



Das kulinarische i-Tüpfelr
Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Das Original mit der Banderole



Tolle Fingerfoodgerichte



Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

woran erkennen Sie ein echtes Steirisches Kürbiskernöl?

Richtig – an der Banderole!

Banderole...

„g.g.A.“ steht für „geschützte, geographische Angabe“ und bedeutet:

- *Heimische Kürbiskerne aus einem geographisch definiertem Gebiet*
- *Kürbiskernöl hergestellt in heimischen Ölmühlen*
- *100% reines Kürbiskernöl aus Erstpressung*

Die Banderole mit der individuellen, fortlaufenden Kontrollnummer sichert Ihnen ein echtes Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

Dieses hochwertige, steirische Spitzenprodukt ist natürlich bestens für die moderne, gesunde Küche geeignet. Nicht nur als Salatdressing – auch zum Verfeinern und Abschmecken von Gerichten eignet sich das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. besonders gut. Sein feines, ausgewogenes, nussiges Aroma harmoniert herrlich zu einfachen, aber auch exquisiten Komposition in Ihrer Küche.

In dieser Broschüre finden Sie einige Anregungen zum Ausprobieren und Weiterexperimentieren für Ihre Küche.

Viel Spass und gutes Gelingen wünscht Ihnen Ihre

Mag. Marika Burger

Steirischer Kartoffelpuffer mit Räucherfisch

Zutaten:

600 g Kartoffeln

1 Zwiebel

20 g Mehl

3 Eier

Salz

2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

Räucherfisch (Forelle, Karpfen, Lachs...)

Zubereitung:

Die Kartoffeln fein schälen und reiben. Den Saft der geriebenen Kartoffeln fest herauspressen.

Die Zwiebel ebenfalls schälen, fein reiben und unter die Kartoffelmasse mengen.

Das Mehl, die Eier, das Salz, das Öl und die Kartoffeln verrühren. In einer beschichteten Pfanne kleine Portionen bei nicht zu großer Hitze braten. Vor dem Wenden flach drücken.

Wenn die Puffer eine goldgelbe Farbe haben, sind sie fertig gebraten. Mit Räucherfischstückchen vollenden.



Linsensalat mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A.

Zutaten:

300 g Linsen
150 g Speck, geräuchert
1 Stange Lauch
1 kl. Zwiebel
Thymian
2 TL Senf
4 EL Essig
8 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Salz, Pfeffer, Estragon,
2 gehackte Zwiebel

Zubereitung:

Die Linsen in einen Topf geben, mit kaltem Wasser bedecken, eine kleine Zwiebel und den Thymian dazugeben. Zum Kochen bringen und 45 min. köcheln lassen. Nach der halben Garzeit salzen. Wenn die Linsen gar sind, abtropfen lassen.

Die Zwiebel entfernen und abkühlen lassen. Den gewürfelten Speck anbraten. In einer Salatschüssel Senf, Essig, Öl und die gehackten Zwiebeln vermengen. Mit einer Prise Estragon würzen. In die abgekühlten Linsen den Speck zugeben und vor dem Servieren gut durchmischen.



Erdäpfelroulade mit Pilzen

Zutaten:

1,40 kg mehliges Erdäpfel
2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A
60 g Weizengrieß
400 g griffiges Mehl
2 Eier
160 g Butter

Fülle:

500 g Champignons oder andere Pilze
200 g Zwiebel
Petersilie
Zitrone
20 g Butter
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
0,10 l Schlagobers
2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

Zubereitung:

Die Zwiebel schälen und fein hacken, die Champignons putzen und blättrig schneiden, die Petersilien-Blätter abzupfen und fein hacken. Für die Fülle die Zwiebel in heißer Butter anrösten, die Champignons beifügen und weiter rösten, würzen, Obers und Kürbiskernöl begeben.

Erdäpfelteig:

Kartoffeln werden in der Schale gekocht, geschält und gut überkühlt. Am besten wird der Teig, wenn die Kartoffeln Kühlschranktemperatur haben. Durch die Kartoffelpresse drücken, mit Steirischem Kürbiskernöl, Mehl und Grieß sowie Salz und Eidotter rasch verkneten.

