

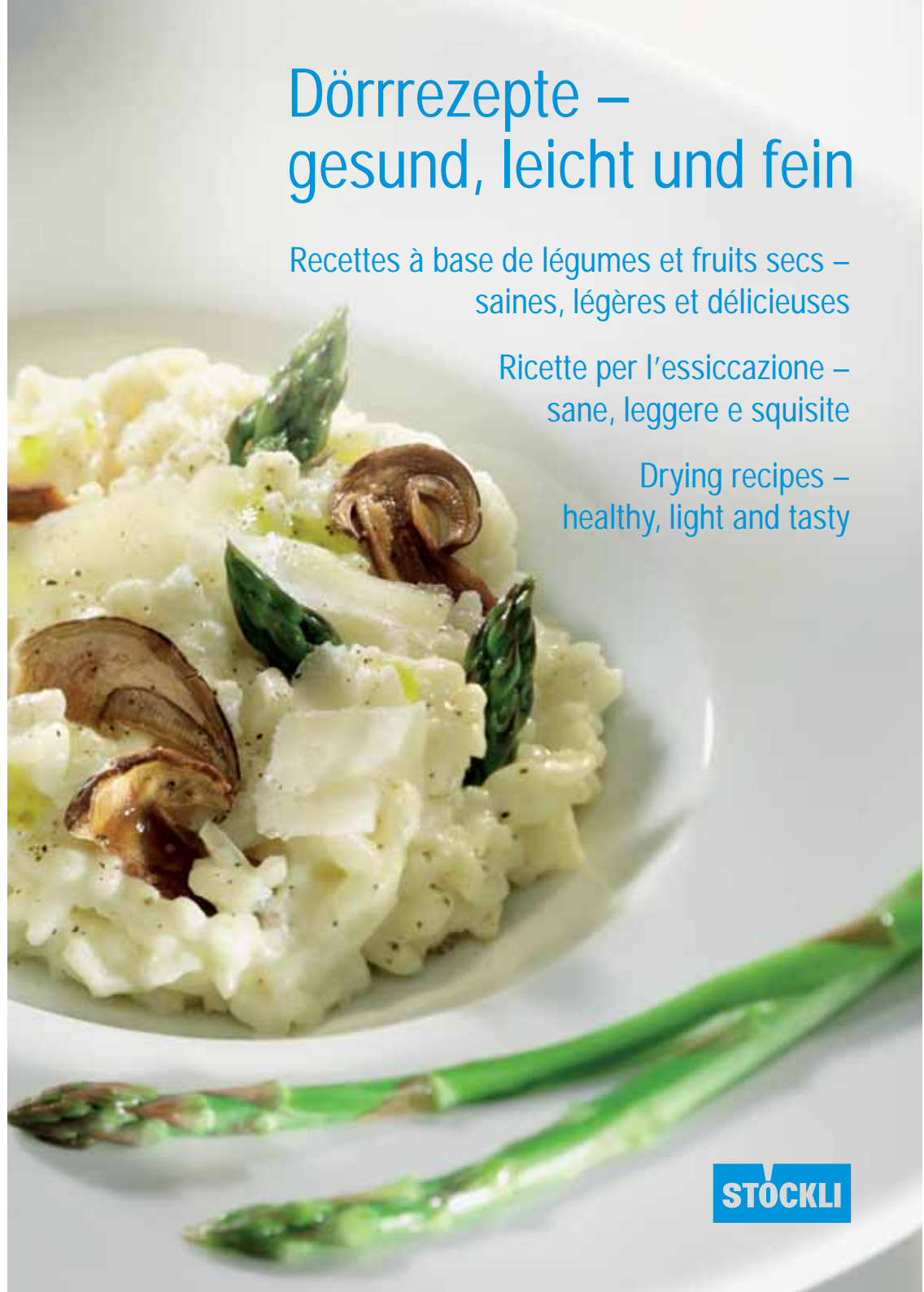


# Dörrrezepte – gesund, leicht und fein

Recettes à base de légumes et fruits secs –  
saines, légères et délicieuses

Ricette per l'essiccazione –  
sane, leggere e squisite

Drying recipes –  
healthy, light and tasty



## Impressum

*Herausgeber:*  
A. & J. Stöckli AG,  
Netstal

*Rezepte:*  
Mariann Münzberg,  
Obstalden

*Redaktion:*  
A. & J. Stöckli AG,  
Netstal

*Gestaltung:*  
barragrafics,  
Lachen

*Foto:*  
S+K Werbefotografie,  
Zürich



A. & J. Stöckli AG  
CH-8754 Netstal  
Tel. +41(0)55 645 55 55  
Fax +41(0)55 645 54 55  
e-mail: [haushalt@stockli.ch](mailto:haushalt@stockli.ch)  
[www.stockliproducts.com](http://www.stockliproducts.com)

1643/01.11/15/000



	page/pagina/page
Français	43
Italiano	73
English	103



## Inhalt

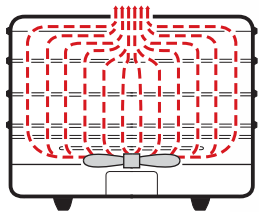
Thema	Dörrgut	Rezepte	Seite
Dörren allgemein			4
Portrait			5
Dörrtabelle			7
Getränke			
	Früchte	Früchtebowle	12
	Früchte	Rotwein-Punsch	13
Suppen			
	Gemüse	Marronsuppe	16
	Gemüse	Tomatencrèmesuppe mit getrockneten Tomaten	17
Vegj & Fisch			
	Früchte	Milchreis mit Birnen	20
	Gemüse	Rotes Pesto	21
	Gemüse	Dorschfilet royale mit Apfelingeln	22
	Pilze	Steinpilzrisotto mit grünen Spargeln	23
	Kräuter	Kartoffelkuchlein	24
	Kräuter	Bärlauchspätzli	25
Hauptspeisen			
	Gemüse	Rindfleischsalat mit Dörrbohnen	28
	Gemüse	Sauerkraut mit Ananas	29
	Früchte	Schweinsfilet mit gedörrten Pflaumen	30
	Früchte	Lammragout an feiner Currysauce mit Aprikosen	31
	Früchte	Pouletbrüstli mit Früchte-Mascarpone-Füllung	32
	Pilze	Hackfleischsteak mit Steinpilzen	33
Dessert & Kuchen			
	Früchte	Süsser Aprikosentraum	36
	Früchte	Sauerkirschkuchen	37
	Früchte	Himmlische Amaretti-Kirschtorte	38
	Früchte	Früchtebrot	39
Zutaten			
	Kräuter	Kräutersalz	40
	Pilze	Pilzpulver	41

## Schmackhaft, gesund und preiswert

Dörren ist die natürlichste und einfachste Art, Früchte, Gemüse, Pilze und Kräuter dauerhaft zu konservieren. Gedörktes behält seinen hohen Nährwert, ist also sehr schmackhaft und gesund. Überdies sind gedörkte Vorräte eine preiswerte Alternative zu Konserven und energieaufwändiger Tiefkühlkost. Jetzt können Sie dank dem «dörrex» Lebensmittel mitten in der Saison frisch verarbeiten.

### Schonend und gleichmässig dörren

Die stufenlose Temperatur-Regulierung ermöglicht ein schonendes Verarbeiten. Zudem garantiert die aktive Warmluftzirkulation ein absolut gleichmässiges Dörren. So bleiben die wertvollen Nährstoffe im Dörrgut vollständig erhalten.



Aktive Warmluftzirkulation  
Das Geheimnis für perfektes Dörren

## Die unterschiedlichsten Zubereitungsarten und was der Lebensmittelmarkt so alles zu bieten hat...



Mariann Münzberg  
Hobbyköchin aus Leidenschaft

Die Dörrrezepte, die Sie in diesem Buch finden, hat die Stöckli Mitarbeiterin Mariann Münzberg für Sie ausgetüfelt. Obwohl nicht mehr in ihrem gelernten Beruf als Koch tätig, gehört das Kochen und Bewirten von Gästen nach wie vor zu ihrem liebsten Hobby. Mehr noch, das Ausstudieren von neuen Rezepten, die sie alle einmal in einem Kochbuch herausgeben möchte.

Kochen hatte bereits in der Familie Tradition. Schon die Eltern besaßen ein Restaurant in Mühlehorn, am schönen Walensee. So lag es auf der Hand, dass die Tochter eine Kochlehre absolvierte. Die Wirtfachprüfung und die Gründung und Führung eines «Clubs von kochenden Männern», sowie die Arbeit als Gerantin, waren weitere prägende Stationen. Ihr reicher Erfahrungsschatz wurde abgerundet durch die Tätigkeit in der Electrolux Versuchsküche.

Eine ausgezeichnete Gelegenheit, ihr fundiertes Wissen anzuwenden, bot sich mit der Lancierung der neuen «dörrex-Generation». Bekömmliche, leichte Rezepte wurden gesucht. Ihrer Kochphilosophie – vorwiegend Bioprodukte und frische, saisonale Lebensmittel zu verwenden – kam dies sehr entgegen. Das Resultat ist ein Schmaus für «Gaumen und Auge» geworden. Beurteilen Sie selber und probieren Sie's aus. Sie werden überrascht sein vom unverfälschten, intensiven, natürlichen und frischen Geschmack.



## Dörrtabelle

### Früchte dörren mit 70° C

Dörrgut	Zubereitung	Dörrzeit in Stunden ca.	Dörrprobe	Menge pro Gitter ca.	Gewicht fertig gedörrt in % des Frischgewichtes	Temp. Grad
Äpfel	Schnitze ca. 15 mm dick Scheiben ca. 8 mm dick	6-10	gut biegsam	600 g	10-15%	70°
Aprikosen	halbieren, Schnittfläche nach oben	10-18	biegsam	500 g	20%	70°
Ananas	Schälen, Scheiben ca. 8 mm dick	10-12	gut biegsam	500 g	25-30%	70°
Bananen	Schälen, längs halbieren, vierteln	8-12	biegsam	600 g	20-25%	70°
Birnen	halbieren, Schnittfläche nach oben Scheiben ca. 8 mm dick	15-30 6-10	biegsam biegsam	600 g 500 g	20-25%	70°
Erdbeeren	halbieren oder ganz	9-15	biegsam	250 g 500 g	20%	70°
Feigen	halbieren, Schnittflächen nach oben	10-12	trocken	600 g	20%	50°
Kirschen	ganz oder entsteint	10-18	lederartig	500 g	25-30%	70°
Trauben	halbieren, Schnittfläche nach oben	12-15	gut biegsam	500 g	20%	70°
Zwetschgen/ Pflaumen	halbieren, Schnittfläche nach oben	10-18	biegsam	500 g	20%	70°

Was, wie, wieviel: Alle Früchte mit 70° dörren, Kerngehäuse, Stiele und Kerne entfernen (ausgenommen Kirschen). Um das Braunwerden der Früchte zu verhindern, vor dem Dörren mit Zitronensaft bestreichen.

Die angegebenen Temperaturen und Dörrzeiten sind Richtwerte. Je nach Grösse der Stücke und Feuchtigkeitsgehalt der Früchte können sich die Dörrzeiten erheblich verändern.



## Gemüse dörren mit 70° C

Dörrgut	Zubereitung	Dörrzeit in Stunden ca.	Dörrprobe	Menge pro Gitter ca.	Gewicht fertig gedörrt in % des Frischgewichtes	Temp. Grad
Bohnen	ganze Bohnen *	6-10	zerbrechlich	400 g	15%	70°
Erbsen	abhülsen *	8-10	hart	400 g	25%	70°
Gurken	ungeschält, Scheiben ca. 1 cm dick *	6-8	hart	400 g	15%	70°
Karotten	schälen, Scheiben ca. 8 mm dick *	6-8	hart	400 g	15%	70°
Lauch	halbieren, 6-8 cm lange Stücke schneiden, blanchieren	6-10	zerbrechlich	500 g	20%	70°
Peperoni/ Paprika	in Streifen schneiden ca. 8 mm dick *	8-10	biegsam	400 g	20%	70°
Sellerie	schälen, Scheiben ca. 8 mm dick, blanchieren	6-10	hart	400 g	15%	70°
Suppen- gemüse	Karotten, Sellerie, Lauch, Kohlrabi, Kohl in feine Streifen schneiden, blanchieren	6-8	zäh	300 g	10-15%	60°
Tomaten	schälen, halbieren, Schnittfläche nach oben, Scheiben ca. 6 mm dick *	10-14 7-10	biegsam hart	400 g 300 g	15% 10%	70° 70°
Zucchini	ungeschält, Scheiben ca. 8 mm dick *	7-8	biegsam	400 g	15%	70°

\* kurz blanchieren

Was, wie, wieviel: Alle Gemüse mit 70° dörren, ausgenommen Suppengemüse mit 60°.

Die angegebenen Temperaturen und Dörrzeiten sind Richtwerte. Je nach Grösse der Stücke können sich die Dörrzeiten erheblich verändern.



## Kräuter dörren mit 40° C

Dörrgut	Zubereitung	Dörrzeit in Stunden ca.	Dörrprobe	Temp. Grad
Basilikum, Bohnenkraut, Dill, Estragon, Petersilie, Rosmarin, Salbei, Schnittlauch	ganz dörren oder schneiden, waschen, auf Gaze/Zellstoff legen und trocknen lassen	2-6	zerbrechlich	40°

Die angegebenen Dörrzeiten sind Richtwerte. Je nach Art der Kräuter kann sich diese Zeit verändern. Kräuter erst kurz vor der Verwendung zerreiben.



## Pilze dörren mit 50° C

Dörrgut	Zubereitung	Dörrzeit in Stunden ca.	Dörrprobe	Temp. Grad
Alle Pilz-Sorten	gut reinigen, kleinere Pilze nicht zerschneiden, grosse der Länge nach in Scheiben schneiden	2-6	zäh	50°

Die angegebenen Dörrzeiten sind Richtwerte. Je nach Pilzart und Grösse der Stücke kann sich diese Zeit verändern.



# *Getränke*



## Früchtebowle

### Zutaten

3 TL	Ananaswürfel gedörrt
3 TL	Erdbeerwürfel gedörrt
2 dl	Ananassaft
40 ml	Kokosnusslikör
20 ml	Aprikosenlikör
20 ml	Wodka mit Himbeergeschmack
2 dl	fruchtiger Weisswein
2 dl	Sekt
2 Blätter	Zitronenmelisse

### Zubereitung

Früchte im Ananassaft über Nacht einweichen. Saft in den Kühlschrank stellen

Früchte mit den verschiedenen Likören parfümieren

auffüllen und kühl stellen

fein hacken und beifügen (nach Belieben)

## Tipp

Sekt erst kurz vor dem Servieren beifügen, dass er noch richtig prickelt. Bowle in Sektschalen füllen und servieren.



## Rotwein-Punsch

### Zutaten

7 dl	Rotwein
1 Stück	Orange, unbehandelt
von 2 Äpfeln	Apfelschalen getrocknet
2 dl	Rahm
2 Stangen	Zimt
2 Stück	Sternanis
4 Stück	Nelken
4 Stück	Pimentkörner
4 Stück	Koriander
80 g	Kandiszucker
60 – 80 cl	Rum

### Zubereitung

in einen Topf füllen

in Scheiben schneiden und dem Rotwein begeben

alle Gewürze dem Rotwein beifügen und bei kleiner Stufe langsam ziehen lassen. Der Rotwein sollte nicht kochen. Nach ca. 10 Min. den Rotwein durch ein Sieb giessen

Rum dem heissen Gewürz-Rotwein beifügen und in vier Groggläser abfüllen

## Tipp

Probieren Sie es einmal mit Rosoli (Likör aus getrockneten Kirschen) oder mit Churer-Röteli.

# *Suppen*





## Marronisuppe

<u>Zutaten</u>		<u>Zubereitung</u>
125 g	Marroni / Kastanien gedörrt	über Nacht einweichen, ev. dunkle Häutchen entfernen
20 g	Butter	im Topf erhitzen
1 kleine	Zwiebel, gehackt	beifügen, glasig dünsten Marroni dazugeben und andünsten, bis sie eine leichte Farbe erhalten.
1/2 TL	Lebkuchengewürz	darüberstreuen
2 dl	Weisswein	ablöschen und etwas reduzieren
3 dl	Bouillon	beifügen und bei geschlossenem Deckel sanft köcheln bis die Marroni gar sind. Bei Bedarf etwas Bouillon nachgiessen.
2.5 dl	Rahm / Sahne	Wenn die Marroni zerfallen, Topf vom Herd nehmen und Rahm/Sahne beifügen. Im Mixer sehr fein pürieren. Anschliessend durch ein Sieb giessen.  In Suppentassen füllen und mit halb- geschlagenem Rahm / Sahne dekorieren

### Tipp

4 gegarte Marroni in kleine Würfel schneiden und karamellisieren, in den Suppentassen verteilen und mit Suppe übergiessen.

