



DIE STEIRISCHE OLPRESSE



Transparenz mit g. g. A.

Konsumenten profitieren vom
Herkunftsschutz „Steirisches
Kürbiskernöl g. g. A.“

Seiten 08/09

Kulinarisch verliebt

Conny Hütter ist ideale
Kürbiskernöl-Botschafterin

Seite 13

Das gewisse Etwas

Festliche Kulinarik mit
Steirischem Kürbiskernöl g. g. A.

Seiten 19/20/21



RNPD.com / Foto: Alexander Danner

"Das g.U.-Siegel garantiert, dass Steirische Käferbohne drin ist, wo Steirische Käferbohne drauf steht"

Michaela Summer
Käferbohnenkönigin

STEIRISCHER KREN g.g.A.

DER SCHÄRFSTE STEIRER

Wenn es draußen kühler wird, heizt die Wurze aus der Steiermark richtig ein. Als Alleskönner in der Küche gehört er auf den Tisch wie Salz und Pfeffer. Ob zur Jause oder als geschmackvolle Zutat in Suppen, Saucen, Aufstrichen und Salaten – Steirischer Kren g.g.A. ist jede Träne wert.



Eine echte Steirerin

Die Steirische Käferbohne wird schon seit Erzherzog Johanns Zeiten von Liebhabern der steirischen Küche geschätzt. Dank dem „Geschützter Ursprung“-Siegel kann man sicher sein, dass die Bohnen ausschließlich in der Steiermark angebaut und nach traditionellen Methoden verarbeitet werden. So erhält die Steirische Käferbohne ihren echten zart-nussigen Geschmack und die einzigartige fein-cremige Konsistenz.

Wissenswertes und Rezepte finden Sie unter:
www.steirergemuese.at

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union



Liebe Leserinnen und Leser

“Noch nie in der Geschichte des Steirischen Ölkürbisses fand dessen Ernte so früh statt wie heuer. Wann sie in fünf Jahren sein wird, können wir heute noch nicht wissen. Die Steirischen Ölkürbis-Bauern bekommen den Wandel des Klimas unmittelbar zu spüren. Einen Wandel, mit dem viel Unsicherheit einhergeht.



© Karl Schrotter

Ing.
Franz Labugger
Obmann



© pixelmaker.at

Ing. Mag.
Andreas Cretnik
Geschäftsführer

Umso mehr liegt der Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. die Sicherheit der Konsumenten am Herzen. Also vertreten wir vor allem mit dem Herkunftsschutz und der weiß-grünen Banderole eine ganz klare Linie. Doch nicht nur das. Gerne lassen wir uns bei der Arbeit auf die Finger schauen. Dafür stellen wir uns sogar der Linse eines Profi-Fotografen, der festhält, wie kulinarische Köstlichkeiten auf den Teller gezaubert werden. Lesen Sie in diesem Magazin, wie auch Sie Ihr Kürbiskernöl-Menü unverfälscht und optisch ansprechend ablichten können.

Außerdem finden Sie interessante Details zu einer der weltweit größten Beerenfrüchte, zu denen der Steirische Ölkürbis nun einmal gehört, und eine Selektion erlesener Produkte und Accessoires, welche jeden Liebhaber des Grünen Goldes erfreuen – und zwar nicht nur zur Weihnachtszeit!

Waschechte Steirer sind bekanntlich recht „grade Michel“, wie man bei uns sagt. Wir sagen alles gern direkt heraus, sind aber trotzdem nicht immer leicht zu verstehen. Hier gibt's endlich Abhilfe! Ein Biss in den knackigen Steirer-Keks schafft Klarheit!

Wohl bekomm's! ”



”

Noch sind die Auswirkungen des Klimawandels für den Steirischen Ölkürbis nicht absehbar.

Eine reife Leistung

Bis das Steirische Kürbiskernöl g. g. A. in Ihrer Küche aus der Flasche kommt, haben die Kerne eine aufregende Zeit hinter sich.

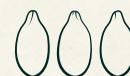
Neben extremen Witterungsverhältnissen drohen den empfindlichen Kürbispflanzen etliche weitere Gefahren. Nur gut, dass die Keimlinge richtige Kraftlackel sind und stark verkrustetes Erdreich durchstoßen können. Trotzdem bleibt es spannend bis zur Ernte am Übergang vom Sommer zum Herbst.

Gesundes Wachstum

Ein bis zwei Wochen nach der Saat erblicken die Keimblätter das Licht der Welt. Ein gut aufgelockerter Boden erleichtert ihnen den Durchstoß an die Erdoberfläche. Bis die Folgeblätter



dazu in der Lage sind, übernehmen die beiden Keimblätter die Fotosynthese. Sechs bis sieben Wochen später steht die Pflanze für etwa zwei Wochen in voller Blüte. Während der Morgenstunden übernehmen Bienen und Hummeln die Bestäubung. Nur drei bis vier Wochen nach der Hauptblüte sterben die Blätter und Triebe ab, der Fruchts蒂el vertrocknet, die Früchte wechseln ihre Farbe von grün auf gelb-grün gestreift oder gelb/orange. Nun sind auch die Kerne reif, dunkelgrün, dickbauchig und lösen sich leicht vom Fruchtfleisch. Jetzt kann die Ernte beginnen.



Kernkraft

Sobald der Boden warm genug ist und keine Spätfröste mehr zu erwarten sind, wird die Saat maschinell in Reihen ausgebracht.



Nachwuchs

Noch so klein und schon haben die jungen Kürbisplänzchen den Durchbruch geschafft.



