (Käsespätzle)
- 3 Apfelstrudel
- 4 Essgewohnheiten

Nationalgericht: Wiener Schnitzel

Zubereitungszeit:
45 Minuten

4 Personen

Zutaten

4 Kalbsschnitzel zu je 150 – 180 g (ersatzweise auch Schwein oder Pute)

2 Eier

ca. 100 g griffiges Mehl

ca. 100 g Semmelbrösel Salz, Pfeffer

reichlich Butterschmalz und/oder Pflanzenöl

Zitronenscheiben zum Garnieren

Und so geht's:

- 1 Schnitzel auflegen, allfällige Häutchen entfernen und dünn klopfen. Auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Mehl sowie Brösel jeweils auf einen flachen Teller geben, Eier ebenfalls in einen Teller schlagen und mit einer Gabel durchrühren.
- 2 Schnitzel nacheinander zuerst auf beiden Seiten in Mehl wenden, durch die verschlagenen Eier ziehen und dabei darauf achten, dass keine Stelle trocken bleibt. Zuletzt in den Bröseln wenden und die Panier mit der Rückseite der Gabel behutsam andrücken (so „souffliert“ die Panier schöner).
- 3 In einer großen Pfanne (oder 2 mittleren Pfannen) so viel Butterschmalz schmelzen lassen, dass die Schnitzel gut schwimmen können (oder Pflanzenöl mit 1 – 2 Esslöffel Butterschmalz oder Butter erhitzen).
- 4 Schnitzel erst einlegen, wenn das Fett so heiß ist, dass es zischend aufschäumt, wenn man einige Brösel oder ein kleines Stückchen Butter hineinfallen lässt.
- 5 Schnitzel je nach Stärke und Fleischsorte 2 Minuten (für dünne Kalbsschnitzel) bis 4 Minuten (für dickere Schweinsschnitzel) goldbraun backen. Mit einem Bratenheber wenden (nicht anstechen!) und auf der anderen Seite ebenfalls goldbraun backen.
- 6 Knusprige Schnitzel herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Dabei behutsam trocken tupfen. Anrichten und vor dem Servieren mit Zitronenscheiben garnieren.
- 7 **Dazu serviert man Petersilienkartoffel, Reis, Erdäpfelsalat oder gemischten Salat.**

Bekanntes österreichisches Gericht: Käsknöpfe (Käsespätzle)

Zubereitungszeit:
20 Minuten

4 Personen

Zutaten

250g Bergkäse (mittelalt)

250g Mehl

4 Eier

Salz

Muskat

2 Zwiebeln

1 TL Zucker

Ca. 100g Butterschmalz

Und so geht's:

- 1 Aus Mehl, Eiern, Muskat, Prise Salz einen festen Teig schlagen. Der Teig sollte zähflüssig sein und Blasen werfen. Kurz ruhen lassen.
- 2 Die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und mehlieren. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Zwiebelringe darin glasig dünsten, einen Teelöffel Zucker darüber geben und langsam goldbraun rösten.
- 3 Einen großen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. In der Zwischenzeit den Bergkäse reiben. Den Teig portionsweise mit einem Spätzlehobel in das kochende Wasser geben. Die an die Oberfläche kommenden Spätzle mit einer Schöpfkelle herausnehmen und kalt abschrecken. Etwas Kochwasser aufheben.
- 4 Dann die Spätzle in eine heiße Pfanne geben. Den geriebenen Käse und etwas von dem Kochwasser zugeben. Alles gut durchschwenken. Zum Schluss mit Salz und grobem Pfeffer würzen. Die Spätzle auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit den Zwiebeln und etwas Schnittlauch garnieren. Guten Appetit und Gutes Gelingen!

Süßspeise: Apfelstrudel

Zubereitungszeit:
70 Minuten

8 bis 10 Personen

Zutaten

Strudel- oder Blätterteig

Ca. 1,5 kg Äpfel

80 – 100 g Zucker nach Bedarf

4 EL Rosinen

Rum

Zitronensaft

Zimt

Gewürznelkenpulver

Staubzucker zum Bestreuen

reichlich flüssige Butter oder
evtl. 1 Ei zum Bestreichen

Für die Nussbrösel:

100 g Semmelbrösel

3 EL Butter

3 EL geriebene Haselnüsse

Und so geht's:

- 1 Teig nach Wunsch selbst zubereiten bzw. gekauften Teig vorbereiten. Rosinen mit Rum beträufeln und ziehen lassen.
- 2 Für die Nussbrösel die Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Semmelbrösel zugeben und bei maßvoller Hitze langsam goldbraun rösten. Gegen Schluss die Nüsse einrühren, kurz durchrösten und wieder vom Herd nehmen.
- 3 Äpfel schälen, blättrig schneiden und rasch mit Zitronensaft beträufeln. Dann, je nach Säure der Äpfel, mehr oder weniger Zucker begeben, Nelkenpulver sowie eine kräftige Prise Zimt untermischen. Backrohr auf 180 °C Heißluft vorheizen, eine passende Backform mit Butter austreichen.
- 4 Den vorbereiteten Strudelteig am besten so ausbreiten, dass der Strudel dann auf einem Backpapier zu liegen kommt. Nussbrösel auf etwa die Hälfte des Teiges verteilen. Äpfel sowie Rosinen darüberstreuen. Restliche Teigfläche großzügig mit flüssiger Butter bestreichen, Ränder seitlich einschlagen und den Strudel einrollen. Die Enden gut verschließen und den Strudel mithilfe des Backpapiers in die Form heben. (Bei Blätterteig die Apfelfülle in der Mitte auftragen, Seiten und Ränder zur Mitte hin zusammenklappen und die Verschlussstellen gut festdrücken.)
- 5 Je nach Teig mit flüssiger Butter (Strudelteig) oder Ei (Blätterteig) bestreichen und 40 – 50 Minuten goldbraun backen (Blätterteig etwas kürzer backen). Fertigen Strudel herausheben, überkühlen lassen und mit Staubzucker bestreuen. Lauwarm oder kalt auftragen.

Essgewohnheiten:

Traditionell wird in Österreich nicht nur 3x am Tag gegessen, sondern insgesamt 6x.

Gespeist wird laut Plan in dieser Reihenfolge:

Frühstück:

Klassisch mit dem Kaffee zum wach werden und Gebäck mit Butter und Marmelade.

Gabelfrühstück:

Auch bekannt als Vormittagsjause ist diese Mahlzeit nicht wegzudenken. Originell wird in diesem Fall gegen 10 Uhr Würstchen, Gulasch oder eine andere Speise zu sich genommen

Mittagessen:

Im Regelfall wird mittags etwas Kräftiges und Deftiges serviert, das sich aus insgesamt 3 verschiedenen Spiesen zusammensetzt. Typisch startet das Mittagessen mit einer Suppe, darauf folgt der Hauptgang, dieser setzt sich häufig aus einem Fleisch- oder Fischstück mit diversen Beilagen zusammen. Zum Abschluss konsumiert der Österreicher nicht selten noch eine Mehlspeise.