## Tomatencrèmesuppe mit Basilikum-Rahm

<u>Zutaten</u>		<u>Zubereitung</u>
2 EL	Olivenöl	Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl glasig anziehen
1 Stück	Zwiebeln, grob gewürfelt	
1 Zehe	Knoblauch gehackt	
1/2 dl	Rotwein	mit Rotwein ablöschen und etwas reduzieren
1 Dose, 400 g	Tomaten gehackt	gehackte und eingelegte Tomaten beifügen
50 g	Tomaten getrocknet, in Öl eingelegt	1 Stück zur Seite legen und in feine Streifen scheiden. Diese werden für die Garnitur verwendet.
1 TL	Italienische Kräuter	hinzufügen
3 dl	Bouillon	beifügen und bei niedriger Stufe mit geschlossenem Deckel gar ziehen lassen. Ca. 30-40 Min.
1dl	Rahm, flüssig	Suppe sehr fein pürieren und mit Rahm verfeinern. Ev. etwas Bouillon nachgiessen und nach Belieben abschmecken
1 dl	Rahm frische Basilikumblätter	steif schlagen durch die Knoblauchpresse drücken und unter den geschlagenen Rahm geben, mit wenig Kräutersalz würzen  Suppe in die Teller füllen, mit Basilikum-Rahm dekorieren und die feinen, eingelegten Tomatenstreifen darüber verteilen

### Tipp

Dieses feine Süppchen kann zusätzlich mit Gin parfümiert werden.



*Vegi & Fisch*



## Milchreis mit Birnen

### Zutaten

60 g	Birnen, geschält, gedörrt
8 – 10 dl	Milch
2 EL	Mandelöl
1 Prise	Salz
3 EL	Mandelmus
250 g	Milchreis
	Zucker
	Zucker-Zimt

### Zubereitung

über Nacht in Milch einweichen  
8 dl Milch in den Topf geben und erhitzen  
Aromen und Salz beifügen

Reis in die leicht kochende Milch geben und aufkochen. Gut umrühren. Nach dem Aufkochen den Reis auf kleine Stufe stellen und quellen lassen.

Sollte man erst am Ende der Kochzeit beifügen, da die Reiskörner sonst verkleben und der Reis nicht gar wird.

Auf den Tisch stellen, somit kann jeder beliebig seinen Reis zuckern  
mit Apfelmus oder Kompott servieren

### Tipp

Zu diesem Milchreis passt hervorragend eine leichte Schokoladensauce.

## Rotes Pesto mit Pasta

### Zutaten

20 Stück	gedörrte, in Öl eingelegte Tomaten
1 dl	Olivenöl
2 Zehen	Knoblauch
1 EL	Italienische Kräuter
10 Blätter	Basilikum, frisch
2 EL	Pinienkerne
100 g	Sbrinz oder Parmesan
1 Stück	Chilli
4 EL	Wasser
3 EL	Tomatenpüree konzentriert
500 g	Spaghetti

### Zubereitung

Alle Zutaten in den Cutter einfüllen und zu einem feinen Brei vermahlen

wie gewohnt kochen und mit dem roten Pesto mischen. Menge nach Belieben.

### Tipp

Kann mit Rahm / Sahne verfeinert werden.

## Dorschfilet royale mit Apfelingen

### Zutaten

12 Stück	Apfelringe gedörrt
100 ml	Wasser
100 ml	Weisswein
1/2 Stück	Peperoni rot
1/2 Stück	Peperoni grün
1 Stück	Zwiebel, klein
2 EL	Oliveneröl
1 dl	Tomatensauce, eingedickt Kräutersalz, Pfeffer
600 g	Dorschfilet royale Salz und Pfeffer Mehl
3 EL	Öl

### Zubereitung

im lauwarmen «Wasser-Weisswein» ca. 1 Std. einlegen

in feine Streifen schneiden

fein gehackt  
In Pfanne erhitzen und Zwiebeln dünsten, grüne und rote Peperoni mitdünsten. Eingeweichte Apfelringe dazugeben und mitdämpfen. Mit der «Wasser-Weisswein» Mischung ablöschen.

beifügen und ca. 10 Min. köcheln lassen  
Nach Belieben würzen. Sauce warm stellen.

4 Filets à ca. 150 Gramm würzen  
Fisch im Mehl wenden

Fett erhitzen und Fisch auf beiden Seiten ca. je 2 Min. braten. Ev. am Schluss ein Stück frische Butter zum Fertigbraten beifügen.

### Tipp

Fisch auf Teller anrichten.  
Mit der Peperonisauce nappieren und anschliessend auf jede Portion Fisch drei Apfelringe fächerartig anrichten.  
Servieren mit Reis oder Salzkartoffeln.



## Steinpilzrisotto mit grünen Spargeln

### Zutaten

25 g	Steinpilze, gedörrt
20 g	Butter
1 Stück	Zwiebel, gehackt
400 g	Risotto-Reis (Arbario oder Vialone)
2 dl	Weisswein, trocken
8 – 10 dl	Bouillon
400 g	Spargel grün
40 g	Butter, frisch
50 g	Parmesan, frisch gerieben
1 dl	Rahm, flüssig

### Zubereitung

in kleine Schüssel geben und knapp mit Wasser bedecken – die Pilze ca. 30 Min. einweichen

Zwiebeln in Butter glasig dünsten

beifügen und kurz in Butter-Zwiebel wenden  
ablöschen  
Steinpilze in Risotto geben  
auffüllen, aufkochen und das Ganze auf kleiner Stufe ca. 30 Min. ziehen lassen.

trockenes Ende der Spargel grosszügig abschneiden, anschliessend in kleine Stück schneiden und im Stöckli-Steamer bei voller Stufe ca. 20 Min. knackig vorgaren.

Risotto auf  $\frac{2}{3}$  garen und Spargel beifügen und fertig garen

Butter, Parmesan und Rahm unter den fertigen Risotto geben. Mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Ev. Bouillon nachgiessen. Risotto sollte von der Konsistenz her sämig und leicht flüssig sein, dann schmeckt er einfach am Besten.

### Tipp

Ein paar Spargelstücke zurückbehalten und kurz in Butter schwenken und auf dem angerichteten Risotto verteilen.  
Zusätzlich frisch geriebenen Parmesan darüber streuen.

Leider nichts für die schlanke Figur, aber dieser Risotto ist «eine Sünde wert».



## Kartoffelküchlein

### Zutaten

1 kg	Kartoffeln
	Salz, Muskat, Pfeffer
50 g	Käse gerieben
20 g	Kräutermischung
2 – 3 Stück	Eier
20 g	Mehl
	Butter, ausgelassen

### Zubereitung

Kartoffeln kochen und pürieren (Passvite)  
würzen  
alles zu den Kartoffeln geben, gut verrühren

Die Kartoffelmasse zu runden, flachen  
Küchlein formen und im heissen Butterfett in  
der Bratpfanne beidseitig braten

## Tipp

Die Küchlein können mit blanchierten, kleinen Gemüsewürfeln ergänzt werden oder Pilze beifügen.

Die Kartoffelküchlein kann man mit einem bunten Salat servieren. Auch zu Fleischgerichten passen sie ausgezeichnet.

## Bärlauchspätzli

### Zutaten

400 g	Weissmehl oder Knöpfliemehl
2 EL	Bärlauch, getrocknet Salz, Muskat, Pfeffer
4 Stück	Eier
2.5 dl	Milch
4 lt.	Salzwasser (wie für Teigwaren)

### Zubereitung

in eine Rührschüssel geben  
dazugeben  
würzen

Milch mit den Eiern zum gewürzten Mehl geben und den Teig von Hand schlagen bis er Blasen wirft. Der Teig muss zähflüssig sein. Teig ca. 1 Std. ruhen lassen, damit das Mehl genügend quellen kann.

Salzwasser aufkochen. Den Spätzliteig durch das spezielle Spätzlisieb ins Salzwasser drücken. Aufkochen bis die Spätzli an der Oberfläche schwimmen und mit der Schaumkelle aus dem Topf schöpfen.

Die Spätzli können mit Butter angereichert und leicht nachgewürzt mit Salz und Muskat, sofort frisch serviert werden.  
Oder, bei späterem Verzehr, im kalten Wasser kurz abschrecken. Anschliessend gut abtropfen lassen und im Kühlschrank aufbewahren. Frische Spätzli am besten sofort verzehren.

## Tipp

Die Spätzli können auch in Butter gebraten werden.

# *Hauptspeisen*



## Rindfleischsalat mit Dörrbohnen

<u>Zutaten</u>		<u>Zubereitung</u>
1.2 lt	Bouillon	erhitzen
1 Stück	Karotte	Gemüse zu Bouillon beifügen
1 Stück	Lauchstengel	
1 Stück	Zwiebel	Zwiebel mit Lorbeerblatt und Nelken spicken
2 Stück	Lorbeerblatt	
4 Stück	Nelken	
500 g	Tafelspitz (mageres Siedfleisch)	Fleisch in die heisse, leicht perlende Bouillon geben. Die Bouillon sollte leicht simmern, nicht kochen. Das Eiweiss regelmässig abschöpfen. Ca. 1 Std. garen lassen. Im Sud erkalten lassen
1 Stück	Zwiebeln, grob gewürfelt	
1 Zehe	Knoblauch, fein gehackt	
2 TL	Rapsöl	
50 g	Dörrbohnen	eingeweichte und abgetropfte Bohnen zufügen angiesen und bei geschlossenem Deckel ziehen lassen. Bei Bedarf etwas Fleischbrühe nachgiessen
1 dl	Fleischbouillon	Wenn die Bohnen fast gar sind, Deckel entfernen und die Flüssigkeit fast vollständig reduzieren
		Fleisch in feine Streifen schneiden. Bohnen begeben. Das noch lauwarme Fleisch in einer Vinaigrette, gemischt aus Zitronensaft, Kräutersalz, Petersilie und Rapsöl, kurz ziehen lassen
100 g	Schalotten, fein gehackt Petersilie, gehackt Schnittlauch, geschnitten Kerbel, gehackt	Schalotten, die gehackten Kräuter mit Senf, Öl und Zitronensaft zu einer Vinaigrette verrühren
1 TL	Dijon-Senf	
1 dl	Rapsöl	
1 Stück	Saft von einer Zitrone	

### Tipp

Rindfleischsalat mit einem bunten Blattsalat servieren. Dazu ein frisches Baguette.

## Sauerkraut mit Ananas

<u>Zutaten</u>		<u>Zubereitung</u>
20 g	gedörrte Ananaswürfeli	Ananas im Saft ca. 1 Std. einweichen
200 ml	Ananassaft	
20 g	Butter	im Topf erhitzen
1 kleine	Zwiebel, gehackt	beifügen, glasig dünsten
450 g	Sauerkraut, roh	beifügen und kurz dämpfen
	Ananassaft mit Würfeli	auffüllen
2 dl	Sekt	auffüllen
1 Stück	Lorbeerblatt	würzen mit Salz, Gewürzen und Honig
5 Stück	Wachholderbeeren	
3 EL	Honig	
1 TL	Kräutersalz	
2 TL	Stärkemehl	aflösen und zu Sauerkraut beifügen, gut umrühren
2 EL.	Wasser	ca. 30 – 40 Min. leise köcheln lassen

### Tipp

Direkt auf dem Sauerkraut ein Stück Rippli oder Speck mitkochen. Dies ergibt einen kräftigen Geschmack. Dazu Salzkartoffeln servieren.

## Schweinsfilet mit gedörrten Pflaumen

<u>Zutaten</u>		<u>Zubereitung</u>
12 Stück	Schweinefilet, ca. 3 cm dick	In jedes Filetstück mit dem Messer in der Mitte ein Loch stechen
6 Stück	gedörrte Pflaumen	1/2 Pflaume in das Loch drücken
12 Scheiben	Frühstücksspeck	mit Speck umwickeln und mit kleinem Holzstick befestigen
	Öl	in der Pfanne beidseitig scharf anbraten und im Ofen bei ca. 80° C 10 Min. ziehen lassen
		Dazu passt eine feine Rahmsauce.

### Tipp

Sommerzeit – Grillzeit. Schweinsfilet auf dem Grill braten und mit einem bunten Salat servieren.

## Lammragout an feiner Currysauce mit Aprikosen

<u>Zutaten</u>		<u>Zubereitung</u>
3 EL.	Öl	in Pfanne erhitzen
500 g	Lammragout	trockengetupftes Fleisch würzen und scharf anbraten
	Fleischgewürz	
1 Stück	Zwiebel, gehackt	beifügen und mitdünsten
1 Stück	Zitronengrasstengel	klein schneiden und dazugeben
1 kleines Stück	Ingwer	braune Schale mit Messer entfernen und fein hacken
		beifügen
2 Stück	Kafirblätter	klein schneiden und beifügen
1 Stück	Chilli	Gewürze beigegeben
1 EL	Curry scharf	
1 EL	Curry mild	
1 TL	Zimt	
400 ml	Kokosmilch	mit Kokosmilch ablöschen
2 dl	Fleischbrühe	auffüllen
		Alles ca. 50 Min. auf kleiner Stufe köcheln lassen. Eventuell das Ganze etwas nachwürzen. Die Fleischstückchen aus der Sauce nehmen und die Sauce im Mixer pürieren. Anschliessend durch ein Sieb giessen, damit auch die kleinen Fasern entfernt werden.
150 g	Aprikosen gedörrt	kleine Würfel schneiden und Früchte beifügen, das Ganze nochmals ca. 10 Min. köcheln lassen.
3 EL	Rosinen	

### Tipp

Dazu passt hervorragend Basmati- oder Parfümreis.





## Pouletschnitzel mit Früchte-Mascarpone-Füllung

Zutaten		Zubereitung
1 EL	Butter	in der Bratpfanne schmelzen mitrösten in ganz feine, kleine Würfel schneiden, in die Pfanne geben und mitdämpfen beifügen Pfanne von der Kochstelle entfernen und Masse etwas abkühlen lassen. Anschliessend Mascarpone unterrühren und mit Kräutersalz und Pfeffer würzen
1 EL	Pinienkerne	
1/2 Stück	Apfel, geschält	
1 EL	Sultaninen	Panne von der Kochstelle entfernen und Masse etwas abkühlen lassen. Anschliessend Mascarpone unterrühren und mit Kräutersalz und Pfeffer würzen
2 Stück	Feigen getrocknet	
2 EL	Mascarpone	

### Pouletschnitzel

4 Stück	Pouletschnitzel, gross	Quer eine grosse Tasche in das Schnitzel schneiden. Anschliessend mit der Füllung befüllen. Mit dem Faden die Tasche zunähen. Keinen Knopf am Anfang und Ende, sodass der Faden nach dem Garen durch Ziehen schnell entfernt werden kann.
	Fleischfaden zum Binden grobe Nadel	
	Würzmischung für Geflügel Öl	
		Schnitzel würzen in der Bratpfanne erhitzen und die Schnitzel braten
		Schnitzel in eine feuerfeste Form legen, mit Currysauce übergossen und im Ofen bei ca. 150° C – 170° C, 20 Min. gar ziehen lassen.