Der Kartoffelteig wird auf einem bemehlten Brett etwa 1 cm dick ausgerollt, mit der Schwammerlfülle bestrichen, auf einer befeuchteten Serviette zu einer Roulade eingerollt und gebunden. Im Salzwasser etwa 20 Minuten, eher ziehen als kochen lassen. Nun kann die Erdäpfelroulade aufgeschnitten und serviert werden.



Steirisches Kürbiskernöl - Bruschetta

Zutaten:

250 g Ciabatta (Probieren Sie auch das Rezept für Kürbiskernölbrot weiter unten!)
300 g Fleischtomaten
20 g Lauchzwiebel
Oregano, Pfeffer, Salz, Knoblauch
Steirisches Kürbiskernöl g.g.A

Zubereitung:

Ciabatta wird zunächst in Scheiben geschnitten und im Toaster, oder Grill hellbraun geröstet. Inzwischen die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen und die Schale abziehen (Tipp: vorher die Tomaten kreuzförmig einschneiden, dann lässt sich die Schale leichter entfernen).

Die Fleischtomaten von Kernen und Saft befreien und das Fruchtfleisch feinwürfelig schneiden. Lauchzwiebel in feine Ringe schneiden und mit Tomatenwürfel mischen.

Mit Oregano, Basilikum sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die warmen Ciabattascheiben mit einer halbierten Knoblauchzehe abreiben, mit Steirischem Kürbiskernöl bestreichen und die Tomatenmischung dünn auf die Ciabattascheiben streichen und möglichst noch warm servieren.



Steirisches Kürbiskernölwrap mit Rucula/Ei-Füllung oder Thunfischfüllung

Zutaten:

Für die Tortillas:
140 g Weizenmehl
1 TL Salz
3 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A
Ev. Wasser
Für die Füllungen:

Rucula/Ei

6 Eier, hartgekocht
150 g Rucola
400 g Tomaten
1 Rettich
Mayonnaise, Senf, Curry, Paprikapulver (edelsüß), Salz und Pfeffer

Thunfisch

1 Dose Thunfisch (kann auch ein anderer Fisch sein)
200 g Kirschtomaten
400 g Sauerrahm
1 Dose Mais
1 Dose Kidneybohnen
3 Eier, hartgekocht
Salz, Pfeffer, Oregano

Zubereitung:

Tortillas:

Alle Zutaten rasch zu einem Teig verarbeiten und wie Palatschinken beidseitig herausbacken.

Füllungen:

Rucula/Ei
Eier schälen und kleinwürfelig hacken, Rucula waschen und abtropfen lassen, Tomaten kleinwürfelig schneiden, Rettich fein reiben. Alle Zutaten (außer Rucula) vermengen und mit Mayonnaise, Senf, Curry, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Rucula auf den Tortillas verteilen, darauf kommt die Füllung. Zusammenrollen und sofort servieren.

Thunfisch

Kirschtomaten vierteln, alle Zutaten vermengen und abschmecken, auf den Tortillas verteilen, einrollen und servieren.



Gefüllte Eier

Zutaten:

10 Eier, hartgekocht
Sardellen, Mayonnaise,
2 TL Kapern
1 TL Sauerrahm
Pfeffer, Salz,
2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
1 Pkg. Aspik
Ev. Fischstücke, gebratenes Huhn

Zubereitung:

Man schneidet die Eier in Hälften und nimmt die Dotter heraus. Die Sardellen, Fischstücke oder Stücke vom gebratenen Huhn und die Kapern werden fein gehackt.

Alle Zutaten werden mit den zerdrückten Dottern vermischt und abgeschmeckt. Nun füllt man die ausgehöhlten Eierhälften (am besten mit einem Dressiersack) und verziert sie mit Aspik. Als Dekoration sind auch essbare Blüten sehr schön!

Tipp: Zum Füllen eignen sich auch Tomaten sehr gut!



Kleine Blätterteigtaschen mit Füllungen

Zutaten:

4 Pkg Blätterteig

Füllung 1

250 g Faschiertes

1 kleine Zwiebel

3 EL Pilze

1 EL Tomatenmark

Salz, Pfeffer, Paprika,

Füllung 2

100 g Schafkäse

10 Stk getrocknete Tomaten

5 EL Blattspinat blanchiert

1 Stk Knoblauchzehe

Pfeffer, Salz

Füllung 3

1 Stk Paprika rot oder gelb, fein gewürfelt

1 kleine Zwiebel

1 kleine Zucchini

1 Stk Fleischtomate fein gewürfelt

Je Füllung 2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

Zubereitung:

Blätterteig ausbreiten und in gleichmäßige Quadrate schneiden. Füllungen vorbereiten:

Füllung 1: Faschiertes mit fein gehackter Zwiebel und feingeschnittenen Pilzen anbraten, mit Tomatenmark, Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Mit einem Schuss Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. vollenden. Die Masse auf den Blätterteigquadraten verteilen, die Enden einschlagen, einrollen und bei 180°C goldgelb backen.

