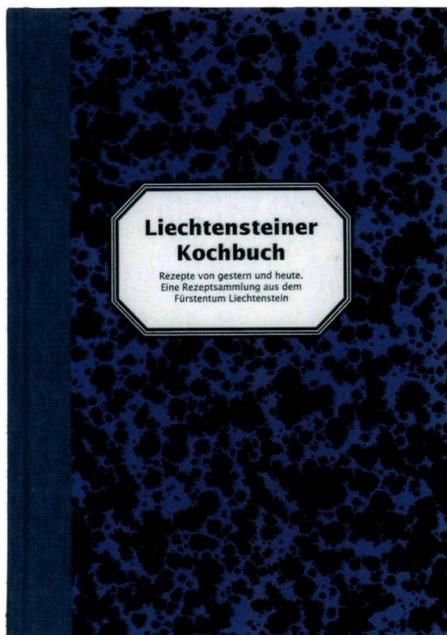


## KOCHEN

### Neues Liechtensteiner Kochbuch

Das erste Liechtensteiner Kochbuch, im Jahre 1982 herausgegeben, ist schon seit mehreren Jahren vergriffen.

Aus dem 2001 erschienenen neuen Kochbuch ist unter anderem zu erfahren:



#### Küchengewürze

Fast allen Speisen müssen Gewürze beigegeben werden, jedoch sollen diese mässig angewendet werden, so dass sie nicht zu sehr vor-schmecken, sondern den Speisen nur einen angenehmen Geschmack geben.

**Anis** wird zu verschiedenem Backwerk verwendet.

**Basilikum** ist eine sehr wohlriechende Pflanze, deren Blättchen zu Beizen für Fisch und zu Wildbret und Fleisch verwendet werden.

**Curry** ist eine Gewürzmischung, welche man wie folgt herstellen kann: 60 g Koriander, 50 g Kurkuma, 20 g schwarzer Pfeffer, 20 g Senfsamen, 5 g Kümmel, 5 g Zimt-

rinde und 10 g Kardamom werden im Mörser so fein wie möglich zer-stossen. Ein indisches Originalre-zept lautet folgendermassen: 120 g weisser Pfeffer, 90 g Kurkuma, 14 g schwarzer Pfeffer, eine Muskatnuss, 1 g Ingwer und 6 g Kardamom wer-den fein zerstossen.

**Gewürznelke** hat einen starken Ge-ruch. Sie wird sowohl ganz in ge-schälte Zwiebeln gesteckt, zu Sos-sen und Beizen, sowie zu Pulver ge-stossen dem Backwerk beigemengt.

**Gewürzpulver** zu Pasteten und Sos-sen. Dieses besteht aus 17 g Korian-der, 9 g weissem Pfeffer, 17 g Ing-wer, 17 g Kardamom, 1 EL Majoran, der getrockneten Schale einer hal-ben Zitrone, 1 EL Basilikum, 1 TL Rosmarin, 3 Salbeiblättern, 1 Sträus-schen Thymian, 1 TL Anis, 8 gerei-nigten Champignons und 6 Trüffeln. Dies wird sorgfältig getrocknet, dann im Mörser fein zu Pulver gestossen, gesiebt, gut verkorkt und an einem trockenen Ort aufbewahrt. Dieses Pulver darf jedoch nur in geringer Menge verwendet werden.

**Ingwer** ist eines der vortrefflichsten magen- und nervenstärkenden Ge-würze, welches zu mehligem Spei-sen besonders zu empfehlen ist und zu Likören verwendet wird.

**Kapern** werden zu Sossen, Salaten und Braten sehr gerne verwendet.

**Kardamom** wird zu Mehlspeisen, vorzüglich zu Backwerk und Leb-kuchen verwendet; es hat einen ausgezeichnet feinen Geschmack und ist auch einem schwachen Ma-gen sehr zuträglich.



**Knoblauch** wird zum Würzen von Fleisch, Würsten und anderem mehr benutzt.

**Koriander** als Samen würzt Back-werke und Brot. Korianderöl ist sehr geschätzt in der Küche.

**Kümmel** benutzt man zu verschie-denen Sossen, Pasteten, Braten und zur Beize.

**Muskatnuss** und Muskatblüte wer-den zu Suppen sowie zu Sossen verwendet und geben den Speisen einen angenehmen Geschmack.

**Neugewürz** oder Englisches Ge-würz (Modegewürz oder Piment) riecht stark und vereinigt gestossen in sich den Geruch der Muskatnuss, der Nelke und des Zimts; daher hat es auch den Namen «Allerhandge-würz». Es wird in vielen Küchen zu Brot sowie auch zu Torten und Ku-chen verwendet.

**Gewöhnlicher Pfeffer** ist als weis-er und schwarzer Pfeffer geläufig; der Letztere ist die unreife, getrock-nete Frucht, daher sein starker Ge-ruch; der weisse kommt von der völlig gereiften Beere, ist milder und daher für feinere Speisen eher zu empfehlen.

**Spanischer Pfeffer** (Cayenne) oder Paprika ist ein indischer Pfeffer, aus dem ein feines Pulver bereitet wird, welches nur in sehr geringer Menge und vorsichtig angewendet werden darf; auf diese Weise erwärmt es den Magen und regt den Appetit an.

**Rosmarinblätter** sind sehr wohlrie-chend und finden beim Marinieren (Beizen) verschiedener Fleischstü-cke Verwendung.

**Safran** wird zu Sossen sowie zum Färben von Speisen verwendet.

**Salbei** ist eine in Gärten gezogene Staude, hat grünlich-graue Blätter, welche vorzüglich zum Marinieren (Beizen) der Aale Verwendung fin-den.

**Vanille** ist von sehr angenehmem Geschmack und zu verschiedenen Mehlspeisen sehr beliebt.

**Zimt** ist die Rinde von den Ästen des Zimtbaumes, hat einen fein-würzigen Geschmack und wird be-sonders bei Backwerk, Milchmehl-speisen, Kompotten und Getränken angewendet. Er kommt als Zimtrin-de und gestossener Zimt in den Handel.

**Wir können dieses von der Liech-tensteinischen Trachtenvereinigung herausgegebene neue Kochbuch auch als Ostergeschenk für Ver-wandte und Bekannte bestens emp-fehlen.** Redaktion EINTRACHT