### Currysauce für 8 Personen

2 EL	Öl	in der Pfanne erhitzen alles Gemüse und Gewürze grob zerkleinern und im Fett dünsten
1 Stück	Zwiebel	
1	Apfel	
1 Stück	Karotte, klein	
1	Banane	
1	Chillischote	
1 Stück	Ingwer, klein	
1/2 Stengel	Zitronengras	über das Gemüse streuen, gut unterrühren ablöschen mit Kokosmilch und Geflügelbrühe würzen, anschliessend ca. 30 Min. köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Dann mixen und durch ein Sieb passieren.
3 – 4 EL	Curry (je nach Geschmack)	
500 ml	Kokosmilch	
500 ml	Geflügelbrühe	mit Rahm verfeinern
	Kräutersalz	
	Pfeffer	
2 dl	Rahm	

## Hackfleisch-Steak mit Steinpilzen

Zutaten		Zubereitung
750 g	Hackfleisch gemischt z.B. 1/3 Rind + 2/3 Schwein	Hackfleisch und Brät mischen
300 g	Brät	
20 g	Steinpilze, getrocknet	ca. 15 Min. einweichen, Pilze klein hacken und der Masse beigeben
	Fleischgewürz	würzen
2 EL	Öl	erhitzen und Zwiebel dünsten und beifügen
1 Stück	Zwiebel, gehackt	
2 Stück	Knoblauchzehen	in die Masse pressen
2 Stück	Eier	beifügen
1 EL	Dijon-Senf (scharf)	beifügen
200 g	altes trockenes Brot	ca. 10 Min. in Fleischbrühe einweichen, gut ausdrücken und der Masse beifügen
		Die Masse von Hand oder in der Rühr- maschine kneten und in 12 gleichmässige Häufchen teilen. Zu flachen, runden Frikadellen formen und im Bratfett braten

### Tipp

Direkt auf dem Grill sind die Hacksteaks schwierig zu grillieren. Kleiner «Trick»: Die Frikadellen zuerst im Stöckli-Steamer ca. 15 Min. bei voller Stufe garen. Somit können die Hacksteaks optimal zum Grillieren vorbereitet werden.

# *Dessert & Kuchen*



## Süßer Aprikosentraum

### Zutaten

50 g	getrocknete Aprikosen
40 ml	Aprikosenlikör
1 Päckli	Vanillezucker
2 Becher 125 g	Aprikosen-Joghurt (180 g) Aprikosenquark
1 dl	Orangensaft und Zeste
3 Spritzer	Zitronensaft
100 g	Zucker
1 Prise	Bourbon-Vanille
6 Blatt	Gelatine

250 ml Rahm, geschlagen

### Fruchtsauce

4 EL	Aprikosenmarmelade
4 EL	Wasser
1 dl	Süsswein
8 Stück	Aprikosen in kleinen Würfeln
1 Prise	Bourbon-Vanille
2 EL	Zucker
40 ml	Aprikosenlikör

### Zubereitung

in kleine Würfel schneiden  
mit Likör und Vanillezucker marinieren

Joghurt und Quark in Schüssel geben,  
gut verrühren

Säfte, Gewürz und Zucker in kleiner  
Pfanne aufkochen und leicht reduzieren.  
Die marinierten Aprikosenstückchen  
beifügen und kurz erhitzen

im kalten Wasser ca. 10 – 15 Min.  
einweichen, anschliessend im Zuckersaft  
auflösen. Den Saft abkühlen und der Joghurt-  
Quark-Masse unterrühren

sorgfältig unter die Joghurtmasse ziehen und  
in entsprechende Förmchen abfüllen

Masse im Kühlschrank erkalten lassen  
bis sie fest ist. (mind. 4 Std.) die Aprikosen-  
köpfchen auf einen passenden Teller  
stürzen und mit der Fruchtsauce, Rahm und  
Pfefferminze ausgarnieren.

Alle Zutaten in einen Topf geben und  
aufkochen. Sauce abkühlen und bei  
Zimmertemperatur aufbewahren.  
(Nur bei sofortigem Gebrauch).

Likör erst nach dem Erkalten der Sauce  
beifügen

## Tipp

Früchte und Joghurt mit verschiedenen  
Geschmacksrichtungen variieren.  
z.B. mit Erdbeeren.



## Sauerkirchkuchen

### Zutaten

200 g	Butter
250 g	Zucker
1 Prise	Salz
1 Prise	Bourbon-Vanille
3 EL	Mandelmus (Rapunzel)
2 EL	Mandelöl
1 Päckli	Zitronenzeste (z.B. Oetker)
500 g	Mehl
1 Päckli	Backpulver
1 dl	Milch
150 g	Sauerkirschen gedörrt

### Zubereitung

in Rührschüssel geben. Butter weich und  
schaumig rühren

beifügen, rühren bis sich der Zucker  
aufgelöst hat

alles der Buttermasse beifügen und kurz  
rühren

zusammen sieben und der Buttermasse  
begeben. Kurz rühren

beifügen, kurz rühren

sorgfältig unter den Teig ziehen

Kuchenteig in eine gefettete Gugelhopf-Form  
füllen und bei 170°C – 175°C  
ca. 55 – 60 Min. backen

## Tipp

Sauerkirschen können durch Cranberry  
(Preiselbeeren), gedörrte Kirschen oder  
Aprikosen ersetzt werden

## Himmlische Amaretti-Kirschtorte

<u>Zutaten</u>		<u>Zubereitung</u>
140 g	Butter	in Topf oder Mikrowelle (100 Watt) flüssig machen
200 g	Löffelbiscuit	Biscuit und Amaretti fein mahlen, mit flüssiger Butter und Likör mischen
100 g	Amaretti	
20 cl	Amaretto	
	Tortenplatte Backpapier Tortenring	Tortenplatte mit Backpapier belegen  auf ca. ø 22 – 24 cm einstellen  Masse im Tortenring gleichmässig verteilen und fest drücken
6 Blatt	Gelatine	15 Min. im kalten Wasser einlegen, ausdrücken und in einem Topf mit 1 EL Wasser flüssig werden lassen. Nicht kochen
2 Becher	Kirschenjoghurt (180 g)	alle Zutaten cremig rühren. Ein kleiner Teil davon in die Gelatine geben, gut verrühren und alles der Joghurtmasse beifügen
200 g	Frischkäse (z.B. Philadelphia)	
100 g	Zucker	
100 g	Kirschen getrocknet (gedämpft)	Kirschen vierteln und unter die Masse ziehen
2 dl	Rahm	steif schlagen und sorgfältig unterrühren  Joghurtmasse in die Form füllen und im Kühlschrank ca. 4 Std. fest werden lassen
2 dl	Rahm	Rahm mit Rahmhalter steif schlagen und die Torte nach Belieben garnieren
1 Päckli	Rahmhalter	



## Früchtebrot

<u>Zutaten</u>		<u>Zubereitung</u>
150 g	gedörnte Aprikosen	alles in kleine Würfel schneiden
150 g	gedörnte Pflaumen	
120 g	gedörnte Bananen	
140 g	Rohrzucker	Zucker, Gewürze, Sirup und Wasser mit den kleingeschnittenen Dörrfrüchten aufkochen und erkalten lassen
1 EL	Zimt	
1/2 EL	Kardamom	
1 Prise	Piment	
50 ml	Ahornsirup	7 – 8 dl Wasser
7 – 8 dl	Wasser	
40 g	Hefe (1 Würfel)	im erkaltem Fruchtwasser auflösen
1 kg	Bauernmehl	in Rührschüssel geben
1 EL	Salz	
150 g	Baumnüsse gehackt	Salz und Nüsse beifügen, Fruchtwasser dazufügen und mit dem Knehtaken in der Maschine kneten. Der Teig sollte klebrig und feucht sein. Diesen ca. 3 – 4 Std. bei Zimmertemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen verdreifacht hat. Anschließend Teig in mit Butter gefettete Cakesformen einfüllen. Nochmals gehen lassen bis die Cakesformen fast gefüllt sind. Backen
Backen:	45 – 50 Minuten	Nach dem Backen die Brote sofort aus den Formen nehmen
OH/UH:	190° C	
Heissluft	180° C	



### Tipp

Dieses Brot passt hervorragend zu Käse.

## Kräutersalz

### Zutaten

1 Stengel	Lauch
2 Stück	Karotten
1 Stück	Zwiebel
1 kleine Knolle	Sellerie
2 Zehen	Knoblauch

20 g	Kerbel
20 g	Majoran
20 g	Liebstockel
40 g	Petersilie
500 g	Salz

### Zubereitung

in kleine Ringe schneiden  
vierteln und feinblättrig schneiden  
in Ringe schneiden  
feinblättrig schneiden  
feinblättrig schneiden

Alles Gemüse mit 50° C – 60° C dörren. Es ist zu empfehlen, die Gemüsesorten auf einzelne Dörrgitter zu verteilen, da sie unterschiedliche Trocknungszeiten haben

Alle Kräuter mit max. 40° C trocknen lassen. Trocknungszeit ca. 5 Std.

Salz, getrocknetes Gemüse und Kräuter in einen Cutter füllen und alles sehr fein mahlen. Kräutersalz in Gläser füllen

## Tipp

Kräutersalz ist vielseitig verwendbar und Selbstgemachtes duftet herrlich nach Gemüse und Kräutern.

## Pilzpulver

### Zutaten

400 g	Champignons weiss
400 g	Champignons braun
100 g	Steinpilze

### Zubereitung

alles in feine Scheiben schneiden und richtig brüchig trocknen lassen. Anschliessend im Cutter fein mahlen. Der Duft ist sehr intensiv, kräftig und fein

## Tipp

Pilzpulver zum Würzen von Risottos, Fleischbällchen und Fleischsaucen – fantastisch!

# Contenu

Thème	produits déshydratés	recettes	page
Séchage de produits en général			
Portrait			44
Tableau de déshydratation			46
Boissons			
Fruits			Cocktail aux fruits 50
Fruits			Punch au vin rouge 51
Soupes			
Légumes			Soupe aux marrons 52
Légumes			Potage velours à la tomate et au basilic 53
Plats végétariens & Poissons			
Fruits			Riz au lait avec poires 54
Légumes			Pesto rouge avec pâtes 55
Légumes			Filet de cabillaud aux rondelles de pommes 56
Champignons			Risotto aux cèpes avec asperges vertes 57
Herbes			Galettes aux pommes de terre 58
Herbes			«Spätzlis» à l'ail d'ours 59
Mets principaux			
Légumes			Salade viande de boeuf et haricots séchés 60
Légumes			Choucroute avec ananas 61
Fruits			Filet de porc avec pruneaux séchés 62
Fruits			Ragoût de mouton sauce curry et abricots 63
Fruits			Blanc de poulet farcis fruits et Mascarpone 64
Champignons			Fricadelles de viande hachée aux cèpes 65
Desserts & gâteaux			
Fruits			Doux rêve d'abricots 66
Fruits			Gâteau aux griottes 67
Fruits			Divine tarte aux cerises amarettis 68
Fruits			Pain aux fruits 69
Ingrédients			
Herbes			Sel aux herbes 70
Champignons			Poudre de champignons 71

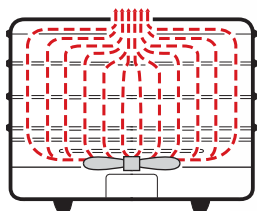


## Délicieux, sain et avantageux

La déshydratation est la façon la plus naturelle et la plus simple de conserver les fruits, légumes, champignons et fines herbes. La haute valeur nutritive des produits déshydratés est préservée et ceux-ci restent non seulement délicieux, mais sont aussi très sains. Les réserves de produits séchés représentent en outre une alternative avantageuse aux conserves et à la congélation qui utilise davantage d'énergie. Grâce au «dörrex», les produits frais peuvent être traités pendant la saison même de la récolte.

### Déshydrater délicatement et régulièrement

Le réglage en continu de la température permet un traitement délicat des aliments. La circulation active d'air chaud assure une déshydratation absolument régulière. Ainsi, les précieuses substances nutritives sont entièrement conservées.



La circulation active de l'air chaud  
Le secret d'un séchage parfait

## Les façons les plus différentes de préparations et tout ce que le marché des denrées alimentaires peut nous proposer...



Mariann Münzberg  
Cuisinière amateur, par passion

Les recettes de légumes et fruits séchés, que vous trouverez dans ce petit livre ont été préparées pour vous, par Mariann Münzberg, collaboratrice de Stöckli. Bien qu'elle n'exerce plus son métier de cuisinière, la cuisine et la restauration d'hôtes, sont toujours comme auparavant, son passe-temps préféré. Mais ce qui lui procure encore plus de plaisir, c'est d'étudier de nouvelles recettes, qu'elle aimerait pouvoir une fois, publier dans un livre de cuisine.

L'art culinaire était déjà une tradition familiale. Les parents possédaient dès lors un restaurant à Mühlehorn, au bord du très joli Walensee. Il était donc bien évident que la fille effectuait un apprentissage de cuisinière. L'examen d'hôtelier, la création et direction d'un «Club des hommes cordons bleus» ainsi que le travail en tant que gérante, ont été également d'autres étapes marquantes de sa vie. Son expérience professionnelle, s'est trouvée complétée par son activité dans la cuisine d'essais d'Electrolux.

Une excellente occasion pour mettre à profit ses connaissances, s'est offerte avec le lancement de la nouvelle «génération dörrex». Recettes légères et digestes étaient recherchées. Sa philosophie en matière de cuisine – l'utilisation, en majorité, de produits Bio et de denrées alimentaires fraîches et saisonnières – répondait bien à la demande. Le résultat est devenu un régal pour «le palais et l'oeil». Jugez vous-même et essayez. Vous serez surpris par les goûts purs, intensifs, naturels et frais.



## Tableau de déshydratation

### Sécher les fruits à 70° C

Fruits	Préparation	Temps de séchage en heures, env.	Etat des fruits secs	Quantité par grille, env.	Poids sec en % du poids frais	Temp. degrés
Abricots	partagés en deux, face interne en haut	10–18	souples	500 g	20%	70°
Ananas	pelées, tranches d'env. 8 mm d'épaisseur	10–12	bien souples	500 g	25–30%	70°
Bananes	pelées, partagées en deux ou en quatre dans le sens de la longueur	8–12	souples	600 g	20–25%	70°
Cerises	entières ou dénoyautées	10–18	comme du cuir	500 g	25–30%	70°
Figues	partagés en deux, face interne en haut	10–12	sèches	600 g	20%	50°
Fraises	partagées en deux ou entières	9–15	souples	250 g 500 g	20%	70°
Poires	partagées en deux, face interne en haut, en tranches d'env. 8 mm d'épaisseur	15–30 6–10	souples souples	600 g 500 g	20–25%	70°
Pommes	lamelles d'env. 15 mm d'épaisseur tranches d'env. 8 mm d'épaisseur	6–10 6–8	bien souples	600 g	10–15%	70°
Prunes et pruneaux	partagés en deux, face interne en haut	10–18	souples	500 g	20%	70°
Raisin	grains partagés en deux, face interne en haut	12–15	bien souples	500 g	20%	70°

Quoi, comment et combien: Sécher tous les fruits à 70°, ôter queue, coeur, pépins et noyaux (à l'exception des cerises). Pour empêcher les fruits de brunir, les enduire de jus de citron avant de les sécher.

Les températures et temps de séchage indiqués sont des valeurs indicatives. Le temps peut varier considérablement selon la grandeur des morceaux et le degré d'humidité des produits.





## Sécher les légumes à 70° C

Légumes	Préparation	Temps de séchage en heures, env.	Etat des légumes secs	Quantité par grille, env.	Poids sec en % du poids frais	Temp. degrés
Carottes	pelées, rond. d'env. 8 mm d'épaisseur *	6-8	dures	400 g	15%	70°
Céleris	pelés, tranches d'env. 8 mm d'épaisseur *	6-10	durs	400 g	15%	70°
Concombres	non pelés, rondelles d'env. 1 cm d'épaisseur *	6-8	durs	400 g	15%	70°
Courgettes	non pelées, rondelles d'env. 8 mm d'épaisseur *	7-8	souples	400 g	15%	70°
Haricots verts	entiers *	6-10	cassants	400 g	15%	70°
Julienne de légumes	carottes, céleris, poireaux, choux-raves choux – coupés en filaments *	6-8	coriaces	300 g	10-15%	60°
Petits pois	entiers, cuits *	8-10	durs	400 g	25%	70°
Poireaux	coupés en deux dans la longueur, puis en morceaux de 6 à 8 cm de long *	6-10	cassants	500 g	20%	70°
Poivrons	en tranches d'env. 8 mm d'épaisseur *	8-10	souples	400 g	20%	70°
Tomates	pelées, partagées en deux, face plate en haut tranches * d'env. 6 mm d'épaisseur *	10-14 7-10	souples dures	400 g 300 g	15% 10%	70°

\* blanchir brièvement

Quoi, comment et combien: sécher tous les légumes à 70°,  
A l'exception des légumes pour soupes, seulement à 60°.