Blütenpracht

Die Blüten öffnen sich bei Sonnenaufgang und schließen sich im Laufe des Vormittags – nur ein kurzes Zeitfenster für emsige Insekten.



Erfolg

Nach der Bestäubung welkt die weibliche Blüte rapide ab, und die Frucht beginnt sich auszubilden.



Junge „Plutzer“

Vor der Reife ist der junge Ölkürbis dünnhäutig und grün. So können die „Plutzer“ gut als Sommergemüse in der Küche verwendet werden.

© Stefan Kristofentsch (6x)

Aufregende Momente

Dass der Steirische Ölkürbis trotz seines robust wirkenden Äußeren ein richtiges Sensibelchen ist, macht jedes Wetterextrem zum Risiko. Vor allem die mittlerweile unberechenbaren Sommermonate entscheiden über Erfolg oder Misserfolg. In dieser Zeit findet die wichtige Frucht- und Kernbildung statt. Zwar können die Pflanzen mit Trockenheit recht gut umgehen, sofern zumindest ein Minimum an Wasserversorgung und eine gewisse Verteilung etwaiger Niederschläge gegeben sind. Lang anhaltende Regenfälle und die damit verbundene Staunässe

hingegen können zu einer echten Bedrohung werden. Je nach Wachstumsphase wären die Folgen fatal: Der Bestand geht verspätet bzw. lückenhaft auf, die Pflanzen wachsen nur mäßig, die Befruchtung erfolgt in geringem Ausmaß, es kommt zu vermehrtem Krankheitsbefall und frühzeitiger Fäulnis bei der Abreife. Auch Hagel, Frost, Krankheiten und Schädlinge bedeuten eine Gefahr für wirtschaftlich gute Ernteerträge. Doch solange die Wettergötter den Kürbisbauern gewogen bleiben, geht alles gut und frisches Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. kommt auf den Markt.

In der Hitze der Ölmühle

”
Wichtig
sind sauberes
Arbeiten,
Erfahrung und
Fingerspitzen-
gefühl.



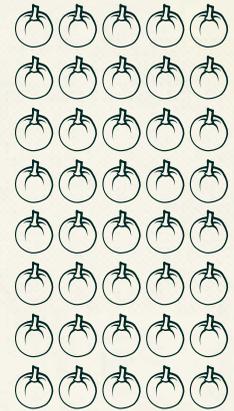
Nach der Ernte werden die Kürbiskerne gereinigt, getrocknet, eingelagert und bei Bedarf in der Ölmühle geröstet und zu Steirischem Kürbiskernöl g. g. A. verpresst.

Kleine Kürbiskernmengen kommen in Papier- oder Plastiksäcken per Autoanhänger oder Traktor und lassen sich von kräftigen Armen gut bewegen. Big Bags mit bis zu einer Tonne hinge-

gen können nur noch mit dem Stapler transportiert werden.

Es läuft wie geschmiert

Üblich ist die Lohnpressung nach Terminvergabe. Mancher Bauer steht jedoch spontan mit seiner Charge vor der Tür. Damit kann er den Tagesablauf in der Ölmühle ganz schön durcheinanderwirbeln. Denn hier ist alles exakt geplant. Die meisten Ölmüller können zumindest zwei Chargen parallel verarbeiten, wobei es auf ein gutes Timing ankommt. Nur so läuft die Arbeit wie geschmiert;



Aufwand für 1 Liter Öl

In 1 l Steirisches Kürbiskernöl g. g. A. stecken 2,5–3 kg Kürbiskerne, das entspricht durchschnittlich 40 Ölkürbissen.



© Stefan Kristoferitsch (5x)

es kommt weder zu Leerläufen noch zu Wartezeiten, obwohl so ein Röstprozess bis zu 50 Minuten dauern kann.

Die Kunst des Pressens

Die Qualität der Kerne bestimmt die Qualität des Öls. Also prüft der Ölmüller zuerst einmal die angelieferte Rohware. Gut ausgereifte, optimal getrocknete Kürbiskerne lassen sich zügig und problemlos verarbeiten. Das Herzstück der Produktion ist die Röstung. Korrekt ausgeführt verlängert der Prozess die Haltbarkeit, erhöht die Ölausbeute, in-

tensiviert maßgeblich den Rotanteil in der Farbe und erzeugt genau jenen unvergleichlichen Geruch, der das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. ausmacht. Vor allem im Sommer entwickeln die erhitzten Röstpfannen und das über 80 °C heiße Öl gewaltige Temperaturen. Der Duft entschädigt aber für alle Strapazen. Das immer noch siedend heiße Öl rinnt in betriebseigene Absetztanks. Bei Lohnpressungen nimmt der Bauer „sein“ frisch gepresstes Öl in seinen eigenen Absetzbehältern wieder mit nach Hause.



Weiß-grüne Herkunft

▲ Tradition

Ein spezifiziertes, traditionelles Herstellungsverfahren legt präzise fest, wie das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. erzeugt werden muss.

▲ Erkennbarkeit

Die individuelle, fortlaufende Banderolenummer garantiert ein kontrolliertes, echtes Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

▲ Herkunft

Zur Sicherheit lässt sich jeder einzelne Tropfen Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. bis zum Kern lückenlos zurückverfolgen.

Kaum eine Branche ist mit Grund und Boden ähnlich stark verwurzelt wie die Landwirtschaft. Darum liegt den Produzenten des Steirischen Kürbiskernöls g.g.A. so viel am Schutz ihrer Regionalmarke.