Nachmittagsjause:

Ca. 3 Stunden nach dem Dessert fasst der Einzelne des Öfteren den Entschluss noch nicht satt zu sein. Daher wird in der Regel mit einem saftigen Kuchen und einem Kaffee Abhilfe geschaffen. Natürlich verspeist der gesellige Österreicher zum Nachmittag nichts alleine. Aufgrund dessen sitzt er sich mit anderen zum Kaffee und Kuchen plaudern an den Tisch.

Abendessen:

Alltäglich wird abends etwas Kaltes gegessen. Eier, Wurst, Käse und Salat sind gängig für das Abendbrot.

Häppchen:

Ein heutzutage seltener Brauch ist der abendliche Wein oder Kaffee mit einer Torte (Sachertorte) oder einem Strudel. Meistens wird dieser Brauch bei Gästebesuch angewandt.

Kulturelle Tischmanieren sind in der heutigen Zeit zwar nicht mehr Gang und Gebe, aber trotzdem noch bekannt. Zum Beispiel hört oder sieht der Österreicher nicht gerne, dass jemand am Tisch schmatzt, rülpst oder jegliche anderen anstößigen Laute von sich gibt. Ebenso war es früher normal erst dann vom Tisch aufzustehen, wenn alle fertig gegessen haben. Dieser „Brauch“ wird jedoch heutzutage nicht mehr in jedem Haushalt gepflegt.

Deutsch- land



- 1 Bratwurst mit Beilagen
- 2 Paella
- 3 Schwarzwälder Kirschtorte
- 4 Essgewohnheiten

Nationalgericht: Bratwurst mit selbst-gemachtem Sauerkraut und Bratkartoffeln

Zubereitungszeit: /

4 Personen

Zutaten

4 Nürnberger Bratwürste

10 g Weißkraut (frisch)

Butterschmalz

100 g Kümmel

150 g Salz

400 g Kartoffeln

100 g Zwiebeln

Butterschmalz zum anbraten

Salz, Pfeffer, Paprika zum würzen

1 Knoblauchzehe ganz

Petersilie

Schnittlauch

Und so geht's:

- 1 Den Butterschmalz in der Pfanne erhitzen und die Bratwürste anbraten.
Noch heiß servieren.
- 2 Die Kartoffeln in mundgerechte Stücke schneiden und mit Butterschmalz auf mittlerer Hitze anbraten.
- 3 Die Zwiebeln blättrig schneiden. Wenn die Kartoffeln hellbraun angebraten sind die Zwiebeln hinzufügen und leicht anrösten (nicht schwarz werden lassen).
- 4 Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Zum Schluss den Knoblauch im Ganzen hinzufügen. Alles nochmal kurz anbraten und mit dem Knoblauch aufpassen das dieser nicht bitter wird.
Abschmecken und mit Petersilie und Schnittlauch servieren.
- 5 Zuerst die äußeren Blätter von den festen Krautköpfen entfernen. Anschließend die Köpfe vierteln und jeweils den Strunk entfernen. Nun wird jedes einzelne Krautstück fein mit einer Krauthobel in eine Schüssel gehobelt.
- 6 Das Kraut in einen hohen, weiten Topf schichten. Zuerst schön den Boden bedecken, danach salzen und mit Kümmel verfeinern. Dieser Vorgang wird öfters wiederholt, bis alles Kraut eingeschichtet ist. (auf 7 kg Kraut kommen ca. 40 bis 50 g Salz)
- 7 Als nächstes wird das Kraut gut mit einem Holzstampfer durchgestampft, bis sich ein Saft bildet. (Der Saft sollte höher stehen als das Kraut). Den Topf danach mit einem Küchentuch abdecken und mit einem Holzbrett befestigen. Das Holzbrett zusätzlich mit einem Kübel Wasser (10l) oder vollen Gießkanne beschweren.
- 8 Achtung: 2-3-Mal die Woche sollten sie das Sauerkraut beobachten und den trüben Schaum/Schicht abschöpfen. Weiters muss das Tuch, alle 10 Tage sowie das Holzbrett und der innere Rand des Topfes gereinigt bzw. gewechselt werden. Wenn nach dem Reinigen zu wenig Flüssigkeit ist, kann das Kraut mit Salzwasser übergossen werden.
Nach 4 Wochen erhält das Sauerkraut seinen tollen Geschmack. Nun kann es in Einmachglä-

Bekanntes deutsches Gericht: Kartoffelpuffer (=Reibekuchen)

Zubereitungszeit: /

4 Personen

Zutaten

1 kg Kartoffeln

1 Zwiebel

2 Eier

1 TL Salz

1 EL Mehl

8 EL Mehl

1 kg Äpfel

100 ml Wasser

1 EL Zitronensaft

75 g Zucker

etwas Zimt

Und so geht's:

- 1 Schäle die Kartoffeln und wasche sie unter kaltem Wasser. Reibe die Kartoffeln mit der Küchenreibe in eine Schüssel. Die Zwiebel schälen und dazu reiben.
- 2 Die Eier zu den geriebenen Kartoffeln schlagen und Mehl und Salz hinzufügen und gut miteinander vermischen.
- 3 Die Äpfel schälen und in Viertel schneiden und die Kerngehäuse entfernen, und in kleinere Stücke schneiden.
- 4 Das Wasser, Zitronensaft, Zucker und die Apfelstücke in einen Topf geben. Den Topf erhitzen und auf mittlerer Stufe 10 Minuten köcheln lassen.
- 5 Den Topf vom Herd nehmen und nun mit einem Pürierstab fein pürieren. Das Mus mit Zimt noch würzen.
- 6 Auf mittlerer Stufe 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Für jeden Puffer 2 EL der Masse in die Pfanne geben und mit dem Löffel flach drücken.
- 7 Nach ca. 3 Minuten mit einem Pfannenwender umdrehen und von der anderen Seite 3 Minuten goldbraun braten. Das Ganze wiederholen bis der Teig aufgebraucht ist.
- 8 Am besten noch warm genießen zusammen mit dem frischen Apfelmus. Wenn Apfelmus übrig bleibt in ausgekochten Einmachgläser füllen, dann hält es noch mehrere Monate.

Süßspeise: Schwarzwälder Kirschtorte

Zubereitungszeit: / /

Zutaten

100 g Haselnüsse, gemahlen	2 Gläser Sauerkirschen
100 g Haselnüsse, gehackt	300 ml Schlagobers
3 Eier	2 Päckchen Vanillezucker
100 g Zucker	1 EL Zucker
100 g Butter	1 Päckchen Sahnesteif
60 g Kakaopulver	Schokoraspeln
1 TL gehäuft, Backpulver	
1 EL gehäuft, Mondamin	

Und so geht's:

- 1 Eier mit Zucker schaumig schlagen, alle übrigen Zutaten für den Teig in einer separaten Schüssel vermischen. Anschließend zu dem Eiergemisch dazu rühren.
- 2 Die Butter verflüssigen und zu der Mischung hinzugeben. Den Teig in eine runde, gefettete, Springform gießen.
- 3 Den Ofen auf 180 °C, Ober- Unterhitze vorheizen.
- 4 Den Kuchen 30 Minuten backen, dann durch eine Stichprobe mit einem Holzstäbchen überprüfen, ob er schon durch ist, ansonsten noch mal 10 Minuten backen. Danach den Boden abkühlen lassen.
- 5 Die Sauerkirschen abtropfen und die Schlagobers mit dem Vanillezucker und dem Sahnesteif aufschlagen.
- 6 Die Kirschen auf dem erkalteten Boden verteilen und die Sahne über die Kirschen verstreichen. Die Sahne mit Schokoraspeln dekorieren.