Les températures et temps de séchage indiqués sont des valeurs approximatives.  
Selon la grandeur des morceaux, les temps de séchage peuvent être nettement changés.



## Sécher les herbes aromatiques à 40° C

Herbes	Préparation	Temps de séchage en heures, env.	Etat des herbes sèches	Temp. degrés
Aneth, basilic, ciboulette, estragon, persil, romarin, sarriette, sauge	entières ou coupées; laver les herbes, les poser sur un morceau de gaze ou de cellulose et laisser sécher	3-7	cassantes	40°

Les temps de séchage indiqués sont des valeurs indicatives. Selon le genre d'herbes aromatiques, ce temps peut varier. Piler les herbes seulement peu de temps avant leur utilisation.



## Sécher les champignons à 50° C

Champignons	Préparation	Temps de séchage en heures	Etat des champignons secs	Temp. degrés
Toutes les sortes sauf chanterelles	nettoyer soigneusement, laisser les petits champignons entiers, couper les grands en tranches dans le sens de la longueur	2-6	coriaces	50°

Les temps de séchage indiqués sont des valeurs indicatives. Selon le genre et la taille des champignons ce temps peut varier.



## Cocktail aux fruits

### Ingrédients

3 c. à c.	dés d'ananas séchés
3 c. à c.	dés de fraises séchées
2 dl	jus d'ananas
40 ml	liqueur de noix de coco
20 ml	liqueur d'abricots
20 ml	Wodka au goût de framboise
2 dl	vin blanc fruité
2 dl	mousseux
2 feuilles	citron mélisse

### Préparation

Faire tremper les fruits dans le jus d'ananas pendant la nuit. Mettre le jus au frigidaire.

Parfumer les fruits avec les différentes liqueurs.

Ajouter et mettre au frais.

Finement hachés et ajoutés (selon désir)

## Suggestion

Ajouter le mousseux, juste avant de servir, afin qu'il pétille encore bien. Remplir les coupes et servir.



## Punch au vin rouge

### Ingrédients

7 dl	vin rouge
1	orange non traitée
Pelure de	2 pommes séchées
2 dl	de crème
2	bâtons de cannelle
2	morceaux d'anis étoilé
4	clous de girofle
4	grains de piment
4	grains de coriandre
80 gr.	sucre candi
60 – 80 cl	rhum

### Préparation

Verser dans une casserole, couper en tranches et ajouter au vin rouge.

Joindre également tous les épices au vin rouge et laisser lentement mijoter à petit feu. Le vin rouge ne doit pas être porté à ébullition. Après env. 10 min. faire passer le vin rouge à travers une passoire.

Ajouter le rhum au vin rouge chaud épicé et remplir 4 verres à grog.

## Suggestion

Essayez donc une fois avec Rosoli (liqueur à base de cerises séchées) ou bien avec du «Röteli de Coire».

## Soupe aux marrons

### Ingrédients

125 g marrons / châtaignes séchés

20 g beurre  
1 petit oignon haché

1/2 c. à c. d'épices pour pain d'épices  
2 dl de vin blanc  
3 dl bouillon

2.5 dl crème

### Préparation

Faire tremper pendant la nuit, et ôter ev. les petites peaux foncées

Faire chauffer dans une casserole ajouter l'oignon haché, faire étuver les marrons, jusqu'à ce qu'ils prennent une légère couleur.

Saupoudrer et mouiller avec le vin, réduire quelque peu. Ajouter le bouillon et laisser mijoter avec couvercle fermé, jusqu'à ce que les marrons soient cuits. Si nécessaire, rajouter du bouillon.

Quand les marrons sont bien tendres, retirer la casserole du feu et ajouter la crème. Réduire finement en purée dans le mixer. Ensuite, passer le tout au tamis.

Remplir les tasses à soupe et décorer avec la crème à demi-fouettée.

## Suggestion

Couper en petits dés, 4 marrons cuits et les caraméliser disposer dans les tasses à soupe et verser dessus la soupe préparée.

## Potage velours à la tomate et au basilic

### Ingrédients

2 c. à s. huile d'olive  
1 oignon coupé grossièrement  
1 gousse d'ail hachée

1/2 dl de vin rouge

1 boîte de, 400 g de tomates hachées

50 g tomates séchées, conservées dans l'huile

1 c. à c. d'herbes italiennes

3 dl Bouillon

1dl crème liquide

1 dl crème  
feuilles de basilic fraîches

### Préparation

Faire blondir les oignons et l'ail dans l'huile d'olive.

Mouiller avec le vin puis réduire quelque peu.

Ajouter les tomates hachées et marinées.

Réserver 1 tomate séchée, et la couper en fines lamelles.

Ajouter

Verser et laisser mijoter le tout à petit feu, sous couvercle fermé pendant env. 30-40 min.

Battre fermement la crème, hacher fin le basilic (ev. dans la presse à ail) mélanger à la crème, épicer avec peu de sel d'herbes.

Verser dans les assiettes à soupe, décorer avec la crème basilic et parsemer avec les fines lamelles de tomates réservées.

## Suggestion

On peut parfumer ce délicieux potage, avec du Gin, selon goût.



## Riz au lait avec poires

### Ingrédients

60 g	poires épluchées et séchées
8 – 10 dl	de lait
2 c. à s.	huile d'amandes
1 prise	de sel
3 c. à s.	purée d'amandes
250 g	riz à grains ronds

Sucre

Sucre cannelle

### Préparation

Laisser tremper dans le lait pendant la nuit.

Verser 8 dl de lait dans la casserole et faire chauffer.

Mettre tous les ingrédients dans le lait.

Verser le riz dans le lait légèrement bouillant, et sans cesser de bien remuer, porter à ébullition. Réduire la chaleur, laisser frémir à très petit feu, et laisser gonfler.

Le sucre ne doit être ajouté qu'à la fin de la cuisson, car sans cela, les grains de riz risquent de coller et le riz lui-même ne serait pas bien cuit.

Mettre sur la table, afin que chacun puisse sucrer son riz selon son goût.

Servir avec une compote de pomme ou autre compote.

### Suggestion

Avec ce riz au lait, une légère sauce au chocolat, s'accorde particulièrement bien.

## Pesto rouge avec pâtes

### Ingrédients

20	tomates séchées marinées dans l'huile
1 dl	huile d'olive
2	gousses d'ail
1 c. à s.	d'herbes italiennes
10	feuilles fraîches de basilic
2 c. à s.	de pignons
100 g	Sbrinz ou de Parmesan
1	morceau de piment
4 c. à s.	d'eau
3 c. à s.	de purée de tomates concentrée
500 g	spaghettis

### Préparation

Remplir le cutter avec tous les ingrédients et réduire le tout en une fine purée.

Faire cuire comme d'habitude et mélanger avec le Pesto rouge

### Suggestion

Cette préparation peut-être affinée avec de la crème.

## Filet royal de cabillaud avec rondelles de pommes

### Ingrédients

12 rondelles de pommes séchées  
100 ml d'eau  
100 ml de vin blanc

1/2 poivron rouge  
1/2 poivron vert

1 oignon, petit  
2 c. à s. d'huile d'olive

1 dl sauce tomate épaisse  
sel aux herbes, poivre

600 g filets de cabillaud royal  
sel et poivre  
farine

3 c. à s. d'huile

### Préparation

Tremper dans le mélange tiède «eau et vin» env. 1 heure.

Couper en fines lamelles.

Haché fin.  
Faire revenir l'oignon dans une casserole, ajouter les poivrons rouges et verts et laisser mijoter. Ajouter les rondelles de pommes ramollies et continuer la cuisson. Mouiller avec le mélange «eau-vin blanc».

Joindre la sauce tomate et laisser encore cuire 10 min. env.  
Epicer selon goût. Garder la sauce au chaud.

4 filets à env. 150 gr.  
Epicer  
Tourner les poissons dans la farine.

Chauffer l'huile et faire rôtir les filets des deux côtés, env. 2 min. Pour finir la cuisson, ajouter ev. un morceau de beurre frais.

### Suggestion

Dresser le poisson sur l'assiette et napper avec la sauce des poivrons puis, garnir le poisson avec 3 rondelles de pommes, p. e. en forme d'éventail. Servir avec du riz ou des pommes de terre vapeur.



## Risotto aux cèpes avec asperges vertes

### Ingrédients

25 g cèpes, séchés

20 g beurre  
1 oignon, haché

400 g riz pour risotto (Arbario ou Vialone)  
2 dl vin blanc, sec

8 – 10 dl bouillon

400 g asperges vertes  
40 g de beurre  
50 g parmesan fraîchement râpé  
1 dl crème, liquide

### Préparation

Mettre les cèpes dans un petit plat creux et juste les couvrir d'eau. Laisser tremper env. 20 min

Faire blondir les oignons dans le beurre.

Ajouter le riz et vite le mélanger au beurre mouiller avec le vin, ajouter les cèpes au risotto verser le bouillon, laisser frémir à petit feu env. 30 min.

Couper généreusement, le bout terreux des asperges, puis couper le bout tendre en petits morceaux, et les faire cuire env. 20 min à plein feu dans le Steamer de Stöckli, jusqu'à ce qu'ils soient croquants.

Quand le risotto est cuit au 2/3, ajouter les asperges et finir la cuisson.

Ajouter le beurre, le parmesan et la crème au risotto. Epicer avec du poivre fraîchement moulu et si nécessaire, ajouter du bouillon. Point de vue consistance, le risotto doit être légèrement liquide et velouté, car il est ainsi, simplement meilleur.

### Suggestion

Garder quelques morceaux d'asperges, les passer dans le beurre et les disposer sur le risotto préparé. Pour finir parsemer de parmesan râpé.

Si la mode est aux mets légers, on n'en apprécie pas moins de temps à autre un délicieux risotto !



## Galettes aux pommes de terre

### Ingrédients

1 kg de pommes de terre  
sel, muscade, poivre  
50 g de fromage râpé  
20 g mélange d'herbes  
2 – 3 oeufs  
20 g farine  
beurre

### Préparation

Cuire les pommes de terre et passez-les en purée  
Epicer  
Ajouter le tout aux pommes de terre et bien mélanger  
  
Former des petites galettes plates avec la masse de pommes de terre et faites-les dorer des deux côtés dans la poêle.

## Suggestion

Les petites galettes peuvent être complétées par des petits dés de légumes blanchis ou par des champignons.

Ces galettes aux pommes de terre peuvent être présentées avec une salade garnie. Ils s'accordent aussi parfaitement aux mets de viande.

## Spätzlis à l'ail d'ours

### Ingrédients

400 g farine blanche ou farine spéciale pour spätzlis  
2 c. à s. d'ail d'ours, séché  
sel, muscade, poivre  
4 oeufs  
2.5 dl lait  
  
4 lt. eau salée (comme pour les pâtes)

### Préparation

Mettre dans un récipient  
  
Joindre l'ail d'ours séché et épicer  
  
Ajouter le lait avec les oeufs à la farine épicée, et travailler la pâte à la main, jusqu'à ce qu'elle présente des bulles d'air. Travaillez bien ce mélange jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Laisser reposer la pâte env. 1 heure afin que la farine puisse suffisamment gonfler  
  
Faire chauffer l'eau salée. Presse la pâte par la passoire à spätzlis, dans l'eau salée. Faire cuire jusqu'à ce que les spätzlis nagent à la surface, puis les sortir du récipient avec l'écumoire.  
  
Les spätzlis peuvent être affinés avec du beurre, et légèrement épicés avec sel et muscade, puis servis aussitôt. Ou bien, si l'on désire les consommer plus tard, les passer rapidement sous l'eau froide. Ensuite, les laisser bien égoutter et les conserver au frigidaire. Les spätzlis frais doivent de préférence, être immédiatement consommés.

## Suggestion

Faites dorer les «spätzlis» dans du beurre chaud.

## Salade de viande de boeuf avec haricots séchés

### Ingrédients

1.2 lt	bouillon
1	carotte
1	poireau
1	oignon
2	feuilles de laurier
4	clous de girofle
500 g	viande de boeuf maigre
1	oignon coupé en gros morceaux
1	gousse d'ail
2 c. à c.	d'huile de colza
50 g	de haricots séchés
1 dl	de bouillon de viande
100 g	Echalottes, finement hachées Persil haché ciboulette coupée cerfeuil haché
1 c. à c.	moutarde de Dijon
1 dl	huile de colza jus d'un citron

### Préparation

Faire chauffer le bouillon, joindre les légumes.

Piquer l'oignon de feuilles de laurier et de clous de girofle.

Au premier bouillonnement, ajouter la viande dans le liquide frémissant et laisser mijoter légèrement (pas cuire) durant env. 1 h. Pendant la cuisson, dégraissez régulièrement le bouillon. Puis laisser refroidir.

Ajouter les haricots trempés et égouttés et le bouillon, puis laisser reposer sous couvercle fermé. Si besoin, verser encore un peu de bouillon.

Lorsque les haricots sont presque cuits, enlever le couvercle et faire réduire presque entièrement le liquide. Couper la viande en fines lamelles et joindre les haricots. Laisser reposer brièvement la viande encore tiède dans une vinaigrette, composée de jus de citron, sel d'herbes, persil et huile de colza.

Faire une vinaigrette, avec tous les ingrédients.

### Suggestion

Cette salade de viande est à servir avec de la salade verte, et accompagnée de baguette fraîche.

## Choucroute avec ananas

### Ingrédients

20 g	petits dés d'ananas séchés
200 ml	de jus d'ananas
20 g	beurre
1 petit	oignon haché
450 g	choucroute, crue jus d'ananas avec petits dés mousseux
2 dl	feuille de laurier
1	baies de genévrier
5	baies de genévrier
3 c. à s.	miel
1 c. à c.	sel d'herbes
2 c. à c.	Maizena
2 c. à s.	eau

### Préparation

Mettre à tremper env. 1 heure, dans le jus.

Faire chauffer le beurre dans une casserole, et y faire suer l'oignon.

Ajouter la choucroute et étuver rapidement, puis mouiller avec le jus et le mousseux. Assaisonner avec sel, condiments et miel.

Diluer et ajouter à la choucroute, bien remuer.

Laisser mijoter doucement env. 30 à 40 min.

### Suggestion

Déposer sur la choucroute un morceau de lard ou de fumé, et faire cuire en même temps, ce qui donne un très bon goût. Servir avec pommes de terre vapeur.

## Filet de porc avec pruneaux séchés

### Ingrédients

12 morceaux de filet de porc, épais de 3 cm env.

6 pruneaux séchés

12 fines tranches de lard

Huile

### Préparation

Avec un couteau, faire une ouverture au milieu de chaque filet.

Disposer 1/2 pruneau au cœur de chaque morceau de filet.

Enrouler les morceaux avec le lard et fixer avec un petit cure-dent en bois.

Chauffer dans une poêle et faire revenir rapidement la viande de part et d'autre. Mettre au four, à 80° environ 10 min.

Une bonne sauce à la crème accompagne parfaitement cette viande.

### Suggestion

Vive l'été et les grillades en plein air ! Préparer le filet de porc sur le grill, et servir avec une salade panachée.

## Ragoût de mouton aux abricots et sauce curry

### Ingrédients

3 c. à s. huile  
500 g ragoût de mouton  
condiment pour viande

1 oignon, haché

1 bâtonnet de citronnelle  
1 petit morceau gingembre

2 feuilles de Cumbava (Kafir lime)  
1 piment  
1 c. à s. curry très fort  
1 c. à s. curry doux  
1 c. à c. cannelle

400 ml de lait de coco

2 dl bouillon de viande

150 g d'abricots séchés  
3 c. à s. de raisins secs

### Préparation

Chauffer dans la poêle, éponger la viande, l'épicer et la faire revenir rapidement

Ajouter, étuver jusqu'à transparence.

Couper en petits morceaux et ajouter. Enlever la partie brune avec un couteau hacher finement.

Ajouter  
Couper menu et joindre au reste

Assaisonner avec les épices.

Mouiller avec le lait de noix de coco.

Mélanger et laisser cuire le tout à petit feu pendant env. 50 min. Contrôler l'assaisonnement. Retirer les morceaux de viande de la sauce et réduire celle-ci en purée. Puis, la passer au tamis, afin d'éliminer les petites fibres.

couper en petits dés et ajouter les fruits, laisser mijoter le tout encore pendant 10 min env.