Ursprungs-Zeichen

Diese Heimatverbundenheit, gepaart mit dem Bewusstsein für das Recht der Konsumenten auf Herkunftssicherheit, führte 1998 dazu, mit der weiß-grünen Banderole und der darauf befindlichen Prüfnummer ein deutliches Zeichen zu setzen. Die Genehmigung der EU-Kommission für die geschützte geografische Angabe „Steirisches Kürbiskernöl“ gibt es bereits seit 1996. Mittlerweile zählt das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. zu den europaweit elitärsten, exklusivsten, gleichzeitig aber auch am besten kontrollierten Spezialitäten. Es handelt sich ausschließlich um 100% reines Kürbiskernöl aus Erstpressung.

Steirer-Kern

Auf den ersten Blick mag es verwundern, dass die dafür verpressten Kerne nicht ausschließlich von steirischen Feldern kommen. Dass neben den steirischen Anbaugebieten auch bestimmte Gegenden im Burgenland und in Niederösterreich ihre Rohware für das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. bereitstellen dürfen, liegt daran, dass dort bereits seit Jahrzehnten die Bäuerinnen und Bauern traditionell den Steirischen Ölkürbis anbauen. Gepresst werden die Kerne nach einem traditionellen Herstellungsverfahren auf steirischem und burgenländischem Gebiet*. Dank der fortlaufenden Kontrollnummer auf

der Banderole lässt sich der Inhalt jeder einzelnen Flasche bis zum Acker zurückverfolgen.

Spitzen-Produkt

Als weiteres gutes Zeichen für die positiven Weiterentwicklungen auf diesem Gebiet gilt das Anwachsen der Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. auf mittlerweile mehr als 3.300 Mitglieder, unter ihnen über 40 Ölmühlen. Dass so viele Produzenten freiwillig solche hohen Anforderungen erfüllen, signalisiert ein enormes Verantwortungsbewusstsein. Die Konsumenten wissen einen solchen Einsatz zu schätzen. Inzwischen gehen rund 3 Millionen Liter Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. pro Jahr über den Ladentisch.

* Wo genau das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. verpresst werden darf, finden Sie unter „Herkunft“ auf www.steirisches-kuerbiskernoel.eu





Jubiläum

Mit dem Qualitätsbewusstsein der Konsumenten ist auch die Qualität der Rohware enorm gewachsen. Speziell die junge Landwirte-Generation zeigt große Ambitionen und eine erfrischende Lust am nationalen sowie globalen Wettbewerb. Seit der Etablierung des Herkunftsschutzes 1996 treiben gezielte Marketingmaßnahmen die Marke „Steirisches Kürbiskernöl g. g. A.“ in neue Dimensionen.

Das 1999 ins Leben gerufene Bildungsprojekt „Höherqualifizierung Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.“ setzt direkt in der Bauernschaft an. 2019 findet die „Steirische Landesprämierung“ zum 20. Mal statt. Jährlich bewerten 80–90 Profi-Verkoster die Qualität der eingereichten Kürbiskernöl-Proben. Dass sich die Anzahl der teilnehmenden Betriebe seit Beginn der Qualitätsoffensive vervierfacht hat, beweist den hohen Stellenwert der Auszeichnung.

Qualitätssteigerung

Das Know-how der Ölkürbis-Bauern wird nicht nur von Generation zu Generation weitergegeben. Gezielte Aus- und



© Robert Sommerauer



© Stefan Kristoferitsch (5x)



Weiterbildungsmöglichkeiten sorgen für steten Qualitätsanstieg.

In den meisten Fällen stellen sich die Teilnehmer der Landesprämierung alle Jahre wieder der Fachjury. Diese prüft Farbe, Geschmack sowie Aroma und Geruch. Das Kernöl muss das typisch nussige Kürbiskern-Aroma aufweisen, feine Röstnoten sollen den Gaumen umschmeicheln. Die Konsistenz sollte leicht ölig sein und im Mund einen angenehmen Eindruck hinterlassen. Farblich wird ein samtiges Grün erwartet, in dem sich bei entsprechendem Licht tiefrote Reflexe zeigen. Im Labor erfolgt die Prüfung der eingereichten Öle auf etwaige Pestizidrückstände.

Erst wenn alle definierten Qualitätskriterien voll und ganz erfüllt sind, wird dem Erzeuger die Prämierung ausgesprochen. Diese gilt jeweils für ein Kalenderjahr.

Einige wenige Kürbiskernöl-Betriebe haben es geschafft, seit Bestehen dieser Veranstaltung die begehrte Auszeichnung jedes Jahr zu erreichen. Andere wiederum wurden bei siebzehnmaliger Teilnahme zumindest 15 Mal prämiert. Für solch ein beständiges Qualitätslevel gibt es besondere Urkunden und Zeichen der Anerkennung.

Als wesentlicher Erfolg gilt, dass sich die Anzahl der tatsächlich prämierten Öle mittlerweile nahezu vervierfacht hat. Konnten im Jahr 2000 von 169 abgegebenen Proben lediglich 114 die hohen Ansprüche der Jury erfüllen, so waren es 2018 von über 500 (!) eingereichten Proben schon erfreuliche 440. Immer mehr Betriebe möchten selbst die begehrte Goldplakette führen dürfen. Wem dies 2018 gelungen ist, können Sie auf www.steirisches-kuerbiskernoel.eu nachlesen.