Essgewohnheiten:

1. Nicht mit vollem Mund sprechen.
2. Erst mit Essen beginnen, wenn alle, etwas auf dem Teller haben.
3. Erst wenn der letzte mit Essen fertig ist, darf man aufstehen.
4. Nicht schmatzen.
5. Die Ellenbogen nicht auf den Tisch abstützen.
6. Die Serviette nicht nur anschauen, sondern auch benutzen.
7. Nicht hastig essen.

Frankreich



- 1 Coq au vin
- 2 Quiche Lorraine
- 3 Crème Brûlée
- 4 Essgewohnheiten

Nationalgericht: Coq au vin

Zubereitungszeit: /

4 Personen

Zutaten

1 Poularde (speziell geschlachtetes Huhn) ca. 1,4 kg

Salz Pfeffer

150 g durchwachsener Räucherspeck

4 Zweige Thymian

2 Lorbeerblätter

1 EL Öl

3 EL Butter

2 TL Mehl

½ l Rotwein (z.B. Burgunder)

200 g kleine Schalotten

200 g Champignons

½ Bund Petersilie

Und so geht's:

- 1 Die Poularde in 8-12 Stücke teilen, kalt abspülen und trocken tupfen, salzen und pfeffern. Den Speck ohne Schwarte in kleine Würfel schneiden. Die Kräuter kalt abspülen.
- 2 Das Öl und 1 EL Butter in einem Schmortopf erhitzen. Den Speck darin bei mittlerer Hitze leicht knusprig werden lassen. Mit dem Schaumlöffel herausheben. Hühnerenteile im heißen Fett portionsweise anbraten und herausnehmen. Das Mehl einrühren und kurz anschwitzen.
- 3 Den Wein angießen und aufkochen lassen. Die Hühnerenteile wieder einlegen. Kräuter einlegen und das Huhn zugedeckt etwa 25 Min. bei schwacher Hitze schmoren lassen.
- 4 Inzwischen die Schalotten schälen. Die Pilze putzen und bei Bedarf mit einem Tuch abreiben. Die übrige Butter in einer Pfanne schmelzen. Schalotten und Pilze darin bei mittlerer Hitze 2-3 Min. andünsten, dann zugedeckt bei schwacher Hitze 10 Min. garen. Den Speck untermischen, das Gemüse salzen, pfeffern und zum Huhn in den Topf geben. Nochmals etwa 25 Min. schmoren. Die Petersilie kalt abrausen und fein hacken. Coq au vin damit bestreuen und mit Baguette servieren.

Bekanntes französisches Gericht: Quiche Lorraine

Zubereitungszeit: / /

Zutaten

250 g Mehl

150 g Butter

½ TL Salz

20 ml lauwarmes Wasser

3 ganze Eier

2 Eigelb

250 g gepökelter Bauchspeck am Stück

250 g Crème Fraîche

Pfeffer

Muskat

Salz

Und so geht's:

- 1 Mehl, Salz und die in Flocken geschnittene, zimmerwarme Butter in eine Schüssel geben und mit den Händen vermengen. Das Wasser hinzugeben und so lange kneten, bis ein schön homogener Teig entsteht.

Zu einer Kugel formen und für 30 Minuten kühlstellen.

Die Quiche-Form mit Butter fetten und ein wenig Mehl darüber bestäuben.
- 2 Dann die Teigkugel mit einem Teigroller rund ausrollen, bis ihr den Durchmesser der Form plus etwa 3 cm erreicht. Den Teig dann in die Form heben und schön entlang der Seiten hocharbeiten. Achtet darauf, dass der Teig in den Ecken nicht zu dick bleibt, und dass ihr ihn so weit wie möglich nach oben arbeitet: Beim Blindbacken zieht er sich noch einmal zusammen und die Quiche könnte dadurch zu flach werden.

Wenn ihr die Zeit habt, gebt dem Teig vor dem Blindbacken noch einmal eine halbe Stunde, um im Kühlschrank zu ruhen. Es funktioniert aber auch, wenn ihr direkt mit dem Blindbacken weitermacht.
- 3 Den Teig mit der Gabel einstechen und mit einem Backpapier auslegen. Darauf Backbohnen oder – kugeln geben, sodass keine unerwünschten Blasen entstehen.

Den Teig für 15 Minuten in den auf 200°C vorgeheizten Ofen schieben.

Die Eier, Gewürze und Salz in eine Schüssel geben und mit dem Handmixer etwa 10 Minuten aufschlagen, sodass ihr eine helle, sehr cremige Masse erhaltet. Beachtet, dass der Bauchspeck schon sehr salzig ist und ihr die Migaine deshalb nur sehr dezent salzen solltet.
- 4 Gebt dannach die Crème Fraîche hinzu und rührt die Masse sanft, bis sie schön homogen ist.

Falls der Bauchspeck noch Schwarte enthält, diese mit einem scharfen Messer lösen. Den Speck dann in etwa 1×1 cm dicke Stifte quer zur Maserung schneiden, sodass die Stücke schön gestreift sind.

Die Stifte dann gleichmäßig über den Quiche-Boden verteilen, sobald dieser nach dem Blindbacken aus dem Ofen kommt. Danach braucht ihr nur noch die Migaine darüberzugießen und ab geht es in den Ofen.
- 5 Die Quiche wird im vorgeheizten Ofen bei 200°C auf Ober- und Unterhitze für 30 Minuten gebacken. Die Oberseite wird dabei relativ schnell golden und entwickelt hier und da dunklere Flecken. Da mein Ofen ein wenig assymetrisch heizt, habe ich die Quiche nach der Hälfte der Zeit einmal gedreht, sodass sie schön gleichmäßig braun wird.

Nach einer halben Stunde ist die Quiche endlich fertig und ihr könnt die gold-braune, warme Tarte direkt von der Ofenform auf eure Teller verladen. Aber auch am nächsten Tag schmeckt sie, kurz aufgewärmt ,hervorragend – am besten begleitet von einem knackigem Gartensalat!