### Suggestion

L'accompagnement classique de ce plat de viande est le riz parfumé ou Basmati.





## Escalopes de poulet farcies de fruits et de Mascarpone

### Ingrédients

1 c. à s.	beurre
1 c. à s.	pignons
1/2	pomme épluchée
1 c. à s.	raisins secs
2	figes séchées
2 c. à s.	Mascarpone

### Escalopes de poulet

4 grandes	escalopes de poulet
	Fil à viande pour attacher, grande aiguille
	Mélange de condiments pour volaille
	Huile

### Sauce au curry pour 8 personnes

2 c. à s.	huile
1	oignon
1	pomme
1 petite	carotte
1	banane
1	piment
1 petit morceau	gingembre
1/2 bâtonnet	citronnelle
3–4 c. à s.	de curry (selon goût)
500 ml	lait de coco
500 ml	bouillon de volaille
	Sel aux herbes
	Poivre
2 dl	crème

### Préparation

Faire fondre dans la poêle. Ajouter, laisser prendre couleur, couper en tout petits dés, joindre et poursuivre la cuisson.

Ajouter

Retirer la casserole du feu et laisser le tout un peu refroidir. Incorporer le Mascarpone, mélanger, Épicer avec du sel aux herbes et du poivre.

Fendre une grande poche, en travers de l'escalope. Remplir avec la farce. Recoudre la poche sans faire de nœud au début et à la fin, afin que le fil puisse après la cuisson être facilement retiré.

Épicer les escalopes. Chauffer dans une braisière et faire rôtir les escalopes. Ranger dans un plat à feu. Verser sur la viande, la sauce au curry et laisser mijoter au four, env. 150° C – 170° C, pendant 20 min.

Faire fondre dans une casserole. Couper grossièrement tous les légumes et les épices et les faire revenir dans la graisse.

Verser sur les légumes, bien mélanger, mouiller avec le lait de noix de coco et le bouillon de volaille, épicer et laisser cuire 30 min, jusqu'à ce que les légumes soient cuits. Mixer et passer à travers une passoire.

Affiner en ajoutant la crème

## Fricadelles de viande hachée avec cèpes

### Ingrédients

750 g	mélange de viande hachée
p. ex.	1/3 bœuf + 2/3 porc
300 g	chair à saucisses
20 g	bolets, séchés
	Condiment pour viande
2 c. à s.	huile
1	oignon haché
2	gousses d'ail écrasées
2	oeufs
1 c. à s.	moutarde de Dijon (forte)
200 g	vieux pain sec

### Préparation

Mélanger viande hachée et la chair à saucisses.

Tremper env. 15 min. Hacher finement les bolets et les mélanger à la masse.

Épicer.

Faire chauffer, y faire revenir l'oignon, et mélanger à la masse. Ajouter également ail, œufs et moutarde.

Mettre à tremper env. 10 min dans du bouillon de viande, essorer et ajouter à la masse.

Bien pétrir cette masse à la main ou à la machine et partager en 12 petits tas semblables. Former des fricadelles rondes et plates et les frire dans la poêle.

## Suggestion

Les steaks hachés se laissent difficilement rôtir directement sur le grill. Petit «tuyau»: Placer les fricadelles d'abord dans le Steamer Stöckli, et les faire cuire env. 15 min au plus haut niveau. Ainsi les steaks hachés peuvent être préparés de manière optimale pour être grillés.

## Doux rêve d'abricots

### Ingrédients

50 g	d'abricots séchés
40 ml	liqueur d'abricot
1 paquet	sucre vanillé
2	yogourts à l'abricot (180 g)
125 g	séré à l'abricot
1 dl	jus d'orange et zeste
3 filets	jus de citron
100 g	sucre
1 prise	vanille Bourbon
6	feuilles de gélatine
250 ml	crème, fouettée

### Sauce de fruits

4 c. à s. de	marmelade d'abricots
4 c. à s.	d'eau
1 dl	vin doux
8	abricots en petits dés
1 prise	vanille Bourbon
2 c. à s.	sucre
40 ml	liqueur d'abricots

### Préparation

Couper en petits dés et laisser mariner avec liqueur et sucre vanillé

Mettre yogourts et séré dans un récipient, bien mélanger

Faire chauffer dans une petite casserole, jus, épices et sucre puis légèrement réduire. ajouter les morceaux d'abricots marinés et réchauffer rapidement.

Tremper dans de l'eau froide env. 10 – 15 min. Ensuite, dissoudre dans le jus sucré. Laisser refroidir le jus et le mélanger à la masse de yogourts séré.

Incorporer délicatement à la préparation, remplir les petits moules.

Faire refroidir la masse au frigidaire jusqu'à ce qu'elle ne soit plus liquide (au moins 4 h.) Démouler sur les assiettes et décorer avec la sauce de fruits, la crème et la menthe.

Mettre tous les ingrédients dans un récipient et les faire cuire. Laisser refroidir la sauce et conserver à température ambiante. (seulement si immédiatement consommés)

La liqueur ne doit être ajoutée, qu'après refroidissement de la sauce

## Suggestion

On peut préparer ce dessert avec d'autres fruits et des yogourts d'arômes différents, p. ex. avec des fraises.



## Gâteau aux griottes

### Ingrédients

200 g	beurre
250 g	sucre
1 prise	sel
1 prise	Bourbon Vanille
3 c. à s.	purée d'amandes (Rapunzel)
2 c. à s.	huile d'amandes
1 paquet	zeste de citron (p.ex.Oetker)
500 g	de farine
1	paquet de levure
1 dl	lait
150 g	griottes séchées

### Préparation

Mettre le beurre dans un récipient, le malaxer pour le rendre mou et mousseux

Ajouter et remuer jusqu'à ce qu'il soit dissous

Joindre le tout à la préparation et remuer rapidement

Passer au tamis et ajouter à la masse de beurre, bien mélanger

Ajouter, remuer rapidement

Incorporer soigneusement à la pâte

Remplir un moule à kugelhof beurré et enfourner à 170°C – 175°C pendant env. 55 – 60 min.

## Suggestion

Les griottes peuvent être remplacées par des canneberges, des cerises séchées ou des abricots

## Divine tarte aux cerises amarettis

### Ingrédients

140 g	beurre
200 g	biscuits à la cuillère
100 g	amarettis
20 cl	Amaretto
	moule à tarte papier ingraissable cercle de serrage
6	feuilles de gélatine
2	yogourts cerise (180 g)
200 g	fromage frais (p. ex. Philadelphia)
100 g	sucre
100 g	cerises séchées (vapeur)
2 dl	crème
2 dl	crème
1 paquet	raffermisser pour crème fouettée

### Préparation

Ramollir dans une casserole ou au four à Micro-ondes (100 Watt)

Moudre finement biscuits et amarettis, mélanger au beurre liquide et à la liqueur.

Garnir le moule à tarte de papier.

Régler sur 22-24 cm, répartir la masse et bien la presser.

Mettre 15 min dans de l'eau froide, presser et dissoudre dans un récipient avec 1 c. à s. d'eau.

Mélanger tous les ingrédients, afin de les rendre crémeux. Mettre une petite quantité dans la gélatine, bien mélanger et rajouter à la masse.

Couper en quatre et ajouter à la préparation.

Battre en neige ferme et incorporer délicatement.

Verser la masse de yogurt dans le moule et la laisser se solidifier au frigidaire env. 4 heures.

Battre en neige ferme, et décorer la tarte selon préférence.



## Pain aux fruits

### Ingrédients

150 g	abricots séchés
150 g	prunes séchées
120 g	bananes séchées
140 g	sucre brut
1 c. à s.	cannelle
1/2 c. à s.	cardamome
1 prise	piment
50 ml	sirop d'érable
7 – 8 dl	eau
40 g	levure (1cube)
1 kg	farine de paysan
1 c. à s.	sel
150 g	noix hachées

### Préparation

Couper le tout en petits dés

Faire cuire le sucre, les épices, le sirop et l'eau, avec les fruits séchés coupés, puis laisser refroidir.

Dissoudre dans l'eau des fruits refroidie.

Verser dans le bol mélangeur.

Ajouter, sel et noix, y joindre l'eau des fruits, puis pétrir le tout dans la machine. La pâte doit être visqueuse et humide Maintenez-la dans un endroit tempéré pendant 3 – 4 heures env., jusqu'à ce qu'elle ait triplé de volume. Mettez-la dans les moules à cake beurrés. Faites lever une seconde fois jusqu'à ce que les moules soient presque remplis. Faire cuire.

Cuisson: 45 – 50 minutes  
CS/CI: 190° C  
Air chaud: 180° C

Après la cuisson, démoulez aussitôt.

## Suggestion

Ce pain accompagne particulièrement bien le fromage



## Sel aux herbes

### Ingrédients

1 poireau  
2 carottes  
1 oignon  
1 céleri (petit)  
2 gousses d'ail

20 g cerfeuil  
20 g marjolaine  
20 g livèche  
40 g persil  
500 g sel

### Préparation

Couper en petites rondelles.  
Couper en quatre, puis en fines lamelles.  
Couper en rondelles.  
Couper en lamelles fines.  
Couper très fin.

Sécher tous les légumes à 50 – 60°. Il est recommandé de déposer les diverses sortes de légumes, sur de différentes grilles, étant donné qu'elles nécessitent des temps de séchage différents.

Laisser sécher toutes les herbes avec max. 40° C.  
temps de séchage environ 5 h.

Mettre le sel, les légumes séchées, les herbes, dans un cutter. Moudre le tout très finement  
Remplir ce sel aux herbes dans des bocaux.

## Suggestion

Le sel aux herbes sert à de multiples usages. Lorsque celui-ci est fait maison, il est d'autant plus aromatique

## Poudre de champignons

### Ingrédients

400 g champignons blancs  
400 g champignons bruns  
100 g bolets

### Préparation

Couper tous les champignons en fines lamelles et laisser sécher vraiment coriaces.

Ensuite, mouder le tout dans le cutter.

L'arôme est très intensif, fort et délicat.

## Suggestion

L'utilisation de poudre de champignons pour épicer risottos, fricadelles de viande et sauces, est fantastique!

## Indice

Tema	Prodotti essiccati	Ricette	Pag.
Essiccazione in generale			74
Ritratto			76
Tabella essiccazione			78
Bibite			
Frutta	Frutta	Bowle con frutta	80
		Punch di vino rosso	81
Zuppe			
	Verdure	Zuppa di marroni	82
	Verdure	Vellutata di pomodori con pomodori essiccati	83
Vegetali e pesce			
	Frutta	Riso al latte con pere	84
	Verdure	Pesto rosso	85
	Verdure	Filetto di merluzzo royale con rondelle di mele	86
	Funghi	Risotto ai porcini con asparagi verdi	87
	Erbe aromatiche	Tortina di patate	88
	Erbe aromatiche	Spätzli all'aglio orsino	89
Piatti principali			
	Verdure	Insalata di carne di manzo con fagiolini essiccati	90
	Verdure	Crauti con ananas	91
	Frutta	Filetto di maiale con prugne essiccate	92
	Frutta	Ragù d'agnello con salsa raffinata al curry e albicocche	93
	Frutta	Petto di pollo farcito con mascarpone e frutta	94
	Funghi	Bistecca di carne macinata con porcini	95
Dessert e torte			
	Frutta	Un dolce sogno alle albicocche	96
	Frutta	Torta alle amarene	97
	Frutta	Torta celestiale alle ciliegie e agli amaretti	98
	Frutta	Pane alla frutta	99
Ingredienti			
	Erbe aromatiche	Sale alle erbe aromatiche	100
	Funghi	Funghi in polvere	101

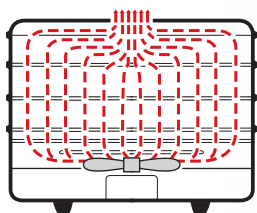


## Gustoso, sano e conveniente

Essiccare è il modo più naturale e semplice per conservare a lungo frutta, verdura, funghi ed erbe. I prodotti essiccati mantengono il loro elevato valore nutritivo, quindi sono molto gustosi e sani. Oltretutto le provviste essiccate sono una conveniente alternativa alle conserve e ai cibi surgelati di alto consumo energetico. Grazie a «dörrex» è ora possibile trattare gli alimenti freschi nella loro stagione di produzione.

### Essiccare in modo delicato ed uniforme

La regolazione continua della temperatura consente un trattamento delicato. Inoltre la circolazione attiva dell'aria calda garantisce un'essiccazione assolutamente uniforme. Le preziose sostanze nutritive rimangono così inalterate nei prodotti essiccati.



Circolazione attiva dell'aria calda  
Il segreto per una perfetta  
essiccazione

## I vari metodi di preparazione e tutto ciò che il mercato alimentare è in grado di offrire...



Mariann Münzberg  
Cuoca amatoriale per passione

Le ricette per l'essiccazione che trovate in questo libro sono state create dalla collaboratrice della Stöckli Mariann Münzberg appositamente per voi. Nonostante non lavori più come cuoca, cucinare e intrattenere gli ospiti continuano a fare parte del suo hobby preferito. E come se ciò non bastasse, la creazione di nuove ricette che un giorno desidera pubblicare in un libro da cucina.

Cucinare è una tradizione di famiglia. Già i genitori possedevano un ristorante a Mühlehorn, sul delizioso lago di Walen. Era quindi più che naturale che la figlia facesse un apprendistato come cuoca. L'esame per il conseguimento del certificato di capacità e la fondazione e gestione di un «Club degli uomini ai fornelli», come anche il lavoro come gerente sono state altre tappe caratterizzanti. Il suo ricco bagaglio di esperienze è stato perfezionato dalla sua attività nella cucina sperimentale dell'Electrolux.

Un'eccellente occasione per mettere alla prova il suo profondo sapere si è presentata con il lancio della nuova generazione dörrex. Si era alla ricerca di ricette leggere e gustose. La sua filosofia culinaria – l'impiego soprattutto di prodotti biologici e di alimenti freschi di stagione – ha sposato al meglio l'idea. Il risultato è una goduria per «occhi e palato». Giudicate voi stessi e provatele. Il sapore genuino, intenso, naturale e fresco vi lascerà di stucco.



## Tabella relativa all'essiccazione

### La frutta essicca a 70° C

Frutta	Preparazione	Tempo di essiccazione in ore circa	Stato frutta essiccata	Quantitativo per griglia circa	Quantitativo approssimativo in % del peso fresco	Gradi temp.
Mele	spicchi ca. 15 mm di spessore fette ca. 8 mm di spessore	6-10 6-8	molto flessibile	600 g	10-15%	70°
Albicocche	dimezzare, taglio verso l'alto	10-18	flessibile	500 g	20%	70°
Ananas	sbucciare, fette di circa 8 mm di spessore	10-12	flessibile	500 g	25-30%	70°
Banane	sbucciare, dimezzare, dividere in quattro	8-12 6-10	flessibile	600 g	20-25%	70°
Ciliegie	interi o snocciolate	10-18	coriaceo	500 g	20-25%	70°
Fichi	dimezzare, taglio verso l'alto	10-12	secco	600 g	20%	50°
Fragole	dimezzate o intere	9-15	flessibile	250 g 500 g	20%	70°
Pere	dividere in due, taglio verso l'alto fette di circa 8 mm di spessore	15-30 6-10	flessibile flessibile	600 g 500 g	25-30%	70°
Prugne/Susine	dimezzare, taglio verso l'alto	10-18	flessibile	500 g	20%	70°
Uva	dimezzare, taglio verso l'alto	12-15	molto flessibile	500 g	20%	70°

Cosa, come, quanto: tutta la frutta essicca a 70° C, togliere torsoli, gambi e noccioli (eccetto per le ciliegie). Per impedire che la frutta diventi marrone, cospargere con succo di limone prima di essiccare.

Le temperature indicate e i tempi di essiccazione sono valori indicativi. Secondo la dimensione dei pezzi e il contenuto d'umidità della frutta, i tempi d'essiccazione possono notevolmente variare.