KERNÖL- DEGUSTATION

Möchten Sie einmal **Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.** wie ein Profi verkosten und unterschiedliche Qualitäten vergleichen? Im Vorfeld der Degustation erfahren Sie alles Wissenswerte vom Anbau bis zur Pressung. **Überzeugen Sie sich selbst!**

Nähere Informationen zu Schulungsterminen und Anmeldeöglichkeiten finden Sie auf www.steirisches-kuerbiskernoel.eu

glasklar!

die Nr. 1 in Sachen Glas,
Verpackung & Zubehör



muellerglas.at

Online-Shop 0-24 Uhr



myRex.at



rexglas.at



LEB'MA
TOURISMUS

LEBRING ST. MARGARETHEN

SIE WOLLEN DIE HIGHLIGHTS DER REGION
AUF EINEM **E-BIKE** ENTDECKEN ODER SICH
NACH EINER GEMÜTLICHEN RUNDE **GOLF**
DIE **STEIRISCHE KULINARIK** AUF DER ZUNGE
ZERGEHEN LASSEN?

Dann buchen Sie jetzt eines unserer **E-Bike-, Golf-** oder
Wanderpackages und erleben Sie **Kunst, Kulinarik** sowie
Landschaft in und rund um **LEB'ring-St. MArgarethen!**



VISIT
BIKE
SPOTS

E-BIKEN

Golfclub
Gut Mürstätten
AUSTRIA

GOLFEN



3-TAGES-PACKAGES
E-BIKEN, GOLFEN oder WANDERN

ab € 320,-

Anfrage unter: info@lebring.tv



KULTURPARK
hengist

WANDERN

Aus Liebe zum Kernöl

Aufgewachsen inmitten prächtiger Ölkürbis-Felder ist Skirennläuferin Conny Hütter die ideale Botschafterin für Steirisches Kürbiskernöl g. g. A.



© Stefan Kristoferitsch (2x), c-quadrat-malzer



Connys Superkombi auf der Piste und am Set: Talent, Disziplin und die tägliche Dosis Steirisches Kürbiskernöl g. g. A.



Von Zuhause

Schon als Kind war für Conny eine Mahlzeit erst mit köstlichem Kürbiskernöl komplett. Noch heute bedeutet der charakteristische Geschmack für sie ein Gefühl von „Daheim sein“.

Vom Wert dieses naturbelassenen Pflanzenöls ist sie felsenfest überzeugt. „Fällst als Kind ins Kernölfass, wirst auch du zum Weltcup-Ass!“, lautet deshalb einer von Connys kernigen Sprüchen, die sie als Werbegesicht des Steirischen Kürbiskernöls g.g.A. in die Welt hinausträgt. Unter dem Motto „Wer gut schmiert, fährt gut!“, hat sie an jedem Austragungsort eine Flasche davon im Reisegepäck. Von Zuhause wird die Sportlerin regelmäßig mit Nachschub versorgt.

”

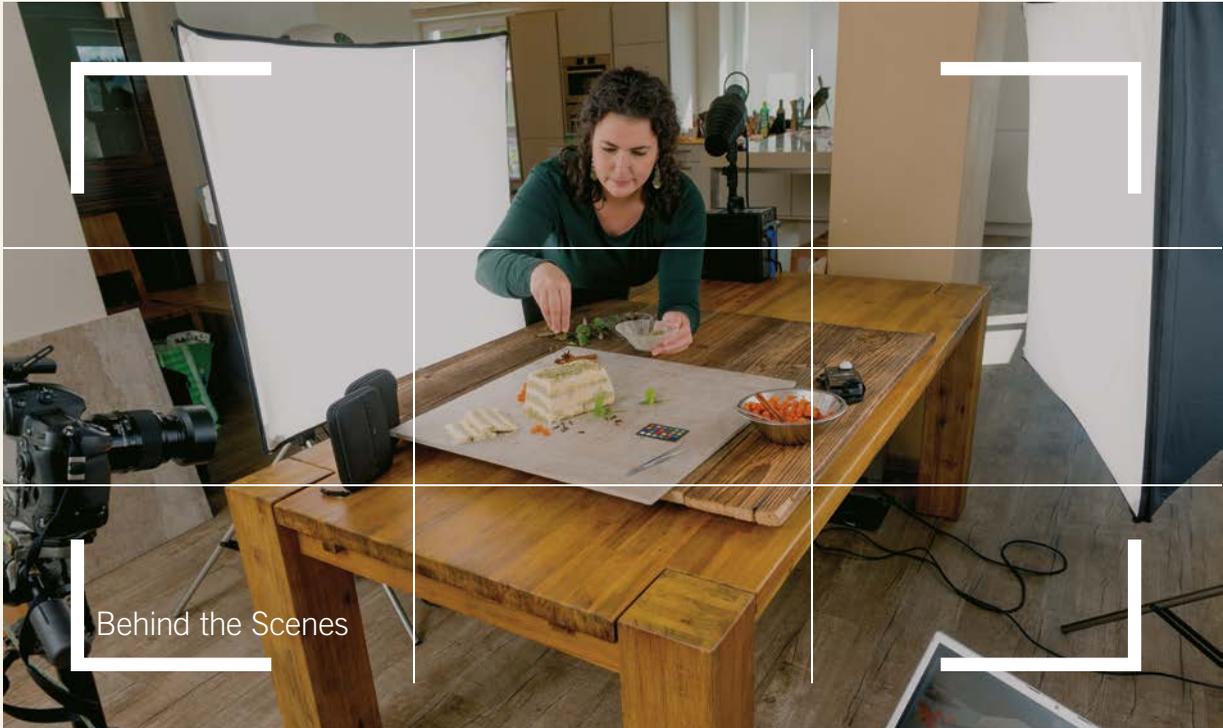
Ich bin mit Kürbiskernöl groß geworden und brauche immer noch meine tägliche Portion davon.