Süßspeise: Crème Brûlée

Zubereitungszeit: /

4 Personen

Zutaten

1 Vanilleschote

150 ml Milch

4 Eigelb

130 g Zucker

350 ml Sahen

Und so geht's:

- 1 Zuerst die Vanilleschote mit einem scharfen Messer auf dem Schneidebrett halbieren und das Mark herauskratzen. Einen kleinen Topf auf den Herd stellen und die Milch hineinfüllen und langsam erwärmen. Das Mark der Vanilleschote hineingeben und alles für ein paar Minuten erhitzen.
- 2 Während die Milch heiß wird, die Eigelbe in eine Rührschüssel geben. Mithilfe des Handrührers nun schaumig rühren und währenddessen 70 g des Zuckers einrieseln lassen. So lange rühren, bis sich der Zucker vollständig gelöst hat. Den Ofen auf 140 Grad vorheizen.
- 3 Nun die Sahne zur Milch gießen, alles noch einmal kurz erhitzen und dann vom Herd ziehen. Nun die Sahne-Milch-Mischung nach und nach zu den Eigelben geben und alles zu einer homogenen Masse verrühren.
- 4 In eine ausreichend große Auflaufform nun die Porzellanschüsselchen für die Crème Brûlée setzen. Alternativ könnt ihr sie auch auf das tiefe Backblech eures Backofens stellen. Die Auflaufform oder das Backblech nun mit kochendem Wasser so weit füllen, dass die Förmchen für die Crème Brûlée ungefähr zur $\frac{2}{3}$ im Wasser stehen.
- 5 Nun die Crème Brûlée in die Förmchen füllen und dann das Backblech/die Auflaufform für 50 Minuten in den Ofen schieben und die Creme stocken lassen.
- 6 Sobald die Garzeit um ist, die Crème Brûlée aus dem Ofen holen und komplett abkühlen lassen. Anschließend für mindestens 3 Stunden oder über Nacht in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren den restlichen Zucker auf die Förmchen verteilen und mit einem kleinen Flammbiergerätflambieren, bis der Zucker karamellisiert und eine knusprige Kruste bildet. Dann direkt schmecken lassen.

Essgewohnheiten:

1. Das eigene Glas nicht alleine nachfüllen, sondern warten bis jemand anderer dich fragt.
2. Das Glas niemals bis oben hin vollfüllen.
3. Beim Trinkgeld immer aufrunden.
4. Baguette niemals mit einem Messer schneiden, sondern immer anbrechen.
5. Beide Hände auf dem Tisch behalten aber nicht mit den Ellbogen abstützen.
6. Keine Schlürf Geräusche von sich geben.
7. Den Salat nicht mit dem Messer schneiden, sondern zusammenfallen.
8. Käse nur mit dem spezifischen Käsemesser schneiden.
9. Immer schick anziehen aber nicht übertrieben.
10. Zur Begrüßung Luftküsschen auf beide Wangen verteilen, auch bei Leuten, die du nicht kennst.
11. Jede Person einzeln begrüßen.
12. Nicht zu viele Emotionen zeigen.
13. Bevor nicht jeder etwas zu trinken bekommen hat, darfst du nicht trinken.
14. Langsam, mit kleinen Schlückchen trinken.

Spanien



- 1 Tortilla de Patatas
- 2 Paella
- 3 Crema Catalana
- 4 Esssgewohnheiten

Nationalgericht: Tortilla de patatas / Tortilla española

Zubereitungszeit:
40 Minuten

4 Personen

Zutaten

700g Kartoffeln

200g Zwiebeln

6 Eier

Olivenöl extra nativ

grobes Salz

Und so geht's:

- 1 Die Kartoffeln waschen, schälen und kleinschneiden. Die Kartoffelstück sollten nicht dicker als 1 cm sein und ca. 5 cm lang sein. Auch die Zwiebel schälen und in kleine Streifen schneiden.
- 2 In einer Pfanne ausreichende Mengen an Olivenöl heiß werden lassen. Am besten zuerst die Kartoffeln hineingeben. Die Kartoffeln sollten im Olivenöl nicht "braten", sondern langsam garen und weich werden. Daher die Temperatur in der Pfanne nicht zu hoch einstellen. Später auch dann die Zwiebeln hinzufügen und mit im Öl anschwitzen.
- 3 Währenddessen die Eier aufschlagen und in eine Schüssel geben. Eine Prise Salz hinzufügen. Die Eier gut verrühren. Die Tortilla wird besonders locker, wenn der Eiermasse etwas Luft untergeschlagen wird (mit Kochlöffel oder Schneebesen).
Die gegarten Kartoffeln (nicht braun werden lassen!) und Zwiebeln aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Dann beides der Eiermasse hinzufügen und etwas ziehen lassen.
- 4 Olivenöl in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen (ideal ist eine beschichtete Pfanne mit 24 cm Durchmesser). Die Mischung aus Kartoffeln und Eiern in die heiße Pfanne geben.
Die erste Hälfte des Bratvorgangs ist fertig, wenn sich die äußerste Schicht festigt und schon etwas braun wird, aber bevor sie anbrennt (so etwa nach 7-10 Minuten).
- 5 Jetzt muss die Tortilla gewendet werden. Idealerweise haben Sie eine zweite Pfanne in gleicher Größe und diese bereits erhitzt. Dann legen Sie die zweite Pfanne kopfüber auf die erste und drehen beide Pfannen einmal um 180 Grad herum, so dass die bisher noch nicht angebratenen Seite in der Pfanne liegt und braten kann. Haben Sie keine zweite Pfanne, können Sie auch einen eingeölten Teller nehmen, diesen auf die Pfanne legen, das ganze stürzen und vom Teller wieder in die Pfanne gleiten lassen. Profis können auch versuchen, ganz ohne weitere Hilfsmittel die Tortilla zu werfen und umgedreht mit der Pfanne wieder aufzufangen.
- 6 Jetzt die andere Seite erneut anbraten, bis sie braun wird.
- 7 Lassen Sie der Tortilla ruhig Zeit und drehen Sie die Hitze nicht zu hoch, sonst ist sie außen schon zu braun und innen noch nicht durch. Sie können auch mit etwas Glattem spitzen in die Tortilla stechen, um so festzustellen, ob sie innen schon vollständig fest geworden ist.
- 8 Servieren Sie die Tortilla bei Zimmertemperatur. Schneiden Sie sie dazu wie einen Kuchen in Stücke - entweder auf einem großen Teller oder jedes Stück einzeln als Tapas auf einem klei-

Bekanntes spanisches Gericht: Paella (Reis mit Fleisch/Gemüse/Meeresfr.)

Zubereitungszeit:
40 Minuten

4 Personen

Zutaten

3 Strauchtomate, groß	200 g Paella-Reis
0.2 g Safranfäden, 2 Briefchen	Meersalz
150 g Chorizo	100 g TK-Erbesen, aufgetaut
1 Zwiebel, gepellt	250 g Hähnchenbrustfilet, kü- chenfertig, in mundgerechte Stücke geschnitten
2 Knoblauchzehen, gepellt	
1 Paprika, rot	300 g Kabeljaufilets, in mundgerechte Stücke ge- schnitten
100 g grüne Bohnen, geputzt	
3 El Olivenöl	1 Biozitrone, in Spalten ge- schnitten
700 ml Fisch- oder Gemüsefond	
16 Riesengarnelen, roh, unge- schält, ohne Kopf	

Und so geht's:

- 1 Die Tomaten einritzen, mit kochendem Wasser übergießen und kurz warten. Kalt abschrecken, häuten, entstrunken und klein würfeln. Safran mit 2 El kochendem Wasser übergießen. Die Chorizo pellen, längs halbieren und quer in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln. Paprika putzen und 1 cm groß würfeln. Bohnen halbieren. Eine Pfanne erhitzen und die Chorizo darin 2 Minuten anbraten, dann herausnehmen und beiseitestellen. Das Öl zum Bratfett geben. Zwiebel und Paprika darin 5 Minuten dünsten. Knoblauch, Tomaten, Fond und Safran mit Einweichwasser zugeben. Alles verrühren.
- 2 Den Rückenpanzer der Garnelen längs mittig aufschneiden, Garnelenfleisch einritzen und den schwarzen Darm entfernen. Reis in die Pfanne geben, salzen und unter Rühren 5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Garnelen 3 Minuten bei kleiner Hitze darin garen, danach wenden. Inzwischen die Bohnen in kochendem Salzwasser 2 Minuten garen. Die Erbsen dazugeben und 1 Minute mitkochen. Dann durch ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen.
- 3 Hähnchenbrust- und Kabeljaustücke salzen. Zur Paella geben und 5 Minuten mitköcheln lassen – die Paella jetzt nicht mehr rühren. Bohnen, Erbsen und Chorizo zugeben, nochmal durcherhitzen, vom Herd nehmen und 5 Minuten ziehen lassen. Paella mit Zitronenspalten garniert servieren.

Süßspeise: Crema catalana

Zubereitungszeit: /

4 Personen

Zutaten

1 Liter Vollmilch

8 Eier

200 g Zucker

50 g Maisstärke

1 Stange Zimt

1 Zitrone

Und so geht's:

- 1 Zuerst schälen Sie mit einem scharfen Messer die Schale der Zitrone ab (nur den gelben Teil, da der weiße Teil das Ganze sonst bitter macht). Alternativ können Sie die Zitronenschale auch abreiben.
- 2 Als nächstes nehmen Sie etwas von der Milch und lösen darin die Maisstärke (Ersatzweise normale Speisestärke) auf. Am besten passieren Sie diese dann noch durch ein Sieb, damit es keine Klümpchen gibt.
- 3 Jetzt in einem weiteren Gefäß den Zucker mit den Eigelb vermischen und cremig schlagen. Damit haben Sie alle Vorbereitungen gemacht und der Hauptteil kann beginnen.
- 4 Die Milch mit der Zitronenschale und der Zimtstange in einem Topf erhitzen. Wenn die Milch anfängt zu kochen, müssen Sie die Hitze wieder zurücknehmen.
- 5 Zimtstange sowie Zitronenschale wieder aus der Milch nehmen und die heiße Milch zur Eigelb-Zucker-Mischung geben und vermengen. Diese Mischung dann zurück in den Topf geben und wieder auf den Herd stellen.
- 6 Die aufgelöste Maisstärke mit einem Schneebesen in die Masse einrühren. Die Crema nochmal kurz (!) aufkochen und dann bei schwacher Hitze unter dem Kochpunkt halten, bis die Masse die gewünschte Dicke erreicht hat (Achtung: eine gute Crema Catalana darf nicht länger gekocht werden). Dabei mit einem Löffel oder Spachtel immer wieder umrühren, aber bitte immer in die gleiche Richtung.
- 7 Die Masse in tönernen Schalen geben und im Kühlschrank abkühlen lassen. Ideal ist, wenn Sie die abgefüllten Gefäße in ein kaltes Wasserbad stellen und nochmals ab und zu umrühren.
- 8 Dann Zucker oben auf die kalte Masse geben und karamellisieren, bis sie braun wird. Traditionell wird das in Spanien mit einem speziellen heißen Brenneisen gemacht, das auf die Masse gedrückt wird. Sie können aber natürlich ersatzweise auch einen Flambier-Brenner bzw. Bunsenbrenner verwenden (was eigentlich eher typisch für Creme Brûlée und nicht typisch spanisch wäre).

Essgewohnheiten:

In Spanien ist es üblich, dass das Frühstück, Mittagessen und Abendessen ca. zwei Stunden später gegessen werden, als es in Österreich der Fall ist.

Darüber hinaus wird insbesondere das Abendessen nicht nur erst um 22 Uhr wahrgenommen, sondern auch auf viele kleine Teller aufgeteilt. Dafür wird nicht selten in Gemeinschaft von Bar zu Bar spaziert und in jeder Bar ca. 2 „Tapas“ (=kleine Teller mit Essen) verspeist.

Zu den Tapas bekommen die Spanier gelegentlich auch einen Drink gratis dazu. Dieser Brauch wird jedoch nicht in jeder Region von Spanien gepflegt.

Italien



- 1 Bolognese mit Tagliatelle
- 2 Lasagne
- 3 Tiramisu
- 4 Esssgewohnheiten

Nationalgericht: Pasta (z.B. Bolognese mit Tagliatelle)

Zubereitungszeit:
140 Minuten

4 Personen

Zutaten

300g grob gehacktes, mageres Rindfleisch, aus Bauch oder Rücken

150g Pancetta
(Schweinespeck)

50g Karotte, fein gewürfelt

50g Stangensellerie, fein gewürfelt

50g Zwiebel, fein gewürfelt

300g geschälte Tomaten

100ml Rotwein

100ml Vollmilch

100ml Gemüsebrühe

Olivenöl oder Butter

Salz

Pfeffer

eventuell ein Schuß Sahne,
je nach verwendeter Pasta

Und so geht's:

- 1 Schwitzen Sie den fein gewürfelten Pancetta in einer großen Pfanne an.
- 2 Geben Sie 3 EL Öl oder 50 Gramm Butter und das fein gehackte Gemüse (Zwiebel, Sellerie und Karotte) dazu.
- 3 Danach das Rinderhackfleisch beimengen, scharf anbraten und umrühren.
- 4 Nun geben Sie die geschälten Tomaten und die Gemüsebrühe hinzu und lassen das Ragù ca. 2 Stunden lang abgedeckt köcheln.
- 5 Geben Sie kurz bevor das Ragù (die Soße) fertig ist die Milch hinzu und schmecken Sie das Gericht mit Salz und Pfeffer ab.
- 6 Die Accademia Italiana della Cucina empfiehlt: Am Ende, wenn das Ragù fertig ist, gibt man für gewöhnlich etwas Sahne hinzu, sofern man getrocknete Nudeln verwendet. Bei frischen Tagliatelle lässt man die Sahne weg.