## La verdura essicca a 70° C

Verdura	Preparazione	Tempo di essiccazione in ore circa	Stato verdura essiccata	Quantitativo per griglia circa	Quantitativo approssimativo in % del peso fresco	Gradi temp.
Carote	sbuciarle, fettine di ca. 8 mm di spessore *	6-8	duro	400 g	15%	70°
Cetrioli	non sbuciarli, fettine di ca. 1 cm di spessore *	6-8	duro	400 g	15%	70°
Fagiolini	scottati interi *	6-10	fragile	400 g	15%	70°
Peperoni/ Paprica	tagliare a strisce, larghe, circa 8 mm *	8-10	flessibile	400 g	20%	70°
Piselli	sbuciarli, scottarli brevemente *	8-10	duro	400 g	25%	70°
Pomodori	dimezzare, taglio verso l'alto * fettine circa 6 mm di spessore *	10-14 7-10	flessibile duro	400 g 300 g	15% 10%	70°
Porri	dimezzare, tagliare pezzi lunghi 6-8 cm *	6-10	fragile	500 g	20%	70°
Sedano rapa	sbucciare, fettine di circa 8 mm di spessore *	6-10	duro	400 g	15%	70°
Verdura per brodo	carote, sedano, porro, cavolo, rapa, cavolo. Tagliare a strisce, sottili, scottare *	6-8	coriaceo	300 g	10-15%	60°
Zucchini	non sbucciare, fettine circa 8 mm di spessore *	7-8	flessibile	400 g	15%	70°

\* scottare brevemente

Cosa, come, quanto: tutta la verdura essicca a 70° C, eccetto le verdure per la zuppa a 60° C.

Le temperature indicate e i tempi di essiccazione sono valori indicativi. Secondo la dimensione dei pezzi, i tempi d'essiccazione possono notevolmente variare.



## Le erbe aromatiche essicano a 40° C

Erba	Preparazione	Tempo di essiccazione in ore	Stato essiccato	Gradi temp.
Aneto, basilico, dragoncello, erba cipollina, prezzemolo, rosmarino, salvia, santoreggia	essiccare intere o tagliate, lavare, porre su garza o cellulosa ad asciugare	3-7	friabile	40°

I tempi di essiccazione indicati sono valori indicativi. Secondo il tipo d'erba aromatica i tempi possono variare. Sminuzzare le erbe poco prima dell'utilizzo.



## I funghi essicano a 50° C

Funghi	Preparazione	Tempo di essiccazione	Stato essiccato	Gradi temp.
Ogni tipo (ad eccezione dei chiodini)	Pulire bene, non tagliare i funghi piccoli, tagliare quelli grossi a fettine nel senso della lunghezza	2-6	coriaceo	50°

I tempi di essiccazione indicati sono valori indicativi. Secondo il tipo di fungo e la dimensione dei pezzi, i tempi possono variare.





## Bowle con frutta

### Ingredienti

3 c	dadini d'ananas essiccati
3 c	dadini di fragola essiccati
2 dl	succo d'ananas
40 ml	liquore alla noce di cocco
20 ml	liquore all'albicocca
20 ml	Vodka al gusto di lampone
2 dl	vino bianco fruttato
2 dl	spumante
2 foglie	melissa

### Preparazione

mettere a mollo la frutta, durante la notte, nel succo d'ananas. Mettere in frigo il succo

profumare la frutta con i diversi liquori

versare e mettere in fresco

tritare e aggiungere (a piacimento)

## Suggerimento

Aggiungere lo spumante immediatamente prima di servire, quando ancora spumeggia. Versare il bowle in coppe da spumante e servire.



## Punch di vino rosso

### Ingredienti

7 dl	vino rosso
1	arancia, non trattata
di 2 mele	le bucce essiccate
2 dl	panna
2 stecche	cannella
2 pz	anice stellato
4 pz	chiodi di garofano
4 pz	grani di pimento
4 pz	coriandolo
80 g	zucchero candito
60 – 80 cl	Rum

### Preparazione

versare in una pentola

tagliare a fette e aggiungere al vino rosso

aggiungere tutte le spezie al vino rosso e lasciare tirare lentamente a fuoco lento. Il vino rosso non deve bollire. Dopo circa 10 min. passare al setaccio il vino rosso

aggiungere il Rum al vino rosso speziato e versare in quattro bicchieri da grog

## Suggerimento

Provatelo anche con Rosolio (liquore da ciliegie essiccate) o col «Röteli» di Coira.

## Zuppa di marroni

Ingredienti		Preparazione
125 g	marroni / castagne essiccate	mettere a mollo durante la notte, ev. togliere la pellicina scura
20 g	burro	scaldare nella pentola
1 piccola	cipolla tritata	aggiungere, farla imbiandire, unire i marroni e farli soffriggere finché abbiano raggiunto un leggero colore.
1/2 c	spezie per panpepato	cospargere
2 dl	vino bianco	bagnare e ridurre un po'
3 dl	brodo	aggiungere e lasciare cuocere lentamente col coperchio finché i marroni siano ben cotti. In caso di necessità aggiungere un po' di brodo.
2.5 dl	panna	Quando i marroni si spezzano, togliere la pentola dal fornello e aggiungere la panna. Ridurre in purea finissima nel mixer. Alla fine passare al setaccio. Versare in scodelle da zuppa e decorare con panna mezza montata.

### Suggerimento

Tagliare 4 marroni cotti a dadini e caramellare, dividerli nelle scodelle da zuppa e versarvi sopra la zuppa.

## Vellutata di pomodori con panna al basilico

Ingredienti		Preparazione
2 C	olio d'oliva	imbiandire cipolla e aglio nell'olio d'oliva
1	cipolla, tagliata grossolanamente	
1 spicchio	aglio tritato	
1/2 dl	vino rosso	bagnare con vino rosso e ridurre un po'
1 scatola, 400 g	pomodori tritati	aggiungere i pomodori tritati e quelli sott'olio, metterne da parte uno e tagliarlo a strisciole. Esse saranno utilizzate per la guarnizione.
50 g	pomodori secchi sott'olio	
1 c	erbe aromatiche italiane	unire
3 dl	brodo	aggiungere e far tirare a fuoco lento con coperchio. Circa 30-40 min.
1 dl	panna liquida	ridurre la zuppa in purea finissima e renderla più saporita con la panna. Aggiungere eventualmente del brodo e condire a piacimento
1 dl	panna foglie di basilico fresco	montare bene premerle attraverso lo spremiaglio e aggiungerle mescolandole alla panna montata, condire con poco sale alle erbe  mettere la zuppa nei piatti, decorare con la panna al basilico e distribuire sopra le strisciole di pomodoro sott'olio, messe da parte.

### Suggerimento

Questa zuppa raffinata può essere anche profumata con del Gin.



## Riso al latte con pere

### Ingredienti

60 g	pere, pelate ed essiccate
8 – 10 dl	latte
2 C	olio di mandorle
1 presa	sale
3 C	passato di mandorle
250 g	riso per la cottura nel latte

Zucchero

Zucchero e cannella

### Preparazione

mettere a mollo nel latte, durante la notte  
 mettere 8 dl di latte nella pentola e riscaldare  
 unire aromi e sale

mettere il riso nel latte in leggera ebollizione e portare ad ebollizione. Mescolare bene. Dopo l'ebollizione, ridurre a fuoco lento e lasciar gonfiare.

si dovrebbe aggiungere a fine cottura, altrimenti i chicchi di riso s'incollano e il riso non riesce a cuocere.

Mettere in tavola in modo che ognuno possa zuccherare a piacimento

servire con composta di mele

### Suggerimento

A questo riso si adatta magnificamente una leggera salsa al cioccolato.

## Pesto rosso con pasta

### Ingredienti

20	pomodori essiccati, messi sott'olio
1 dl	olio d'oliva
2 spicchi	aglio
1 C	erbe aromatiche italiane
10 foglie	basilico fresco
2 C	pinoli
100 g	Sbrinz o Parmigiano
1 pz	peperoncino rosso
4 C	acqua
3 C	concentrato di pomodoro
500 g	spaghetti

### Preparazione

mettere tutti gli ingredienti nel Cutter e macinarli fino a ridurli in un fine passato

cuocerli come d'abitudine e mescolarli col pesto rosso. Quantità a piacimento.

### Suggerimento

Può essere reso ancor più delizioso con l'aggiunta di panna.

## Filetto di merluzzo royale con rondelle di mele

### Ingredienti

12	rondelle di mele essiccate
100 ml	acqua
100 ml	vino bianco
1/2	peperone rosso
1/2	peperone verde
1	piccola cipolla
2 C	olio d'oliva
1 dl	salsa di pomodoro addensata sale alle erbe, pepe
600 g	filetti di merluzzo royale sale e pepe farina
3 C	olio

### Preparazione

mettere per 1 ora in «acqua e vino bianco» tiepida

tagliare in striscioline

tritare finemente  
scaldare in padella e far saltare la cipolla, aggiungere saltando assieme anche il peperone verde e rosso. Unire le rondelle di mele ammollate. Bagnare il miscuglio con «acqua e vino bianco».

aggiungere e cuocere per circa 10 min.  
Condire a piacimento. Mettere in caldo la salsa.

4 filetti da 150 grammi circa  
condire  
infarinare il pesce

scaldare l'olio e arrostitire il pesce da entrambe le parti per circa 2 min. Eventualmente, alla fine aggiungere un pezzetto di burro fresco per terminare di arrostitire.

### Suggerimento

Disporre il pesce sul piatto. Cospargervi sopra la salsa al peperone e infine guarnire ogni porzione di pesce con tre rondelle di mele disposte a ventaglio. Servire con riso o patate lesse.



## Risotto ai porcini con asparagi verdi

### Ingredienti

25 g	porcini essiccati
20 g	burro
1	cipolla tritata
400 g	riso per risotto (Arborio o Vialone)
2 dl	vino bianco secco
8 – 10 dl	brodo
400 g	asparagi verdi
40 g	burro fresco
50 g	Parmigiano, grattugiato fresco
1 dl	panna liquida

### Preparazione

metterli in una piccola scodella e ricoprirli d'acqua appena sufficiente – lasciarli a mollo per circa 30 min.

imbiondire la cipolla nel burro

aggiungere e girare brevemente nel burro e cipolla bagnare col vino  
aggiungere i porcini al risotto  
versare, portare ad ebollizione e lasciare tirare il tutto a fuoco lento per circa 30 min.

tagliar via abbondantemente la parte finale legnosa degli asparagi, poi tagliarli a pezzetti e cuocerli preliminarmente nello «Stöckli Steamer» a livello massimo per circa 20 min. finché siano croccanti.

Cuocere il risotto per  $\frac{2}{3}$ , unire gli asparagi e terminare la cottura

Mescolare burro, Parmigiano e panna al risotto pronto. Condire con pepe macinato fresco. Aggiungere eventualmente del brodo. Se il risotto dovesse risultare, per quanto concerne la consistenza, piuttosto mantecato e leggermente liquido, il suo sapore sarà ancor più squisito.

### Suggerimento

Tenere da parte alcuni pezzetti d'asparagi, passarli brevemente nel burro e distribuirli poi sul risotto già versato nel piatto. Spargervi sopra del parmigiano grattugiato fresco.

Purtroppo non adatto per mantenere la linea, ma per questo risotto vale la pena commettere un peccato di gola.



## Tortina di patate

### Ingredienti

1 kg	patate
	sale, noce moscata, pepe
50 g	formaggio grattugiato
20 g	miscela d'erbe aromatiche
2 – 3	uova
20 g	farina
	burro, sciolto

### Preparazione

cuocere le patate e ridurli a purea (schiacciapatate)

condire

unire il tutto alle patate, mescolando bene

formare una tortina rotonda, piatta con la massa di patate e arrostire in padella, da entrambe le parti, nel burro caldo.

## Suggerimento

Nelle tortine si possono aggiungere dei piccoli dadini di verdura sbollentati o dei funghi.

La tortina di patate si può servire con un'insalata mista. È pure adatta per accompagnare i piatti a base di carne.

## Spätzli all'aglio orsino

### Ingredienti

400 g	farina bianca oppure farina per gnocchetti
2 EC	aglio orsino essiccato sale, noce moscata, pepe
4	unire
2.5 dl	latte
4 lt.	acqua salata (come per la pasta)

### Preparazione

mettere in una scodella per impastare

unire  
aromatizzare

aggiungere alla farina aromatizzata il latte con le uova e sbattere l'impasto a mano finché si formino delle bolle. L'impasto deve risultare denso. Lasciare riposare l'impasto per ca. 1 ora, affinché la farina possa sufficientemente gonfiarsi.

Portare ad ebollizione l'acqua salata. Premere l'impasto, facendolo cadere nell'acqua salata attraverso il setaccio speciale per Spätzli. Lasciare cuocere finché gli Spätzli non galleggino in superficie e estrarli dalla pentola con la schiumarola.

Gli Spätzli possono essere arricchiti con del burro e con l'aggiunta di ancora un po' di sale e noce moscata, servire subito appena fatti. Oppure, per il consumo in un secondo tempo, passarli brevemente sotto l'acqua fredda, lasciarli sgocciolare e conservare in frigorifero. È meglio comunque consumare subito gli Spätzli freschi.

## Suggerimento

Gli Spätzli possono essere anche arrostiti nel burro.

## Insalata di carne di manzo con fagiolini essiccati

### Ingredienti

1.2 lt	brodo
1	carota
1	porro
1	cipolla
2	foglie d'alloro
4	chiodi di garofano
500 g	lombata di manzo (carne magra da lessare)
1	cipolla, tagliata grossolanamente
1	spicchio d'aglio, finemente tritato
2 C	olio di colza
50 g	fagiolini essiccati
1 dl	brodo di carne
100 g	scalogno, finemente tritato prezzemolo tritato erba cipollina tagliata cerfoglio tritato
1 c	senape di Digione
1 dl	olio di colza
1	succo di un limone

### Preparazione

riscaldare  
aggiungere le verdure al brodo

steccare la cipolla con foglia d'alloro e chiodi di garofano

mettere la carne nel brodo caldo, mentre sta facendo delle leggere bollicine. Il brodo non dovrebbe essere in piena ebollizione. Schiumare regolarmente l'albume. Far cuocere per ca. 1 ora. Lasciare raffreddare nel suo brodo.

unire i fagiolini messi a mollo e sgocciolati e lasciarli tirare col coperchio. In caso di necessità, aggiungere un po' di brodo di carne.

Quando i fagiolini sono quasi cotti, togliere il coperchio e lasciare asciugare quasi completamente il liquido.

Tagliare la carne in striscioline. Aggiungere i fagiolini. Lasciare tirare brevemente la carne ancora tiepida in una vinaigrette, composta di succo di limone, sale alle erbe, prezzemolo e olio di colza.

mescolare lo scalogno, le erbe aromatiche tritate con la senape, l'olio e il succo di limone fino a formare una vinaigrette.

### Suggerimento

Servire l'insalata di carne di manzo con un'insalata verde assortita. Accompagnare con una baguette fresca.

## Crauti con ananas

### Ingredienti

20 g	dadini d'ananas essiccati
200 ml	succo d'ananas
20 g	burro
1 piccola	cipolla tritata
450 g	crauti crudi succo con dadini d'ananas
2 dl	spumante
1	foglia d'alloro
5	bacche di ginepro
3 C	miele
1 c	sale alle erbe
2 c	fecola
2 C	acqua

### Preparazione

mettere a mollo l'ananas nel succo per ca. 1 ora

scaldare nella pentola  
aggiungere, imbiondire

aggiungere e cuocere brevemente al vapore  
versare  
versare  
aromatizzare con sale, spezie e miele

sciogliere e aggiungere ai crauti  
mescolare bene

lasciar cuocere a fuoco lento per ca. 30 – 40 min.

### Suggerimento

Cuocere direttamente assieme ai crauti un pezzo di costine o dello speck. Si otterrà un gusto più forte. Servire accompagnandoli con patate lesse.

## Filetto di maiale con prugne essiccate

### Ingredienti

12 pz	filetto di maiale, spessore di ca. 3 cm
6	prugne essiccate
12 fettine	di speck da colazione
	olio

### Preparazione

tagliare a fette e fare un foro nel mezzo col coltello

premere 1/2 prugna nel foro

avvolgere i filetti nelle fettine di speck e fissarle con uno stecchino di legno

arrostire bene da entrambe le parti in padella e lasciare tirare in forno a ca. 80° C per 10 min.

Una raffinata salsa alla panna è l'accompagnamento ideale.