Aufs Podest

Als aktive Sportlerin ist es Conny gewohnt, auf der ganzen Welt unterwegs zu sein. Ihre fixe Homebase, die elterliche Landwirtschaft in Kumberg, wird aber wohl stets der wichtigste Ort für die 26-Jährige bleiben: „Die Familie hat mir selbst in schwierigen Zeiten immer Kraft gegeben. Auf sie ist Verlass!“ Während sie ihre Lieben manchmal über Tage oder gar Wochen nicht sieht, hat sie die zweite, ganz wichtige Konstante ihres Lebens immer dabei. Ohne Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. geht gar nix. Dass dank Conny immer mehr Kolleginnen auf den Geschmack gekommen sind, verspricht für die kommende Saison spannende Rennen.

Für ihre erste Fotosession als Kürbiskernöl-Testimonial stand die erfolgreiche Steirerin 2017 im Skianzug mitten in einem Kürbisfeld. Und das am heißesten Tag des Jahres. Das heurige Shooting fand in einer Ölmühle statt, das Resultat wird pünktlich zur neuen Wettkampfsaison der Öffentlichkeit präsentiert.

Schillernde Spezialität vor der Linse



Behind the Scenes

Fotos: Stefan Kristoferitsch

In der Foodfotografie gilt das Steirische Kürbiskernöl g. g. A. als attraktives, wenngleich sehr spezielles Model. Wie es sich bestmöglich in Szene setzen lässt, verrät Projektmitarbeiterin* Mag.^a Theresia Fastian.

*Projekt „Höherqualifizierung Steirisches Kürbiskernöl g.g.A“, Landwirtschaftskammer Steiermark

Bei diesem Anblick möchte man sofort kosten! Wie lässt sich ein Gericht so ablichten, dass dem Betrachter das Wasser im Mund zusammenläuft?

Theresia Fastian: Es muss mit frischen Produkten in bester Qualität gearbeitet werden. Jedes Gericht wird vor dem Shooting probegekocht, um zu sehen, wie sich das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. bei der Zubereitung in Kombination mit den anderen Zutaten optisch

verhält. Es muss bereits beim Kochen darauf geachtet werden, dass sich das Resultat am Teller sehen lassen kann.

Am schwierigsten scheint die authentische Farbwiedergabe zu sein. Wie bekommt man die hin?

TF: Der natürlichen Farbe dieses Produktes gerecht zu werden, in dem sich grünes Chlorophyll mit anderen Antioxidantien mischt, die wiederum für

die gelben und rötlichen Farbnuancen verantwortlich sind, ist tatsächlich eine Herausforderung. Diese farbliche Vielfalt erschwert das exakte Resultat. Hier spielt die Lichtquelle (Kunstlicht, Naturlicht etc.) eine große Rolle. Früher lag der Fokus vermehrt auf dem samtigen Grünton, was mitunter zu recht unrealistischen Darstellungen führte. Heute betonen wir bewusst das Spiel sämtlicher Facetten. In Kombination mit rein weißen Zutaten wie Sauerrahm oder Joghurt bleibt die Farbe wunderbar erhalten. Je nach Verarbeitungsgrad und Art der Zubereitung wird sie hingegen abgeschwächt, überdeckt oder geht vollständig verloren. Im Parfait z. B. kommt die grüne Farbe unverfälscht heraus, es wirkt frisch und ansprechend. Ist hingegen das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. in Knödelteig gemischt, wird die Farbe eher bräunlich. In diesen Fällen schaffen farbenfrohe Zutaten oder gut abgestimmtes Geschirr einen optischen Ausgleich. Mitunter wirkt Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. am Teller durch die Lichtbrechung schwarz, weshalb sich der Begriff „Schwarzes Gold“ so hartnäckig im Volksmund hält.



Wie macht sich das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. denn so als Model?

TF: Es schaut top aus, ist aber am Set mitunter zickig und unberechenbar.



Selbst das Garnieren mit diesem Küchenstar klingt einfacher, als es ist. Öl verrinnt schnell und bleibt nur unwillig am vorgesehenen Platz. An diesem Punkt entscheidet das Timing. Vor und hinter der Kamera ist vollste Konzentration gefragt, um ansprechende Ergebnisse zu erzielen.

Ist wirklich alles echt, was wir hier sehen?

TF: Auf den Teller kommt nur, was im Rezept steht oder sich als Garnierung anbietet. Einzig die Kürbiskernölmenge wird ab und zu erhöht, damit das Grün an der fertigen Speise gut zu sehen ist und in der Nachbearbeitung nur geringfügig angepasst werden muss. Als zusätzlicher Hingucker eignen sich besonders die bauchigen Kürbiskerne. Sie machen auch ohne Wespentaille auf Fotos was her und verleihen ganz oder gemahlen den Gerichten zusätzlich Geschmack und Farbe.



Anregungen für Ihre persönliche Kürbiskernöl-Foodfotografie finden Sie online in der Rezeptdatenbank und in zahlreichen Rezeptbroschüren auf www.steirisches-kuerbiskernoel.eu

Den Mitgliedern der Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. stehen die professionellen Foodfotos kostenlos für eigene Marketingaktivitäten zur Verfügung.

Guten Geschmack verschenken

Bei all ihrem Traditionsbewusstsein sind die Hüter und Wahrerinnen des steirischen kulinarischen Schatzes erstaunlich innovativ und inspirierend unterwegs.

Anstatt sich auf bisherigen Innovationen auszuruhen, punktet die Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. mit weiteren Kreationen rund ums „Grüne Gold“.