Füllung 2: Schafkäse fein schneiden, auf den Blätterteig verteilen. Spinat, getrocknete Tomaten und kein geschnittener Knoblauch draufgeben. Mit einem Schuss Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. vollenden und einrollen. Bei 180°C goldgelb backen

Füllung 3: Paprikawürfel, klein geschnittener Zwiebel und Zucchini sowie Fleischtomate auf den Blätterteigquadraten verteilen und mit Steirischem Kürbiskernöl vollenden. Bei 180°C goldgelb backen.



*K*nusperstangerl mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A.

Zutaten:

½ kg Weizenmehl

30 g Germ

Salz

30 g Zucker

2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

¼ l Wasser

Gehackte steirische Kürbiskerne zum Bestreuen

Zubereitung:

Germteig bereiten und aufgehen lassen. In gleiche Teile teilen und zu kleinen Kugeln formen. Diese kurz entspannen lassen und anschließend zu einem blechlangen Strang ausrollen. In Wasser tauchen und mit Kürbiskernen bestreuen. Bei 220°C ca. 10-15 min. backen.

Variante:

Blätterteig mit Ei bestreichen, mit geriebenen Käse und steirischen Kürbiskernen bestreuen und mit 1 EL Steirischem Kürbiskernöl g.g.A. vollenden. In der Hälfte zusammenschlagen und 1 cm starke Stücke abschneiden, eindrehen und bei 180°C im Rohr backen.



*F*eine Sülzchenvariationen mit Rucula und Steirischem Kürbiskernöl g.g.A.

Zutaten:

Rucula

1 kleine Zwiebel

Salz, Pfeffer, Essig

Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

Gemüsesulz

Zutaten:

500 g gemischtes Gemüse und Sauergemüse

1/8 l Gemüsebrühe

Salz, Pfeffer

4 Blatt Gelatine

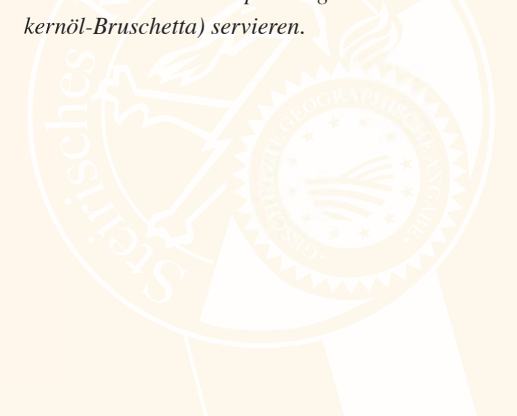
Zubereitung:

Gemüse klein schneiden, bissfest kochen und abseihen. Sauergemüse klein schneiden. Gelatine einweichen im kalten Wasser, ausdrücken und in der heißen Gemüsebrühe auflösen. Gemüse mit der Gemüsebrühe vermengen und abschmecken. Eine Form (z.B. Terrinenform) mit Klarsichtfolie auslegen und die etwas überkühlte Sulz hineinleeren. Kalt stellen (über Nacht), stürzen und portionieren.

Varianten:

Gekochtes Rindfleisch fein schneiden und statt Gemüse verwenden. Statt Gemüsebrühe Rindsuppe verwenden. Auch eine Mischung zwischen Gemüse und Rindfleisch für die Sülzchen ist denkbar.

Die Sülzchen mit dem gewaschenen Rucula und den gehackten Zwiebeln anrichten. Mit Salz, Pfeffer, Essig und Steirischem Kürbiskernöl g.g.A marinieren und mit Brot (Kürbiskernölbrot oder Kürbiskernölnusperstangerl oder Kürbiskernöl-Bruschetta) servieren.