Bekanntes italienisches Gericht: Lasagne

Zubereitungszeit:
105 Minuten

4 Personen

Zutaten

Karotten ca. 100g

100g Knollensellerie

Zwiebel ca. 100g

3EL Olivenöl

350g gemischtes Hackfleisch

Salz

Pfeffer

100ml trockener Weißwein z.B.
Pinot Grigio

700ml passierte Tomaten

1 Lorbeerblatt

50g Butter

3EL Mehl

500ml Milch

500g Lasagne-Platten

1 Prise frisch geriebene Mus-
katnuss

250g Mozzarellakäse

100g Parmesankäse

Zubereitungszeit:
105 Minuten

4 Personen

Zutaten

Karotten ca. 100g

100g Knollensellerie

Zwiebel ca. 100g

3EL Olivenöl

350g gemischtes Hackfleisch

Salz

Pfeffer

100ml trockener Weißwein z.B.
Pinot Grigio

700ml passierte Tomaten

1 Lorbeerblatt

50g Butter

3EL Mehl

500ml Milch

500g Lasagne-Platten

1 Prise frisch geriebene Mus-
katnuss

250g Mozzarellakäse

100g Parmesankäse

Und so geht's:

- 1 Für das Ragù Karotte, Sellerie und Zwiebel in kleine, feine Würfel schneiden. Das Gemüse in 3 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in einem Topf andünsten.
Das Hackfleisch zugeben und bei großer Hitze gut anbräunen lassen. Mehrmals durchrühren, damit sich keine Klumpen bilden.
- 2 Das Ragù mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem halben Glas Weißwein ablöschen.
Wenn der Wein verkocht ist, die passierten Tomaten und das Lorbeerblatt in die Sauce geben. Alles für 1 Stunde zugedeckt bei geringer Hitze köcheln.
- 3 Für die Béchamelsauce in einem kleinen Topf die Butter zerlassen. Mit einem Schneebesen das Mehl in die Butter einrühren und nach und nach unter Rühren die Milch dazu geben. Die Sauce köcheln lassen und so lange rühren bis eindickt und eine cremige Konsistenz entsteht. Mit Salz und Muskat würzen.
- 4 Den Ofen auf 180°C vorheizen.
Den Mozzarella fein würfeln und den Parmesan reiben.
- 5 In einer feuerfesten Auflaufform etwas Ragù auf dem Boden verstreichen. Eine Schicht Lasagneplatten einlegen. Eine dünne Schicht Fleischsauce, ein paar Mozzarella-Würfelchen und eine dünne Schicht Béchamelsauce gleichmäßig auf den Platten verteilen. Alles mit der nächsten Schicht Lasagneplatten bedecken, darauf wieder Ragù, Käse und Bechamel geben und immer so weiter...
Den Abschluss bildet eine Schicht Béchamelsauce, die nur mit dem geriebenen Parmesankäse bestreut wird.
- 6 Die Lasagne bei 180° C für 25-30 Minuten im Ofen backen, bis sie goldbraun wird.

Süßspeise: Tiramisu

Zubereitungszeit:
5 Stunden & 30 Minuten

4 Personen

Zutaten

500g Mascarpone

4 Eigelb

4EL Zucker

2 kalte Espressi

4cl Marsala

150g Löffelbiskuit

2EL Kakaopulver ungesüßt

Und so geht's:

- 1 Die Eigelb und den Zucker mit einem Rührgerät schaumig schlagen. Nach und nach die Mascarponecreme mit einem Schneebesen unterrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat, also die Creme nicht mehr körnig ist.
- 2 Den Espresso zusammen mit dem Weinbrand in ein flaches Schälchen gießen. Eine Auflaufform bereitstellen. Die eine Hälfte des Löffelbiskuits kurz in den Espresso tauchen und den Boden der Form damit auslegen.
- 3 Die Hälfte der Mascarponecreme einfüllen und glattstreichen. Eine zweite Schicht Löffelbiskuits darauf verteilen und mit der restlichen Mascarponecreme bedecken.
- 4 Für ca. 5 h in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren mit ungesüßtem Kakao bestreuen. In acht gleichgroße Stücke teilen. Buon appetito!

Essgewohnheiten:

Frühstück, Mittag und Abend:

Gewöhnlicherweise sparen sich die Italiener in der Früh den Hunger für das Mittagessen und Abendessen auf.

Zu Mittag und Abend wird viel Zeit und Essen in Gemeinschaft gespeist. Das Essen ist häufig gut geplant und sehr üppig. Anders ist es beim Frühstück, dieses fällt in der Regel eher knapp aus. Traditionell wird einfach schnell ein Cappuccino getrunken und ein kleines Gebäck verschlungen.

Benimmregeln:

Spaghetti werden nur mit einer Gabel gegessen

Parmesan wird bei Nudelgerichten gespart

Ein Kaffee nach dem Essen ist Pflicht!

Bei einer Essenseinladung wird eine Verspätung als Regel erwartet

Während dem Essen sollte es immer ein Gesprächsthema geben

Den Ellbogen nie auf den Tisch legen!

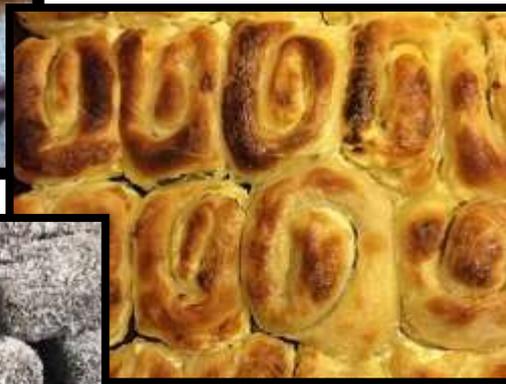
No-Gos:

In einem Restaurant nie getrennt bezahlen

Kein Essen verschwenden! Immer nur kleine Portionen nehmen.

Bei einem Restaurantbesuch niemals direkt in das Restaurant hineinspazieren.
(am besten an der Tür auf einen Kellner warten)

Bosnien und



- 1 Bosanski Lonac
- 2 Pita
- 3 Cupavci Kokoschnitten
- 4 Esssgewohnheiten

Nationalgericht: Bosanski Lonac

Zubereitungszeit:
60min

4 Personen

Zutaten

200 g Rindfleisch

200 g Schweinefleisch

200 g Lammfleisch

300 g Weißkohl

300 g Kartoffel(n)

100 g Brechbohnen

200 g Tomate(n)

200 g Paprikaschote(n), grüne

100 g Sellerie

1 Zwiebel(n)

Knoblauch

Petersilie, gehackte

1 EL Tomatenmark

Salz

1 Lorbeerblatt

Und so geht's:

- 1 Das Fleisch in Würfel schneiden. .
- 2 Das Gemüse putzen, schälen oder waschen und in grobe Stücke schneiden
- 3 Mit Knoblauch, Pfeffer, Salz, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern würzen.
- 4 Im gewässerten Römertopf dann Fleisch und Gemüse aufeinander schichten.
- 5 Auf die letzte Schicht eine Mischung aus Tomatenmark, Gewürz und Wasser gießen, bis alles knapp damit bedeckt ist. Den Römertopf mit dem Deckel schließen
- 6 Den Eintopf in den kalten Backofen schieben und ca. 90 Minuten bei 180°C garen lassen. Mit Weißbrot servieren.