SCHÜSSEL IM SET

Mit dem ästhetisch ansprechenden Kürbiskernöl-Salatschüsselset wirft das kommende Jahr bereits seine Schatten voraus. Die Einzelteile sind stapelbar,



für die Spülmaschine geeignet und ähneln dicken Kürbiskernen. Jede einzelne Schüssel setzt das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. auf dem Salat perfekt in Szene.

STEIRISCH IM KEKS

2019 werden außerdem nach eigener Rezeptur mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A. und viel Liebe Steirer-Kekse gebacken. Damit auch Auswärtige in der Grünen Mark mitreden können, stecken Zettel mit typisch steirischem Wortschatz bzw. einer herzlich urigen Redewendung darin. Hier schon mal die erste Übung: Leg an Steira-Keks auf's Tölla und d'Leid kemman umso schnölla.



KERNÖLHUT

Nix patzen: Der spülmaschinenfeste Kernölhut-Ausgießer sorgt dafür, dass am schön gedeckten Festtagstisch kein Tropfen danebenläuft.



© Ölbaron



WIMMELBUCH

Host gsegn? Es gibt unendlich viel zu entdecken, wenn du dich auf dem Acker, im Kernöldorf oder in der Ölmühle umsiehst. Kleiner Tipp für Prinzessinnen: der Kürbisprinz wartet darauf, gefunden zu werden!

Das heiß begehrte Wimmelbuch geht bereits in die zweite kunterbunte Auflage. Kindergärten und Horte bekommen auf Anfrage ein kostenloses Exemplar.



© Stefan Kristoferitsch



© Hampp Media

KAVIAR

Gfreit an jeden: vegan und dekorativ ist der Kernölkaviar CAVIAROLI eine wahre Zierde für Brötchen, Braten oder Eis-Coups.

GESCHENKKORB

Alleweil gschmackig: Der Geschenkkorb lässt aus dem Vollen schöpfen. Ein breites Sortiment an Knabberkernen, allerlei Schmackhaftes sowie Kosmetika und Accessoires rund ums Steirische Kürbiskernöl g.g.A. kommen immer gut an.

www.steirisches-kuerbiskernoel.eu

Hier finden Sie Erzeuger, Verkaufsstellen, Produkt-Palette und sonstige Informationen rund ums Steirische Kürbiskernöl g.g.A.

KOMBI- ANGEBOT:

**KOCHEN
& KÜCHE**



BESTELLEN & SPAREN!

Halbjahres-Abo Kochen & Küche
+ ein Geschenk Ihrer Wahl
jetzt um nur € 12.— (inkl. MwSt. und Porto)

KOCHEN & KÜCHE – ÖSTERREICHS GEPFLEGTE KÜCHE
Das Rezept-Magazin für alle, die sich für Kochen, für
gutes Essen, für Infos zu Lebensmitteln und für
kulinarische Regionen interessieren.

**HALB-
JAHRES-
ABO**
„KOCHEN & KÜCHE“
+ EIN GESCHENK
IHRER WAHL!



Allzweckmesser 13 cm
beschichtet

Pendelschäler
Edelstahl

Rüttelsieb
250 g NIRO

Fleischhammer

KELOmat



www.facebook.com/kochenundkueche

www.kochenundkueche.com

BEQUEM BESTELLEN: AUSFÜLLEN, ABTRENNEN & ABSENDEN

JA, ICH BESTELLE EIN HALBJAHRES-ABO (5 AUSGABEN) VON „KOCHEN & KÜCHE“ ZUM KENNENLERNPREIS VON € 12,— (AUSLAND € 16,—)

ALS DANKESCHÖN BEKOMME ICH GRATIS (BITTE NUR EIN PRODUKT ANKREUZEN)

- Pendelschäler Edelstahl
- Allzweckmesser, rot
- Rüttelsieb 250 g NIRO
- Fleischhammer

Das Dankeschön erhalte ich sofort nach Bezahlung der Bezugsgebühr. Wenn ich mich nicht nach Erhalt der fünften Ausgabe innerhalb von 14 Tagen schriftlich melde, möchte ich „Kochen & Küche“ zu dem jeweils gültigen Jahresabopreis weiterbeziehen: € 31,90 (Ausland € 41,90) inkl. MwSt. und Porto.

Ja, ich bezahle bequem und bargeldlos durch Bankeinzug. Dazu ermächtige ich die Leopold Stocker Verlag GmbH | Kochen & Küche, 8010 Graz, Hofgasse 5, als Zahlungsempfänger (Gläubiger-ID: AT47ZZZ00000023631) mit einem SEPA-Lastschriftmandat wiederholte Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, diese Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Bestelldatum, die Erstattung des belastenden Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Mit dem Absenden Ihrer Bestellung bestätigen Sie, dass Sie das 16. Lebensjahr vollendet haben und erteilen Ihre ausdrückliche Zustimmung, dass die von Ihnen angegebenen Daten durch „Kochen & Küche“ (Betreiber: Leopold Stocker Verlag GmbH) zum Zweck der Vertragserfüllung und Leistungserbringung verarbeitet und an Auftragsverarbeiter (z. B. Post) weitergegeben werden. Sie können Ihre Zustimmung jederzeit widerrufen. Dafür wenden Sie sich an die Leopold Stocker Verlag GmbH (Hofgasse 5, A-8010 Graz; Tel.: 0043316/821636; Mail: datenschutz@stocker-verlag.com). Alle datenschutzrelevanten Infos unter www.stocker-verlag.com/datenschutz

Kernölpreise_2018

MEINE DATEN:

IBAN _____ BIC _____

Name _____

Straße _____

PLZ _____ Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Datum _____ Unterschrift _____

Kochen & Küche, Hofgasse 5, 8010 Graz

Tel.: +43/316/82 16 36-142 oder DW 143 | Fax: +43/316/83 56 12

E-Mail: leserservice@kochenundkueche.com

www.kochenundkueche.com



Koch-Videos:
[www.youtube.com/
kochenundkueche](http://www.youtube.com/kochenundkueche)





© A. Jungwirth

Gebratenes Rehfilet mit Kürbisgemüse und Erdäpfelnudeln

ZUBEREITUNG

Die Rehfilets mit Pfeffer und Thymian würzen, mit Speck umwickeln, in der Pfanne anbraten, dann Temperatur etwas zurücknehmen und fertig braten.