Steirische Kürbiskernölpalatschinken mit Lauchfülle

Zutaten:

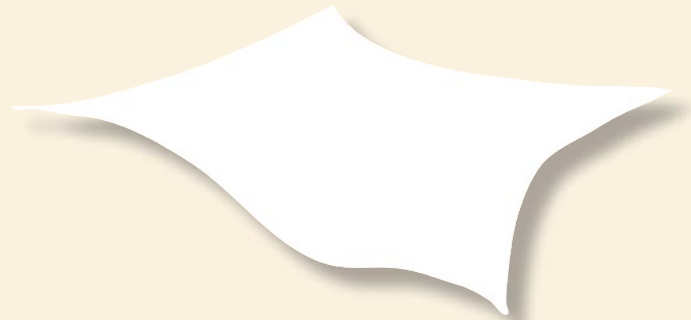
½ l Milch
2 Eier
200 g Mehl
Lauchfülle
40 g Steirische Kürbiskerne
60 g Lauch
2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A
120 g Topfen
Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Aus Milch, Eier und Mehl wird ein Palatschinkenteig angerührt. Die Palatschinken werden goldgelb gebacken. Den Lauch halbieren, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Steirische Kürbiskerne hacken und zusammen mit dem Lauch etwa 3 Minuten rösten.

In eine Schüssel geben und mit Topfen, Steirischem Kürbiskernöl und zerdrückter Knoblauchzehe vermengen, salzen und pfeffern.

Die Palatschinken mit der Lauchfülle bestreichen, einrollen, kurz im Backrohr bei 200°C überbacken und warm servieren.



Marinierter Tafelspitz mit frischem Kren und Steirischem Kürbiskernöl g.g.A.

Zutaten:

1 Stk Tafelspitz
1 Karotte
Sellerie
1 Bund Lauchzwiebeln
1 Bund Schnittlauch
4 EL Balsamico
1/8 l Brühe
12 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Frischer Kren, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Den gekochten Tafelspitz in hauchdünne Scheiben schneiden und in eine große Pfanne legen. Karotten, Sellerie schälen und in feine Würfel schneiden, zum Tafelspitz geben. Mit Brühe marinieren, salzen und pfeffern und langsam aufkochen. Die Pfanne an den Herdrand stellen und 10 Minuten ziehen lassen.

Den warmen Tafelspitz auf vorgewärmte Teller verteilen, mit Gemüsemarinade beträufeln, mit fein geschnittenen Lauchzwiebeln und Schnittlauch bestreuen. Zum Schluss mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A. und frisch geriebenen Kren vollenden.



*M*arinierte Hühnerleber auf Vogersalat mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A.

Zutaten:

500 g Hühnerleberstücke
4 cl Rotwein
Rosmarin
Thymian
Lorbeerblatt
Knoblauch
200 g Butter
150 g Vogersalat
Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Essig
1 gekochtes Ei

Zubereitung:

Die Hühnerleber mit Rotwein und Gewürzen 2-3 Std. marinieren, danach in geklärter Butter bei 80°C 6-8 Minuten ziehen lassen und mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A. und Essig marinieren, mit Salz und Pfeffer leicht würzen.

Vogersalat abmachen und anrichten. Die Leber um den Salat legen und mit Ei anrichten.

*S*teirische Kürbiskernölpolenta mit Pilzen

Zutaten:

200 g Milch
40 g Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
50 g Polenta
20 g geröstete, gehackte Kürbiskerne
10 g Haselnüsse
2 fein gehackte Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
½ kg Pilze
1 kl. Zwiebel
Petersilie, Salz, Pfeffer
½ Becher Sauerrahm

Zubereitung:

Milch mit Steirischem Kürbiskernöl und Gewürzen aufkochen, Polenta und Haselnüsse unter ständigem Rühren gut einkochen lassen. Zum Schluss Knoblauch und steirischen Kürbiskerne einrühren. Die Masse auf ein Blech streichen und bei 180°C kurz backen.

Rechtecke schneiden. Die Pilze waschen und kleinwürfelig schneiden, Zwiebel fein hacken. Beides gut dünsten und mit gehackter Petersilie, Salz und Pfeffer und ev. Sauerrahm vollenden. Zusammen mit den Polentaschnitten noch heiß servieren.



Apfel-Birnen-Walnussalat mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A.

