

Ein Fest für die Sinne

Genussreiches für den Ostertisch

Wenn es rundherum grünt und blüht, die Schokolade-Osterhasen und die gefärbten Eier zum Verkauf bereit stehen, ist das Osterfest nicht mehr weit. Genießer, Hausfrauen und Hobbyköche freuen sich auf die Festtage aus verschiedenen Gründen: Die einen, weil sie mit ihrer Kochkunst die Familie verwöhnen möchten, die anderen, weil kulinarische Genüsse Höhepunkt des geplanten Ausflugs sind.

Wie zu allen Festtagen im Jahreskreis haben auch zu Ostern bestimmte Speisen Tradition. In den meisten Regionen dominieren Beinschinken und Geselchtes. Dazu gibt es Kren, Ostereier und frisches Brot. Lamm war in einigen westlichen Bundesländern ein Festtagessen, bevor die Lammzucht ab Mitte des 19. Jahrhunderts zurückging. Aufgrund verschiedener Initiativen ist frisches Lammfleisch in bester Qualität wieder ausreichend verfügbar und liegt durch das neue Ernährungsbewusstsein im Trend. Wer gern selbst kocht, findet heimisches Lammfleisch in Spezial-

tätengeschäften auf den Märkten, in Bauernläden oder direkt beim Erzeuger.

Genuss und Erlebnis sind garantiert, wenn man den Einkauf mit einem Ausflug in eine der Genuss Regionen verbindet, die inzwischen landesweit auf 113 Genuss Regionen - von Kräutern über Gemüse bis zu Fleischprodukten - angewachsen sind. Lamm Genuss Regionen findet man in Kärnten (Mölltal Glockner Lamm), im Tennengau (Tennengauer Berglamm), in der Steiermark (Weizer Berglamm) und in Tirol (Osttiroler



Genuss Region Tennengauer Berglamm: Lammrollbraten mit Semmelknödel und Petersilienerdäpfeln, zubereitet im Gasthof Pension Alpenrose, St. Koloman
Foto: Lebensmittelministerium/Rita Newman

Berglamm). Für alle, die zu Ostern keine Zeit für einen Ausflug haben oder lieber selbst kochen, sind unsere österlichen Kochideen gedacht!



Vogersalat mit Champignons und Ei (für 4 Personen)

15 dag Vogersalat
10 dag Champignons
10 dag durchwachsender Speck
2 hart gekochte Eier
5 EL Öl
Salz, Pfeffer, 1 kl. Knoblauchzehe
1 TL Senf, gemahlenes Piment

2 EL Balsamico
Pfeffer, frisch gemahlen

Vogersalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Champignons putzen und wie auch den Speck in dünne Scheiben schneiden.
2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Zuerst den Speck darin knusprig anbraten, dann die Champignons dazugeben und bissfest dünsten. Die Eier schälen und in

Scheiben schneiden. Aus Salz, Pfeffer, der gepressten Knoblauchzehe, Senf, Piment, Balsamico und 3 EL Öl eine Marinade zubereiten. Den Vogersalat kurz darin marinieren, dann mit den anderen Salatzutaten portionsweise auf Tellern anrichten, mit der Marinade beträufeln und mit frisch gemahlenem, schwarzen Pfeffer bestreuen. Mit frischem Weißbrot als Vorspeise zu Tisch bringen.

Lammrollbraten mit Gemüse (für 4 Personen)

1 kg Lammschulter (ohne Knochen)
Salz, Pfeffer, Thymian
Rosmarin, 2 Knoblauchzehen
4 EL Olivenöl
2 Bund Suppengemüse
20 dag Schalotten oder
1 Bund Jungzwiebeln
1/2 l Kalbsknochen- oder
Würfelsuppe zum Begießen

Die Lammschulter mit den Gewürzen und den gepressten Knoblauchzehen einreiben, einrollen und mit Küchenspagat zubinden.
Öl in einer Bratpfanne erhitzen, das Fleisch darin auf allen Seiten anbraten, mit 1/4 l Suppe ablöschen und in das auf 200 Grad Celsius vorgeheizte Backrohr schieben. Eine Stunde braten, bei Bedarf Suppe nachgießen.
Dann den Braten wenden, die geschäl-

ten Schalotten und das vorbereitete Suppengemüse dazugeben und noch eine Dreiviertelstunde weiterbraten.

Den Braten herausheben und kurz rasten lassen. Den Spagat entfernen. Das Gemüse aus dem Bratensaft heben und warm stellen. Den Saft nach Belieben mit einem Schuss Obers verfeinern. Den Lammrollbraten aufschneiden, mit dem Gemüse, Petersilerdäpfeln oder Semmelknödeln anrichten.

Biskuitomeletten

Aus einem Biskuitteig Scheiben mit ca. 10 cm Ø backen (oder Scheiben aus dem gebackenen Biskuit ausstechen) und noch warm zusammenklappen. 400 ml steif geschlagenes Obers nach Belieben mit Erdbeergelee (kleines Glas) vorsichtig löffelweise verrühren, mit Hilfe eines Spritzbeutels auf die untere Hälfte der Omeletten spritzen, mit einigen frischen Erdbeeren garnieren. Omeletten zuklappen und mit Staubzucker bestreuen.