Die gekochten Erdäpfel schälen, reiben, Mehl, Eidotter und Gewürze dazugeben, möglichst rasch verkneten. Auf die Arbeitsfläche etwas Mehl streuen, aus dem Teig gleich große Stücke schneiden, zu Nudeln rollen und in heißem Öl ausbacken. Der Erdäpfelteig muss möglichst rasch verarbeitet werden, da er sonst sehr zäh werden kann.

Den Kürbis in 5 mm breite und 5 cm lange Stifte schneiden, Obers und Crème fraîche aufkochen, Kürbis dazugeben und bei niedriger Temperatur etwa eine Minute zugedeckt köcheln lassen, mit Salz abschmecken und zum Schluss das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. dazugeben.

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

Rehrückenfilet: 360 g Rehrückenfilet, Pfeffer, frisch gemahlen, 1 EL Thymian, 8 Scheiben, Speck, 2 Zweige Rosmarin zur Garnitur

Kürbisgemüse: 400 g Muskatkürbis, geschält, 5 cl Obers, 5 cl Crème fraîche, Salz, **1–2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.**

Erdäpfelnudeln: 250 g mehlig gekochte Erdäpfel, 3 EL Mehl, 2 Eidotter, Salz, Pfeffer, frisch gemahlene Muskatnuss, 500 ml Öl



Hauptgericht



45 Minuten



mittel

Rezept aus
Kochen
& Küche



© Stefan Kristofersich

Steirischer Eierpunsch

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten (bis auf die Eier) in einem Kochtopf erwärmen (nicht kochen!) und für ca. 1/2 Stunde ziehen lassen. Flüssigkeit abseihen und auf unter 50 °C abkühlen lassen. Mark der Vanilleschote zur Flüssigkeit geben, Eier untermixen. Punsch im Wasserbad oder in einem Simmertopf gut erhitzen (darf nicht aufkochen); währenddessen mit dem Schneebesen gut umrühren. Der Punsch ist fertig, sobald er dicklich wird und gerade noch eine Spur zu heiß zum Trinken ist. Er kann bei bleibender Temperatur unter ständigem Rühren für weitere 5 bis 10 Minuten auf der Kochstelle bleiben. Obers steif schlagen, Eierpunsch in Gläsern anrichten, nach Belieben mit Schlagobers und Kürbiskernöl garnieren und sofort servieren.

ZUTATEN FÜR 1,5 l PUNSCH

0,7 l Südsteirischer Weißwein (Gelber Muskateller), 1/4 l Rum (38 Vol.-%), 1/4 l Orangensaft (ohne Fruchtfleisch), 200 g Kandiszucker braun, Abrieb einer Bio-Zitrone, 1–2 EL Punschgewürz nach Geschmack (Zimt, Sternanis, Nelken, getrocknete Orangenschalen etc.), 1/2 Vanilleschote, 6–8 sehr frische Bio-Eier (Gewichtsklasse M bis L)
Garnierung: Schlagobers und **Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.**



Getränk



30 Minuten
+ 30 Minuten Wartezeit



mittel



© Stefan Kristofertisch

Kernöl-Glücksbringer Germteig-Schweinderl

ZUBEREITUNG

Butter schmelzen und mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A., Zucker, Salz und Eidotter in die lauwarme Milch einrühren. Trockengerm unter das Mehl mischen, lauwarme Milchmischung, Rum und Zitronensaft dazugeben und zu einem Teig kneten. Mit Frischhaltefolie abgedeckt aufgehen lassen. Backrohr auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen, Backblech mit Backpapier belegen. Teig auf gut bemehlter Arbeitsfläche 3 bis 5 mm dick ausrollen. Scheiben ausstechen (groß für den Kopf, klein für die Schnauze). Aus den Resten Dreiecke für die Ohren zuschneiden. In die Schnauzen-Scheiben zwei Löcher stechen. Direkt auf dem Blech je einen Kopf, eine Schnauze und zwei Ohren mit Eiklar zusammenkleben. Mit Eiklar bestreichen und im vorgeheizten Backrohr 10–15 Minuten goldgelb backen. Nach dem Auskühlen die Augen mit Staubzucker-Wasser-Gemisch und Schokostücken gestalten.

ZUTATEN FÜR 16–20 STÜCK

500 g Weizenmehl, universal,
1 Pkg. Trockengerm, ¼ l (Soja-) Milch,
70 g Butter (oder backfähige, rein pflanzliche
Margarine), **3 EL Steirisches Kürbiskernöl
g.g.A.**, 70 g Backzucker, 1 TL Vanillezucker,
½ TL Salz, 2 Eidotter, 2 cl Rum (38 Vol.-%),
Saft einer ½ Zitrone (oder ½ TL geriebene
Zitronenschale) Eiklar zum Bestreichen,
1 EL Staubzucker und ein Stück Koch-
schokolade für die Augen (alternativ
Rosinen oder fertige Zucker-
dekoraugen)



Gebäck

70 Minuten
+ 90 Minuten Wartezeit

mittel



Kürbiskernöl - Kuchen aus dem Glas

Mit dieser appetitlichen Backmischung hast du das optimale Geschenk für große und kleine Naschkatzen.