### Suggerimento

Estate – stagione di grigliate. Arrostire il filetto di maiale sulla griglia e servirlo con un'insalata mista.

## Ragù d'agnello con salsa raffinata al curry e albicocche

### Ingredienti

3 C	olio
500 g	ragù d'agnello
	spezie per la carne
1	cipolla tritata
1	gambo di citronella
1 pezzettino	zenzero
2 foglie	limetta
1 pezzetto	peperoncino
1 C	curry piccante
1 C	curry dolce
1 c	cannella
400 ml	latte di cocco
2 dl	brodo di carne versare
150 g	albicocche essiccate
3 C	uvette

### Preparazione

scaldare in padella aromatizzare la carne, asciugata picchiettandola, e arrostirla bene

aggiungerla e stufare assieme

tagliarlo finemente e aggiungerlo

togliere la pelle marroncina col coltello e tritare finemente

aggiungere

tagliare in pezzettini e aggiungere

aggiungere le spezie

bagnare con latte di cocco

versare

Acuocere a fuoco lento il tutto per ca. 50 min. Eventualmente aggiungere ancora un po' di aromi. Togliere i pezzetti di carne dalla salsa e ridurre in purea la salsa nel mixer. Infine passare al setaccio per togliere anche le piccole fibre.

tagliare a dadini e unire la frutta, far cuocere ancora il tutto per ca. 10 min.

### Suggerimento

Il riso Basmati o quello profumato si accompagna stupendamente alla pietanza.



## Petto di pollo farcito con mascarpone e frutta

### Ingredienti

1 C	burro
1 C	pinoli
1/2	mela pelata
1 C	uvette
2	fichi secchi
2 C	Mascarpone

### Preparazione

sciogliere in padella arrostire assieme tagliare in piccolissimi dadini, mettere in padella e cuocere a vapore assieme aggiungere  
Togliere la padella dal fornello e lasciare raffreddare un po' la massa. Infine aggiungere mescolando il mascarpone e condire con sale alle erbe e pepe

### Fettine di pollo

4	fettine di pollo, grandi
	filo per carni per legare ago grosso
	misto di aromi per pollame olio

ricavare una grande tasca, tagliando trasversalmente la fettina di pollo e farcire col ripieno. Cucire la tasca col filo. Non fare alcun nodo all'inizio e alla fine in modo da togliere velocemente il filo, tirando, al termine della cottura.

aromatizzare le fettine scaldare in padella e arrostarvi le fettine

Porre le fettine in una pirofila, versarvi sopra la salsa al curry e lasciare tirare in forno per 20 min. a una temperatura di 150° C – 170° C.

### Salsa al curry per 8 persone

2 C	olio
1	cipolla
1	mela
1	carota, piccola
1	banana
1	peperoncino
1	zenzero, piccolo
1/2	gambo di citronella
3-4 C	curry (a piacimento)
500 ml	latte di cocco
500 ml	brodo di pollo
	sale alle erbe
	pepe
2 dl	panna

riscaldare in padella spezzettare grossolanamente tutte le verdure e le spezie e stufare nell'olio

spargere sopra le verdure, mescolare bene, bagnare col latte di cocco e il brodo di pollo, condire, infine lasciare cuocere lentamente per ca. 30 minuti finché la verdura sia ben cotta. Poi passare al mixer e attraverso un setaccio. rendere più delicata con l'aggiunta di panna

## Bistecca di carne macinata con porcini

### Ingredienti

750 g	carne macinata mista per es.: 1/3 di manzo + 2/3 di maiale
300 g	Brät (impasto per salsicce)
20 g	porcini secchi
	spezie per carni
2 C	olio
1	cipolla tritata
2	spicchi d'aglio
2	uova
1 C	senape di Digione (piccante)
200 g	pane raffermo

### Preparazione

mescolare la carne macinata col «Brät»

mettere a mollo per ca. 15 min., tritare a pezzetti i funghi e aggiungerli alla massa

condire

scaldare, imbiondire la cipolla e aggiungere

premere nella massa

aggiungere

aggiungere

mettere a mollo per ca. 10 min. nel brodo di carne, premere bene e aggiungere alla massa

Impastare a mano o nell'impastatrice e suddividere in 12 mucchietti della medesima dimensione. Dare la forma di polpette piatte, rotonde e arrostire nel grasso per l'arrosto.

## Suggerimento

È difficile grigliare direttamente le bistecche di carne macinata. Un piccolo trucco: cuocere al massimo livello le polpette nello «Stöckli-Steamer» per ca. 15 minuti. In questo modo le bistecche di carne macinata sono pronte per essere grigliate.



## Un dolce sogno alle albicocche

### Ingredienti

50 g	albicocche essiccate
40 ml	liquore alle albicocche
1 bustina	zucchero vanigliato
2 vasetti	yogurt alle albicocche (180 g)
125 g	ricotta alle albicocche
1 dl	succo d'arancia e scorza
3 spruzzi	succo di limone
100 g	zucchero
1 presa	vaniglia bourbon
6 fogli	gelatina
250 ml	panna montata

### Preparazione

tagliare a dadini  
marinare nel liquore con l'aggiunta dello  
zucchero vanigliato

Jmettere in una scodella yogurt e ricotta,  
mescolare bene

portare ad ebollizione succhi, aromi e  
zucchero in una piccola pentola e poi ridurre  
leggermente. Aggiungere i pezzetti d'albi-  
cocca marinati e scaldare brevemente

mettere a mollo in acqua fredda per  
ca. 10 – 15 min., infine sciogliere nel succo  
zuccherato. Raffreddare il succo e mescolare  
alla massa di yogurt e ricotta

mescolare con cura alla massa di yogurt e  
versare nelle rispettive formine

Lasciare raffreddare la massa in frigo fino a  
quando diventi solida (almeno 4 ore), capo-  
volgere le formine su un piatto adatto per far  
fuoriuscire la massa raffreddata, guarnire con  
la salsa alla frutta, la panna e una fogliolina  
di menta.

### Salsa alla frutta

4 C	marmellata di albicocche
4 C	acqua
1 dl	vino dolce
8	albicocche a dadini
1 presa	vaniglia bourbon
2 C	zucchero
40 ml	liquore alle albicocche

mettere tutti gli ingredienti in una pentola  
e cuocere. Raffreddare la salsa e conservare  
a temperatura ambiente. (Destinata all'uso  
immediato).

Aggiungere il liquore solo dopo il raffred-  
damento della salsa

## Suggerimento

Variare il gusto con diversi tipi di frutta e  
yogurt. Per es.: con delle fragole.



## Torta alle amarene

### Ingredienti

200 g	burro
250 g	zucchero
1 pizzico	sale
1 presa	vaniglia bourbon
3 C	passato di mandorle (Rapunzel)
2 C	olio di mandorle
1 bustina	scorza di limone (per es.: Oetker)
500 g	farina
1 bustina	lievito in polvere
1 dl	latte
150 g	amarene essiccate

### Preparazione

mettere in una scodella per impastare.  
Rimestare finché non diventi morbido e  
schiumoso

aggiungere, rimestare finché lo zucchero  
non si sia sciolto

aggiungere il tutto alla massa di burro.  
Mescolare brevemente

passare assieme al setaccio e aggiungere  
alla massa di burro. Mescolare brevemente

aggiungere, mescolare brevemente

aggiungere con cura all'impasto

Versare l'impasto per torta in una tortiera  
imburata per «Gugelhopf» e cuocere in  
forno per ca. 55 – 60 min. a temperatura  
di 170°C – 175°C.

## Suggerimento

Le amarene possono essere sostituite  
con cranberry (mirtilli rossi), ciliegie  
essiccate o albicocche.

## Torta celestiale alle ciliegie e agli amaretti

Ingredienti		Preparazione
140 g	burro	renderlo sfuso in una padella o nel microonde (100 Watt)
200 g	savoardi	macinare finemente i savoardi e gli amaretti, mescolarli al burro sfuso e al liquore
100 g	amaretti	
20 cl	Amaretto (liquore)	
	tortiera carta da forno anello tortiera	ricoprire la tortiera con carta da forno  regolare l'anello della tortiera sul $\varnothing$ di ca. 22 – 24 cm  distribuire la massa nella tortiera e premere forte
6 fogli	gelatina	mettere in acqua fredda per 15 min., strizzare e far diventare liquida in una pentola con 1 C d'acqua. Non cuocere
2 vasetti	yogurt alle ciliegie (180 g)	mescolare tutti gli ingredienti fino a renderli cremosi. Mettere una piccola parte nella gelatina, mescolare bene e aggiungere tutto alla massa di yogurt
200 g	Fformaggio fresco (per es.: Philadelphia)	
100 g	zucchero	
100 g	ciliegie essiccate (passate al vapore)	distribuire le ciliegie e inglobarle alla massa
2 dl	panna	montare e mescolare con cura  versare la massa di yogurt nella forma e far diventare compatta in frigo per ca. 4 ore
2 dl	panna	montare in modo compatto la panna con l'addensante e guarnire la torta a piacimento
1 bustina	addensante per panna	



## Pane alla frutta

Ingredienti		Preparazione
150 g	albicocche essiccate	tagliarle tutte a dadini
150 g	prugne essiccate	
120 g	banane essiccate	
140 g	zucchero grezzo	portare ad ebollizione lo zucchero, le spezie, lo sciroppo e l'acqua con la frutta essiccata tagliata a pezzettini e lasciare raffreddare
1 C	cannella	
1/2 C	cardamomo	
1 presa	pimento	
50 ml	sciroppo d'acero	sciogliere nell'acqua della frutta raffreddata
7 – 8 dl	acqua	
40 g	lievito (1 dado)	mettere in una scodella per impastare
1 kg	farina rustica	
1 C	sale	
150 g	noci tritate	aggiungere il sale e le noci, unire l'acqua della frutta e impastare nell'impastatrice. La pasta deve risultare collosa e umida. Lasciare lievitare per ca. 3 – 4 ore a temperatura ambiente, finché il volume non sia triplicato. Dopo di che versare la pasta nelle forme da cake imburrate. Lasciare lievitare ancora finché le forme da cake non siano quasi piene.
Cottura al forno: 45 – 50 minuti		Cuocere nel forno
OH/UH: 190° C		Dopo la cottura in forno, togliere immediatamente i pani dalle forme
Aria calda 180° C		

### Suggerimento

Questo pane è ottimo col formaggio.



## Sale alle erbe aromatiche

### Ingredienti

1 porro  
2 carote  
1 cipolla  
1 piccolo ceppo sedano  
2 spicchi aglio

20 g cerfoglio  
20 g maggiorana  
20 g levistico (sedano di monte)  
40 g prezzemolo

500 g sale

### Preparazione

tagliare a rondelle piccole  
dividerle in quattro e tagliarle a fette sottili  
tagliare a rondelle  
tagliare a fette sottili  
tagliare a fette sottili

Essiccare tutta la verdura a 50° C – 60° C.  
Si consiglia di ripartire i tipi di verdura sui singoli cestelli di essiccazione, poiché essi hanno tempi diversi di essiccazione

Essiccare tutte le erbe aromatiche ad un massimo di 40° C. Tempo di essiccazione ca. 5 ore

Versare il sale, le verdure essiccate e le erbe aromatiche in un Cutter e macinarle molto finemente. Versare il sale alle erbe in contenitori di vetro.

## Suggerimento

Il sale alle erbe può essere utilizzato in molteplici modi e quello preparato in casa ha uno stupendo profumo di verdure ed erbe aromatiche.

## Funghi in polvere

### Ingredienti

400 g champignons bianchi  
400 g champignons marroni  
100 g boleti

### Preparazione

tagliarli tutti a fette sottili ed essicarli in modo che si spezzettino bene. Dopo di che, macinarli finemente nel Cutter. Il profumo risulta molto intenso, forte e raffinato

## Suggerimento

I funghi in polvere sono adatti per condire risotti, polpette e salse per le carni – fantastico!

# Contents

Topic	Dried ingredients	Recipes	Page
General Drying			104
Portrait			106
Drying table			108
Drinks			
	Fruit	Fruit punch	110
	Fruit	Red wine punch	111
Soups			
	Vegetables	Chestnut soup	112
	Vegetables	Cream of tomato soup with dried tomatoes	113
Vegetarian & Fish Dishes			
	Fruit	Rice pudding with pears	114
	Vegetables	Red pesto	115
	Vegetables	Cod fillet with apple rings	116
	Mushrooms	Porcini mushroom risotto with green asparagus	117
	Herbs	Potato scones	118
	Herbs	«Bärlauchspätzli»	119
Main courses			
	Vegetables	Beef salad with dried beans	120
	Vegetables	Sauerkraut with pineapple	121
	Fruit	Pork fillet with dried plums	122
	Fruit	Lamb stew with apricots in a curry sauce	123
	Fruit	Chicken breast with a fruity Mascarpone filling	124
	Mushrooms	Hamburgers with porcini mushrooms	125
Desserts & Cakes			
	Fruit	Sweet apricot dream	126
	Fruit	Amarello cherry pie	127
	Fruit	Heavenly Amaretti cherry pie	128
	Fruit	Fruit bread	129
Ingredients			
	Herbs	Herb salt	130
	Mushrooms	Mushroom powder	131

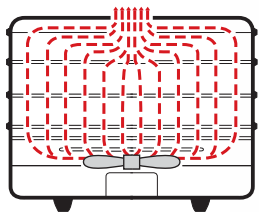


## Tasty, healthy and good value

Drying is the most natural and easiest way to preserve fruit, vegetables, mushrooms and herbs. Dried food keeps its high nutritional value and is therefore very tasty and healthy. Furthermore, dried foods offer an inexpensive alternative to cans and energy-consuming frozen foods. Thanks to «dörrex» you can now process fresh food at the peak of its season.

### Gentle and smooth drying

The continuously variable temperature regulation ensures a gentle process. The active warm-air circulation guarantees an absolutely consistent drying process. This ensures that valuable nutrients are preserved in the dried food.



Active warm-air circulation  
The secret of perfect drying

## The most diverse preparation methods and what the food market has to offer...



Mariann Münzberg  
Hobby cook with a passion

The drying recipes in this book have been created by our Stöckli colleague Mariann Münzberg. Although she is no longer working as a professional chef, cooking and entertaining guests is still one of Mariann's most treasured hobbies. Her passion lies in creating new recipes, which she dreams of having published in a book.

For Mariann, cooking is a family tradition. Her parents used to run a restaurant in Mühlehorn, at the shore of the beautiful Lake of Walenstadt. It was therefore obvious that the daughter would train as a chef. Vocational training in gastronomy, the foundation and management of a «club of cooking husbands» and her work as manageress were further milestones in her career. Her wealth of experience was finally rounded off by her employment in the Electrolux test kitchen.

A brilliant opportunity to apply her well-founded knowledge presented itself with the launch of the new dörrex generation, when light and easy recipes were needed. Her approach to cooking – the use of fresh and seasonal produce predominantly from biological production – was perfectly suited for this venture. The result is a feast for «palate and eyes». Judge for yourself and try them. You will be surprised by the unadulterated, intensive, natural and fresh flavours of Mariann's recipes.



## Drying charts

### Dry fruit at 70° C

Produce	Preparation	Drying time in hours ca.	Dryness test	Approx. amount per tray	Weight when dried in % of initial weight	Temp. ° C
Apples	ca. 15 mm thick wedges ca. 8 mm thick slices	6–10 6–8	very pliable	600 g	10–15%	70°
Apricots	halved, cut side to face upwards	10–18	pliable	500 g	20%	70°
Bananen	peeled and halved lengthways	8–12	pliable	600 g	25–30%	70°
Cherries	whole or pitted	10–12	leathery	500 g	20–25%	70°
Figs	halved, cut side to face upwards	10–12	dry	600 g	20%	50°
Grapes	halved, cut side to face upwards	12–15	very pliable	500 g	20%	70°
Pears	halved, cut side to face upwards ca. 8 mm thick slices	15–30 6–10	pliable pliable	600 g 500 g	20–25%	70°
Pineapples	peeled, ca. 8 mm thick slices	10–12	very pliable	500 g	25–30%	70°
Plums	halved, cut side to face upwards	10–18	pliable	500 g	20%	70°
Strawberries	halved whole	9–15	pliable	250 g 500 g	20%	70°

Produce, method and quantity: All fruit should be dried at 70° C. Remove core, stalks, pips or stones (except for cherries). To prevent discolouration, brush with lemon juice before drying.