Bekanntes Gericht: Pita

Zubereitungszeit:
1 Stunde 45 Minuten

4 Personen

Zutaten

Für den Teig:

500 g Mehl, Typ 405

1 EL Öl, neutral

1 TL Salz

300 ml Wasser, lauwarm

Für die Füllung:

500 g Gehacktes, vom Rind,
oder halb Rind halb Lamm

3 Zwiebel fein gewürfelt oder
gerieben

1 EL Öl

2 mittel-große Kartoffel(n),
geraspelt

½ Tasse Wasser, lauwarm

Salz und Pfeffer

Öl, zum Bestreichen

Mehl, für die Arbeitsfläche

Und so geht's:

- 1 Mehl, Salz, Öl und Wasser gut vermischen, bis ein elastischer, nicht zu weicher und klebriger Teig entsteht. Gute 10 min. kneten. Die Teigkugel gut abdecken und 30-45 min. ruhen lassen.
- 2 Alle Zutaten für die Füllung gut vermischen, die Masse darf nicht zu fest oder zu weich sein.
- 3 Die Teigkugel in 2-3 Kugeln teilen, mit dem Nudelholz plätten und mit dem Öl bestreichen
- 4 . Auf einer bemehlten Arbeitsfläche, am besten auf einem sauberen Tischtuch, den Teig dünn ausziehen, so dass man Zeitung dadurch lesen kann. Den Teig mit etwas Öl besprenkeln.
- 5 Die Füllung an einem Ende auftragen, einklappen und nicht zu fest einrollen, so dass man die Füllung kaum sieht.
- 6 Den gefüllten Strang mit einem Messer abtrennen und mit geölten Händen vorsichtig in die Länge ziehen. Den Strang in 2-3 gleichmäßige Teile schneiden, zu Schnecken formen und in ein geöltes Backblech legen.
- 7 Die Pita bei 220° backen. Nach dem Backen mit etwas Wasser besprenkeln (je mehr, desto weicher wird die Pita), mit einem Tuch oder Backblech abdecken und 5 min. ruhen lassen.

Süßspeise: Cupavci Kokoschnitten

Zubereitungszeit:
1 Stunde 45 Minuten

8 Personen

Zutaten

1 Pk Backpulver

60 g Butter

2 Stk Eier

300 g Mehl

150 ml Milch

2 Pk Vanillezucker

270 g Zucker

Zutaten Für die Glasur

220 g Butter

400 g Kokosraspeln

200 ml Milch

200 g Schokolade, Lindt Surfing

320 g Zucker

Und so geht's:

- 1 Zuerst die Butter mit dem Zucker und den Eiern mithilfe eines Schneebesens schaumig schlagen. Dann das Mehl und das Backpulver dazugeben, und anschliessend die Milch einrühren.
- 2 Dann kann der Teig in eine eckige, gefettete Brownie-Form gefüllt werden . Bei 180° C für ca. 25 Minuten backen und danach in der Form abkühlen lassen.
- 3 Unterdessen kann die Schokolade mit dem Zucker und der Milch in einem Wasserbad geschmolzen werden. Etwas abkühlen lassen und anschliessend die Butter einrühren.
- 4 . Das Biskuit in jeweils drei Fingerbreite Vierecke schneiden. Die Kokosraspeln in einen tiefen Teller geben.
- 5 Die Biskuitstücke zuerst in der flüssigen Schokolade wenden und dann in den Kokosraspeln. Anschliessend in den Kühlschrank stellen bis das Ganze serviert werden kann.

Essgewohnheiten:

In Bosnien ist die Gastfreundlichkeit das A und O. Ein Geschenk mit zu bringe sobald man das erste Mal eingeladen wurde zeigt die Dankbarkeit und darauf wird geachtet.

Das Brot ist eine beliebte Beilage zu herzhaften Gerichten aber der Salat darf natürlich nicht vergessen werden.

Kosovo



- 1 Fli
- 2 Pasul
- 3 Trilece
- 4 Essgewohnheiten

Nationalgericht:Fli

Zubereitungszeit:
6Stunden 15 Minuten

6 Personen

Zutaten

Für den Teig:

1 kg Weizenmehl

1 l Wasser

1 EL Salz

Butter für die Form

Für die Füllung:

400 g Schlagobers

2 Becher Schmand/

Crème Fraiche

100 g Butter, zerlassen

200 g Naturjoghurt

2 EL Salz

Und so geht's:

- 1 Die Zutaten für den Teig verrühren, bis die Konsistenz etwas dickflüssiger ist, als die von Crêpe-teig.
- 2 Für die Füllung die Zutaten vermischen und mit Salz abschmecken. Nun eine runde Backform oder ein rundes Blech einfetten.
- 3 Den Teig löffelweise strahlenförmig vom Rand zur Mitte streichen, sodass eine "Sonne" entsteht. Auf die freien Flächen wird nun auch mit einem Löffel vorsichtig die Füllung gestrichen, sodass der ganze Boden der Form nun bedeckt ist.
- 4 Nun die Form oder das Blech bei 250°C (Oberhitze) auf die oberste Schiene in den Backofen schieben. Wenige Minütchen backen, bis der Teig bräunlich wird, dann das Blech rausnehmen
- 5 Das Gleiche wiederholen, diesmal allerdings den Teig strahlenförmig vom Rand zur Mitte streichen und zwar dort, wo die Füllung beim ersten Mal draufgestrichen wurde. Die freien Felder wieder mit Füllung bestreichen (da wo der Teig beim ersten Mal hingegossen wurde).
- 6 Das Ganze so lange wiederholen, bis der Fli die gewünschte Größe erreicht hat. Zum Schluss eine dicke Schicht der Füllung oben drauf streichen, mit einem Küchentuch abdecken und 15 Min. stehen lassen. Warm servieren.

Bekanntes Gericht: Pasul

Zubereitungszeit:
13Stunden

4 Personen

Zutaten

350 g Bohnen, weiße, getrocknete, nicht aus der Dose

1 EL Margarine

1 Zwiebel(n)

2 TL Paprikapulver, edelsüß

1 TL Mehl (wenn nötig oder gewünscht, wird fester dadurch)

n. B. Peperoni, rot, getrocknete

Salz und Pfeffer

Und so geht's:

- 1 Die Bohnen im heißen Wasser mit der Margarine so lange kochen, bis die Bohnen weich sind. Die Bohnen sollten mit Wasser komplett bedeckt sein.
- 2 Während der Kochzeit der Bohnen, die Zwiebel schälen und klein würfeln. Wenn die Bohnen weich sind, Topf von der Platte nehmen.
- 3 Zwiebeln glasig andünsten, Paprikapulver unterrühren (falls nötig oder gewünscht, noch 1 TL Mehl dazu - wird aber fester)
- 4 Mit dem Sud von den gekochten Bohnen ablöschen und mit einem Schneebesen schnell verrühren, dass es keine Klumpen gibt
- 5 Das Ganze zu den Bohnen in den Topf zurückgeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken (nach Belieben ein Schuss Sahne) und auf kleiner Hitze noch 30 Minuten weiter köcheln

Süßspeise: Trilece

Zubereitungszeit:
35 Minuten

6 Personen

Zutaten

6 Eiweiß

6 Eigelb

150 g Zucker

150 g Mehl

100 ml Sahne, flüssige

100 ml Kondensmilch, gezucker-
te

100 ml Milch

100 ml Dessert-Soße
(Karamellsoße)

Essgewohnheiten:

In Kosovo ist der Respekt gegenüber ältere sehr wichtig. Aus diesem Grund sollte man warten bis die älteste Person angefangen hat seine Speise zu verzehren. Schmatzen ist wie bei uns in <Österreich auch nicht so angebracht.