DAS BRAUCHST DU:

600 ml Glas mit Deckel, 145 g Mehl (universal),
½ Pkg. Backpulver, 80 g Backzucker,
70 g Braunzucker, 1 Prise Salz, 1 Pkg. Vanillezucker,
60 g grob gemahlene Kürbiskerne, 60 g Schokolade-
Drops/Streusel, 1 Blatt Papier und Stift(e)
1 Flasche Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Deko- und Verpackungsmaterial

Zutaten wiegen, in separaten Schüsseln vorbereiten (das Backpulver, Salz und Vanillezucker gleich unter Mehl mischen). Den Inhalt der Schüsseln nach und nach vorsichtig in ein sauberes Glas löffeln. Nicht schütteln!

NOTIERE AUF EINEM BLATT PAPIER DIE BACKANLEITUNG:

Kuchenform mit Butter einfetten und mit Bröseln bestreuen, Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen. **Drei Eier** trennen, aus dem Eiklar Schnee schlagen. In einer großen Schüssel **40 ml Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.** mit **20 ml neutralem Pflanzenöl** (z.B. Rapsöl), drei Eidottern und **60 ml Milch** gut verrühren. Backmischung dazugeben und alles zu einem zähflüssigen Teig verarbeiten. Den Eischnee vorsichtig unterheben, Teig in die vorbereitete Kuchenform füllen und für 45 bis 50 Minuten im vorgeheizten Backofen backen.

*Frohe Weihnachten
und gutes Gelingen!*



Genuss-Wochenende gewinnen

1. Welche Pflanze bauen Bauern an, wenn sie später daraus Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. machen möchten?
2. Wer sorgt in den Morgenstunden außer Hummeln noch für die Bestäubung der blühenden Kürbispflanzen?
3. Aus welchem Teig werden die Kernöl-Glücksschweindel gebacken?
4. Ergänze das fehlende Wort „Steirisches g.g.A.“!
5. Was müssen die Keimlinge sein, um selbst stark verkrustetes Erdreich zu durchstoßen?
6. Wer sollte den Bauern stets gewogen bleiben?
7. Welches Kernöl-Accessoire mögen Kinder besonders gern?
8. Wer wartet darauf, von einer Prinzessin gefunden zu werden?
9. Welches Heißgetränk mit Kernöl-Garnierung dürfen nur Erwachsene trinken?
10. Wie heißt das Ski-Ass und Werbe Gesicht fürs Steirische Kürbiskernöl g.g.A. Conny mit Nachnamen?

1. Preis

Genuss-Wochenende in der Südsteiermark für 2 Erwachsene

+ 2 Kinder (bis 16 Jahre):

2 Übernachtungen inkl.
2 x Frühstück,
1 x Abendessen, Aktivitäten
rund ums Steirische
Kürbiskernöl g.g.A.

2. Preis

Leckerbissen-Box im Wert von
€ 70 und das neue Wimmelbuch

3. Preis

Knabberspaß im Wert von € 50
und das neue Wimmelbuch

Einsendeschluss: 31.12.2018; Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Ich stimme einer elektronischen Verarbeitung meiner Daten und der Zusendung von Informationsmaterial durch die Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. zu. Diese Zustimmung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden. Einsendung auch per Post möglich unter dem Kennwort „Gewinnspiel 2018“ an: Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A., Julius-Strauß-Weg 1a, A-8430 Leibnitz. Keine Barablöse möglich.

Impressum
Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: **Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. Julius-Strauß-Weg 1a, A-8430 Leibnitz, office@steirisches-kuerbiskernoel.eu, www.steirisches-kuerbiskernoel.eu**; Texte: **Rena Eichberger** Gestaltung: **RNPD.com**; Druck: **Druck Styria GmbH & Co KG, Styriastraße 20, 8042 Graz**; Satz- und Druckfehler vorbehalten. Alle Rechte vorbehalten. Verarbeitung und Vervielfältigung, auch teilweise, durch Film und Tonträger, Einspeichern und Verarbeiten in elektronischen Systemen und durch Farbkopie sind nur mit schriftlicher Genehmigung der Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. erlaubt.

Kreuzworträtsel ausfüllen und das Lösungswort an gewinnspiel@steirisches-kuerbiskernoel.eu senden. **Mit etwas Glück gewinnst du ein Genuss-Wochenende für dich und deine Eltern.**
Tipp: Verwende AE, OE und UE statt Ä, Ö und Ü

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

LÖSUNGSWORT



HEILTHERME

QUELLENHOTEL

BAD WALTERSDORF



URLAUB IM QUELLENHOTEL**** HEILTHERME BAD WALTERSDORF

THERMALWASSER-WOHLFÜHLTAGE

- heilkräftiges Thermalwasser
- 2 eigene Thermen direkt im Haus
- Verwöhn-Halbpension
- 1 Thermalwasser-Klangentspannung

Buchbar von 03.01. bis 22.03.2019

3 Tage/2 Nächte
pro Person im DZ
€ 282,00

TSM®-ADVENTGENUSS

- 1 TSM®-Wohlfühlmassage
- 2 eigene Thermen direkt im Haus
- Verwöhn-Halbpension
- Gesundheits- und Wohlfühlprogramm

Buchbar von 25.11. bis 22.12.2018

3 Tage/2 Nächte
pro Person ab
€ 279,00

Tel: 03333/500-0, office@quellenhotel.at

www.heiltherme.at