Zutaten:

3 Äpfel
3 Birnen
2 Limetten
75 g Parmesan
50 g Walnusskerne
Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Salz, Essig

Zubereitung:

Die Walnusskerne kurz anrösten. Die Äpfel und Birnen schälen und in kleine Stücke schneiden, Kerne dabei entfernen. Die Stücke mit den Walnüssen mischen und mit Limettensaft, Steirischem Kürbiskernöl g.g.A., Salz, und Essig abschmecken.

Tipp: Auch eine Mischung aus Joghurt und Sauerrahm eignet sich in Verbindung mit Essig, Steirischem Kürbiskernöl g.g.A. und Salz als Dressing.



Himbeerkuchen mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A.

Zutaten:

½ Pkg. Backpulver
4 Eier
½ kg Himbeeren
10 g Kürbiskerne
1 Tasse Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
¼ l Mehl
20 g Staubzucker
1 Pkg. Vanillezucker
1 Prise Zimt, Zitronensaftg

Zubereitung:

Eier, Staubzucker, Vanillezucker, Steirisches Kürbiskernöl, Wasser schaumig rühren, danach Zimt, steirische Kürbiskerne, Zitrone, Mehl und Backpulver langsam einrühren.

Den Teig auf ein befettetes, bemehltes Backblech streichen, die Himbeeren darauf verteilen und bei ca. 170°C ca. 30 Minuten backen. Anzuckern, auskühlen lassen und in Schnitten teilen.

Tipp: Statt Himbeeren können Sie jedes Obst der Saison verwenden!



Black Mamba (ein bissiger-köstlicher Drink für heiße Tage)

Zutaten:

Zuckermelonen,
Orangensaft
Rum
Zitronengras
Chili
Ahornsirup
Pfeffer
Steirisches Kürbiskernöl g.g.A

Zubereitung:

Zuckermelonen grob würfelig schneiden und einen Teil der Fruchtstücke für die Einlage beiseite legen. Die restlichen Stücke in einen Mixbehälter geben und mit einem guten Schuss Rum, Orangensaft, Ahornsirup oder braunem Zucker marinieren und für eine Stunde im Gefrierschrank gut durchkühlen.

Die Melonenstücke für die Einlage jeweils auf einen Zitronengrasspieß stecken, mit Steirischem Kürbiskernöl übergießen, pfeffern und durchziehen lassen. Anschließend die angefrorenen Melonenstücke im Mixbecher gut pürieren, mit etwas Chilipulver würzen (Tabasco) und mit Champagner (Sekt, Prosecco) auf die gewünschte Konsistenz aufgießen.

Serviert wird der Drink in einem Weinglas Ihrer Wahl. Mit einem kleinen Löffel vorsichtig etwas Kernöl auf die Oberfläche träufeln und den Zitronengrasspieß mit den Melonenstücken auf das Glas legen.

Der Drink sollte mit einem Strohhalm getrunken werden. Der letzte Schluck mit dem Schuss Steirisches Kürbiskernöl, macht den Melonendrink dann zur Black Mamba.



Steirermuffins

Zutaten:

240 g Mehl
1 TL Backpulver
Salz
90 g Zucker
60 ml Steirisches Kürbiskernöl g.g.A
1 Ei
125 ml Milch

Zubereitung:

Mehl, Zucker, Salz und Backpulver auf eine Rührschüssel mit Sieb geben. hinein. Nun durch leichtes Schütteln den Inhalt in die Schüssel sieben. Das Ei mit den Schneebesen in einer kleinen Rührschüssel aufschlagen, Milch und das Öl dazugeben und alles kurz vermischen. In das Mehlgemisch in der Mitte eine kleine Mulde machen und die flüssigen Zutaten dazugießen.

Alles mit dem Teigschaber vermischen. Der Teig sollte schwer vom Löffel reifen. Heben Sie ev. gehackte steirische Kürbiskerne mit dem Teigschaber unter (**Tipp: auch Beeren sind eine Variante**).

Den Teig in die Muffin-Form einfüllen (Vertiefungen zu 2/3 füllen), Backzeit 20 Minuten bei 180°C. Nach dem Backen ca. 4 Minuten abkühlen lassen.



*100% reine Information
rund um das Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Das Original mit der Banderole*

*Erzeugerring
Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
A-8430 Leibnitz, Julius-Strauß-Weg 1a
Tel. +43 (0)3452 - 72 1 51
Fax. +43 (0)3452 - 72 1 51 15
office@steirisches-kuerbiskernoel-gga.at
www.steirisches-kuerbiskernoel-gga.at*