Üblicherweise wird am Boden gegessen und das Essen wird mit der rechten Hand zum Mund geführt

Und so geht's:

- 1 Die Eiweiße mit dem Handmixer kräftig schlagen, dann den Zucker einsieben und weiter kräftig schlagen.
- 2 Die Eigelbe getrennt davon cremig schlagen, dann auf die Eiweiße geben und unterrühren. Das Mehl mit dem Rührbesen langsam unterrühren. Das Ganze in die gefettete Springform geben und bei 150°C im vorgeheizten Backofen 20 Minuten backen
- 3 Nach dem Backen ein Backpapier auf den Tisch legen und den Biskuit aus der Springform darauf stürzen. Die Sahne in ein Gefäß mit derselben Größe wie die Springform gießen, den Biskuit langsam vom Backpapier in das Gefäß gleiten lassen.
- 4 Die Kondensmilch und die Milch zusammenrühren und löffelweise auf die Oberfläche geben. Mit Karamellsoße übergießen. Kurz in den Kühlschrank stellen .

Quellenverzeichnis:

Österreich:

Rezept: Wiener Schnitzel

<https://www.austria.info/de/aktivitaeten/essen-und-trinken/oesterreichische-kueche/rezepte-aus-oesterreich/wiener-schnitzel>

Abbildung:

<https://www.groupon.de/deals/dock-14-10>

Rezept: Käsknöpfle

<https://www.austria.info/de/aktivitaeten/essen-und-trinken/oesterreichische-kueche/rezepte-aus-oesterreich/kaesknoepfle>

Abbildung:

<https://www.bergwelten.com/a/walser-kaesknoepfle>

Rezept: Apfelstrudel

<https://www.austria.info/de/aktivitaeten/essen-und-trinken/oesterreichische-kueche/rezepte-aus-oesterreich/apfelstrudel>

Abbildung:

<https://platedcravings.com/apple-strudel-recipe/>

Essgewohnheiten:

https://www.schmankerlstubn.at/essen-trinken-oesterreich/#gut_traditionelles_essen

<https://www.vile-netzwerk.de/oesterreich/articles/essen-und-trinken-in-oesterreich.html>

Deutschland:

Rezept: Bratwurst mit Beilagen

<https://www.gutekueche.at/sauerkraut-selber-herstellen-rezept-6642>

<https://de.wikipedia.org/wiki/Nationalgericht#Deutschland>

<https://www.pinterest.de/pin/71916925287934734/>

<https://www.brigitte.de/rezepte/sauerkraut-zubereiten-10531664.html>

<https://tourismus.nuernberg.de/geniessen/spezialitaeten/nuernberger-bratwuerste/>

Rezept: Kartoffelpuffer

<https://www.chefkoch.de/rezepte/119561050847819/Kartoffelpuffer-mit-viel-Knoblauch.html>

Rezept: Schwarzwälder Kirschtorte

<https://www.einfachbacken.de/rezepte/schwarzwaelder-kirschtorte-vegan-einfach-selber-backen>

Frankreich:

Rezept: Coq au vin

<https://www.kuechengoetter.de/rezepte/coq-au-vin-45380>

Rezept: Quiche Lorraine

<https://schlaraffenwelt.de/quiche-lorraine-originalrezept/>

<https://www.oetker.de/rezepte/r/quiche-lorraine>

Rezept: Crème Brûlée

<https://www.koch-mit.de/kueche/creme-brulee/>

<https://www.koch-mit.de/kueche/creme-brulee/>

Essgewohnheiten:

<https://www.ef.de/blog/language/reise-knigge-frankreich-benimmregeln/>

Spanien:

Rezept: Tortilla de patatas

<https://www.xn--spezialitten-ocb.net/spanische-tortilla/>

Abbildung:

<https://puramanteca.de/tortilla-espanola-con-cebollas/>

Rezept: Paella

<https://www.livingathome.de/kochen-feiern/rezepte/10567-rzpt-rezept-paella>

Abbildung:

<https://frauKate.blog/2019/10/12/original-spanisches-paella-rezept/>

Rezept: Crema Catalana

<https://www.einfachbacken.de/rezepte/schwarzwaelder-kirschtorte-vegan-einfach-selber-backen>

Abbildung:

<https://www.xn--spezialitten-ocb.net/crema-catalana-das-spanische-dessert/>

Essgewohnheiten:

<https://germany.international-experience.net/blog/essen-bis-mitternacht-die-kulinarischen-besonderheiten-in-spanien/>

Italien:

Rezept: Bolognese mit Tagliatelle

<https://www.gustini.at/blog/rezept-italien/das-ist-die-original-bolognese/>

Abbildung:

<https://www.vincenzosplate.com/recipe-items/authentic-bolognese-sauce/>

Rezept: Lasagne

<https://www.gustini.at/blog/rezept-italien/lasagne-rezept-original-aus-italien/>

Abbildung:

<https://www.schaer.com/de-at/r/lasagne-bolognese-klassisch>

Rezept: Tiramisu

<https://www.gustini.at/blog/rezept-italien/tiramisu-rezept-original-italienisch/>

Abbildung:

<https://www.gutekueche.de/original-italienisches-tiramisu-rezept-1139>

Essgewohnheiten:

<https://www.garantiert-reisen.de/essgewohnheiten-italien/#traditionelle-essgewohnheiten-in-italien>

Bosnien und Herzegowina:

Rezept: Bosanski Lonac

<https://www.chefkoch.de/rezepte/1060871211368740/Bosnischer-Eintopf.html>

Abbildung:

<https://www.kosmo.at/wp-content/uploads/2019/04/Bosanski-Lonac-BBC-Travel.jpg>

Rezepte: Pita

<https://www.chefkoch.de/rezepte/1615201268762664/Pita-bosnische-Art.html>

Abbildung:

<https://img.chefkoch-cdn.de/rezepte/1615201268762664/bilder/863299/crop-960x720/pita-bosnische-art.jpg>

Rezept: Cupavci

<https://www.gutekueche.ch/cupavci-kokosschnitte-rezept-9524>

Abbildung:

<https://de.rc-cdn.community.thermomix.com/recipeimage/uadump3j-8f7d2-703598-cfcd2-vht19zjq/53e077c2-27b2-473e-84f6-3397fb811997/main/cupavci-kokosschnitten.jpg>

Kosovo:

Rezept: Fli

<https://www.chefkoch.de/rezepte/1851511300104794>

Abbildung:

<https://img.chefkoch-cdn.de/rezepte/1851511300104794/bilder/1168544/crop-256x170/fli.jpg>

Rezept: Pasul

<https://www.chefkoch.de/rezepte/548811152516631/Pasul-Albanische-Bohnensuppe.html>

Abbildung:

<https://img.chefkoch-cdn.de/rezepte/548811152516631/bilder/599721/crop-600x400/pasul-albanische-bohnensuppe.jpg>

Rezept: Trilece

<https://www.chefkoch.de/rezepte/2150621345356312>

Abbildung:

2https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fgoliveitblog.com%2Fby-destination%2Feat-local-shkodra-albania%2F&psig=AOvVaw0Yn0ljggchpYjyPLiRO_YS&ust=1624092160896000&source=images&cd=vfe&ved=0CAcQjRxqFwoTCPjOq_TkoPECFQAAAAAdAAAAABAb