The temperatures and drying times shown are recommended values. Drying times may vary considerably according to the size of the pieces dried and their water content.



## Dry vegetables at 70° C

Produce	Preparation	Drying time in hours ca.	Dryness test	Approx. amount per tray	Weight when dried in % of initial weight	Temp. ° C
Carrots	peeled, sliced ca. 8 mm thick *	6–8	hard	400 g	15%	70°
Celery root	peeled, sliced ca. 8 mm thick *	6–10	hard	400 g	15%	70°
Courgettes (baby marrows)	unpeeled, sliced ca. 8 mm thick *	7–8	pliable	400 g	15%	70°
Cucumbers	unpeeled, sliced 1 cm thick *	6–8	hard	400 g	15%	70°
Green beans	whole beans *	6–10	brittle	400 g	15%	70°
Soup vegetables	carrots, celery, leeks, kohlrabi, cabbage to be cut into fine strips *	6–8	leathery	300 g	10–15%	60°
Leeks	halved, cut into 6-8 cm lengths, sliced *	6–10	brittle	500 g	20%	70°
Peas	shelled *	8–10	hard	400 g	25%	70°
Peppers (green and red)	cut into strips, ca. 8 mm thick *	8–10	pliable	400 g	20%	70°
Tomatoes	peeled, halved, cut side to face * upwards sliced, ca. 6 mm thick *	10–14 7–10	pliable hard	400 g 300 g	15% 10%	70° 70°

\* blanch quickly

Produce, method and quantity: All vegetables should be dried at 70° C, with the exception of soup vegetables, which should be dried at 60° C.

The temperatures and drying times shown are recommended values. Drying times may vary considerably according to the size of the pieces dried.



## Dry herbs at 40° C

Produce	Preparation	Drying time in hours	Dryness test	Temp. ° C
Basil, chives, dill, parsley, rosemary, sage, savory, tarragon	Dry whole or chopped. Wash, arrange on gauze and dry.	3–7	brittle	40°

The temperatures and drying times shown are recommended values. Drying times may vary considerably according to the size of the herb selected. Note: herbs should only be crushed immediately before use.



## Dry mushrooms at 50° C

Produce	Preparation	Drying time in hours ca.	Dryness test	Temp. ° C
All kinds (except Chanterelles)	clean well, leave smaller mushrooms whole, slice larger ones lengthwise	2–6	leathery	50°

The temperatures and drying times shown are recommended values. Drying times may vary considerably according to the type of mushroom used and the size of the pieces.



## Fruit punch

### Ingredients

3 teaspoons	dried pineapple squares
3 teaspoons	strawberry squares, dried
200 ml (7 fl oz)	pineapple juice
40 ml (1½ fl oz)	coconut liqueur
20 ml (¾ fl oz)	apricot liqueur
20 ml (¾ fl oz)	vodka with raspberry flavour
200 ml (7 fl oz)	fruity white wine
200 ml (7 fl oz)	sparkling wine
2 leaves	lemon balm

### Preparation

Soak fruit over night in pineapple juice. Cool juice in refrigerator.

Season the fruit with the different liqueurs.

Add and chill.

Chop finely and add (according to taste).

### Tip

Add sparkling wine just before serving, to ensure it is still really fizzy. Fill punch into champagne glasses and serve.



## Red wine punch

### Ingredients

700 ml (1 pint 5 fl oz)	red wine
1	orange, untreated
Skin of	2 apples, dried
200 ml (7 fl oz)	cream
2	cinnamon sticks
2	star anises
4	cloves
4	allspice grains
4	coriander leaves
80 g (2⅔ oz)	rock candy
600 – 800 ml	rum
(1 pint – 1 pint 12 fl oz)	

### Preparation

Pour into a pot.

Cut into slices and add to red wine.

Add all spices to the red wine and cook on a small heat. Do not let it boil. Drain the red wine through a sieve after ca. 10 min.

Add the rum to the hot spiced wine and serve in four prog glasses.

### Tip

Try this recipe with Rosoli (dried cherry liqueur) or with «Churer-Röteli» (traditional cherry liqueur from Chur).



## Chestnut soup

### Ingredients

125 g (4½ oz)	chestnuts, dried
20 g (¾ oz)	butter
1	small onion, chopped
½ teaspoon	gingerbread spice
200 ml (7 fl oz)	white wine
300 ml (10 fl oz)	stock
250 ml (9 fl oz)	cream

### Preparation

Soak over night, remove dark skins if necessary.

Heat in a pan. Add and fry until transparent. Add chestnuts and brown slightly.

Sprinkle over mixture. Add and reduce slightly.

Add and simmer with lid closed until the chestnuts are tender. Add more stock if necessary.

When the chestnuts are falling apart, remove the pot from the stove and add cream. Use blender to purée very finely. Then pass mixture through a sieve.

Fill into soup bowls and garnish with semi-whipped cream.

### Tip

Cut 4 cooked chestnuts into squares and caramelize. Transfer to soup bowls and add soup.

## Cream of tomato soup with basil cream

### Ingredients

2 tablespoons	olive oil
1	onion, chopped roughly
1	garlic clove, chopped
50 ml (2 fl oz)	red wine
1 can / 400 g (14 oz)	tomatoes, chopped
50 g (1¾ fl oz)	tomatoes, dried
1 teaspoon	Italian herbs
300 ml (10 fl oz)	stock
100 ml (3½ fl oz)	cream, runny
100 ml (3½ fl oz)	cream
	Fresh basil

### Preparation

Cook the onion and garlic in the olive oil until transparent.

Add the red wine and reduce slightly.

Add chopped and soaked tomatoes. Put 1 piece aside and cut into fine stripes, soak in oil. This will be used for garnishing.

Add.

Add and simmer with lid closed on a small heat (ca. 30–40 min.).

Blend soup very finely and add cream. Add more stock if necessary and season to taste.

Whisk until stiff.

Press through garlic press and add to whisked cream. Season with a little herb salt. Transfer soup to bowls, garnish with basil cream and finely chopped, soaked tomato strips.

### Tip

The flavour of this tasty soup can be further improved by adding gin.



## Rice pudding with pears

### Ingredients

60 g (2 <sup>1</sup> / <sub>4</sub> oz)	pears, peeled and dried
800 ml – 1000 ml (1 pint 12 fl oz – 1 pint 15 fl oz)	milk
2 tablespoons	almond oil
1 pinch	salt
3 tablespoons	almond mush
250 g (9 oz)	rice pudding

Sugar

Sugar / cinnamon

### Preparation

Soak in milk over night.

Pour 800 ml (1 pint 12 fl oz) of milk into a pan and heat.

Add flavours and salt.

Add rice to the gently simmering milk and bring to the boil. Stir well. Reduce heat and let the rice soak

Should only be added at the end; otherwise the rice grains tend to stick together and the rice will not cook.

Put on the table, so that everyone can season the rice pudding according to their taste.

Serve with apple purée or compote.

### Tip

A light chocolate sauce is the perfect accompaniment for this rice pudding.

## Red pesto wit pasta

### Ingredients

20	tomatoes, dried and soaked in oil
100 ml (3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> oz)	olive oil
2	cloves of garlic
1 tablespoon	Italian herbs
10	basil leaves, fresh
2 tablespoons	pine nuts
100 g (3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> oz)	Sbrinz or Parmesan cheese
1 piece	chilli
4 tablespoons	water
3 tablespoons	tomato purée, concentrated
500 g (1 lb 2 oz)	spaghetti

### Preparation

Put all ingredients in a pestle and mortar and grind finely.

Cook as per normal and mix with the red pesto. Use as much or as little sauce as you like.

### Tip

This recipe can be enhanced by adding cream.

## Cod fillet royal with apple rings

### Ingredients

12	apple rings, dried
100 ml (3 1/2 oz)	water
100 ml (3 1/2 oz)	white wine
1/2	red pepper
1/2	green pepper
1	onion, small
2 tablespoons	olive oil
100 ml (3 1/2 oz)	tomato sauce, concentrated
	Herb salt, pepper
600 g (1 lb 5 oz)	cod fillet royal
	Salt and pepper
	Flour
3 tablespoons	oil

### Preparation

Soak in the lukewarm water-white wine mixture for ca. 1 hour.

Cut into fine strips.

Chop finely.  
Heat in a pan and brown the onion. Then add green and red peppers. Add soaked apple rings and cook. Pour in water-white wine mixture.

Add and simmer for ca. 10 min.  
Season to taste. Remove the sauce and keep warm.

4 fillets of ca. 150 g (5 1/2 oz) each  
Season.  
Coat fish with flour.

Heat oil and fry fish for about 2 min. each side. If necessary, add more butter at the end to finish off.

### Tip

Transfer fish to the plate. Pour over the pepper sauce and garnish with three apple slices per fish. Serve with rice or boiled potatoes.



## Porcini mushroom risotto with green asparagus

### Ingredients

25 g (1 oz)	porcini mushrooms, dried
20 g (3/4 oz)	butter
1	onion, chopped
400 g (14 oz)	risotto rice (Arborio or Vialone)
200 ml (7 fl oz)	white wine, dry
800 ml – 1000 ml (1 pint 12 fl oz – 1 pint 15 fl oz)	stock
400 g (14 oz)	asparagus, green
40 g (1 3/4 oz)	butter, fresh
50 g (3 1/2 oz)	Parmesan cheese, freshly grated
100 ml (3 1/2 oz)	cream, runny

### Preparation

Put into small bowl and cover slightly with water – soak mushrooms for ca. 30 min.

Fry onions in butter until transparent.

Add and stir briefly.  
Pour in.

Add, bring to the boil and let simmer on small heat for about 30 min.

Cut dry ends of asparagus off generously, cut into small pieces and prepare in Stöckli steamer on full heat for about 20 min.

Cook risotto 2/3 of the way, then add asparagus.

Add butter, Parmesan and cream to the finished dish. Season with freshly ground pepper and add more stock if necessary. Risotto tastes best if it has a grainy and slightly runny consistency.

### Tip

Put a few pieces of asparagus aside, fry briefly in some butter and use to garnish the risotto. Sprinkle with freshly ground Parmesan cheese.

Although this risotto does nothing for your figure, it is definitely worth indulging in...



## Potato scones

### Ingredients

1 kg (2 lb 4 oz)	potatoes
	Salt, nutmeg and pepper
50 g (1 3/4 oz)	cheese, grated
20 g (3/4 oz)	herb mix
2 – 3 Stück	eggs
20 g (3/4 oz)	flour
	Butter, melted

### Preparation

Boil and mash the potatoes.  
Season.  
Add to the potatoes and stir well.  
  
Make round, flat cakes from the potato mixture and fry golden in melted butter.

### Tip

The potato scones can be served with small pieces of blanched vegetables or with mushrooms. Alternatively, serve with a mixed salad. They also go well with meat dishes.

## «Bärlauchspätzli»

### Ingredients

400 g (14 oz)	flour or special Spätzli flour
2 tablespoons	bear's garlic (ramson), dried
	Salt, nutmeg and pepper
4	eggs
250 ml (9 fl oz)	milk
4 l (7 pints)	salted water (as when boiling pasta)

### Preparation

Put into mixing bowl.  
Add.  
Season.  
  
Add milk and eggs to the flour mixture and whisk dough by hand until air bubbles appear. The dough should be viscous. Let dough rest and rise for ca. 1 hour.  
  
Bring the salted water to the boil. Press the dough through a special Spätzli sieve into the salted water. Boil until the Spätzli rise to the surface and remove the cooked ones from the surface.  
  
Add butter and seasoning and serve fresh. Alternatively, if intended for later consumption, quickly rinse in cold water. Drain well and store in refrigerator. Spätzli are best eaten fresh.

### Tip

Try frying the Spätzli in butter.

## Beef salad with dried beans

### Ingredients

1.2 l (2 pints)	stock
1	carrot
1	leek
1	onion
2	bay leaves
4	cloves
500 g (1 lb 2 oz)	lean stewing steak
1	onion, chopped roughly
1	garlic clove, chopped
2 teaspoons	rape oil
50 g (1 3/4 oz)	dried beans
100 ml (3 1/2 fl oz)	meat broth
100 g (3 1/2 oz)	shallots, finely chopped
	Parsley, chopped
	Chives, cut
	Chervil, chopped
1 teaspoon	Dijon mustard
100 ml (3 1/2 fl oz)	rape oil
1	lemon, juice of

### Preparation

Heat.  
Add vegetables to stock.

Fry onion with bay leaf and cloves.

Add meat to hot, lightly simmering stock. The stock should only be simmering lightly – do not let it boil. Regularly skim off the egg white and simmer for ca. 1 hour. Let brew cool down.

Add soaked and drained beans. Pour in broth, cover and cook with lid closed. Add more meat broth if necessary.

When beans are almost done, remove lid and reduce liquid almost entirely. Cut the meat into fine strips. Add the beans. Let the luke-warm meat soak briefly in a vinaigrette made from lemon juice, herb salt, parsley and rape oil.

Stir together shallots, chopped herbs, mustard, oil and lemon juice to make a vinaigrette.

### Tip

Serve beef salad with a mixed salad.  
Tastes great with a fresh baguette.

## Sauerkraut with pineapple

### Ingredients

20 g (3/4 oz)	pineapple squares, dried
200 ml (7 fl oz)	pineapple juice
20 g (3/4 oz)	butter
1	small onion, chopped
450 g (1 lb)	Sauerkraut, raw
	Pineapple juice with squares
200 ml (7 fl oz)	sparkling wine
1	bay leaf
5	juniper berries
3 tablespoons	honey
1 tablespoons	herb salt
2 tablespoons	cornflour
2 tablespoons	water

### Preparation

Soak the pineapple in the juice for ca. 1 hour.

Heat in a pan.  
Add and fry until transparent.

Add and stew briefly.  
Add.  
Season with salt, spices and honey.

Dissolve and add to Sauerkraut, stir well.  
Let simmer for ca. 30–40 min.

### Tip

Cook a piece of rib or bacon with the Sauerkraut to add extra flavour to the dish.  
Serve with boiled potatoes.

## Pork fillets with dried plums

### Ingredients

- 12 pork fillets, ca. 3 cm (1<sup>3</sup>/<sub>4</sub> in) thick
- 6 plums, dried
- 12 rashers breakfast bacon
- Oil

### Preparation

Cut meat and pierce a hole in the middle.  
 Push 1/2 plum into the hole.  
 Wrap with bacon and fasten with toothpick.  
 Sear both sides in the frying pan and stew in the oven at about 180° C (gas mark 4) for 10 min.  
 Best served with a cream sauce.

### Tip

Summer time – barbecue time. Cook pork fillet on the barbecue and serve with a mixed salad.

## Lamb stew with apricots in a curry sauce

### Ingredients

- 3 tablespoons oil
- 500 g (1 lb 2 oz) lamb stew
- Meat seasoning
- 1 onion, chopped
- 1 lemongrass stalk
- 1 small ginger
- 2 Kaffir leaves
- 1 chilli
- 1 tablespoons curry, spicy
- 1 tablespoons curry, mild
- 1 tablespoons cinnamon
- 400 ml (14 fl oz) coconut milk
- 200 ml (7 fl oz) meat broth
- 150 g (5<sup>1</sup>/<sub>2</sub> oz) apricots, dried
- 3 tablespoons raisins

### Preparation

Heat in a pan.  
 Pat the meat dry, season and sear.  
 Add and brown.  
 Chop finely and add.  
 Remove brown skin with a knife and chop finely.  
 Add.  
 Chop finely and add.  
 Add spices.  
 Add coconut milk.  
 Add.  
 Let everything simmer on a small heat for ca. 50 min. Add more seasoning if necessary.  
 Remove the meat from the sauce and purée the sauce in a blender. Then pass through a sieve to ensure that even small fibres are removed.  
 Cut into small squares and add fruit.  
 Let simmer for a further 10 min.

### Tip

This stew goes extremely well with basmati or perfume rice.



## Chicken breasts with a fruity Mascarpone filling

### Ingredients

1 tablespoon	butter
1 tablespoon	pine nuts
1/2	apple, peeled
1 tablespoon	raisins
2	figs, dried
2 tablespoons	Mascarpone

### Preparation

Melt in a frying pan.  
Add.  
Cut in very small squares, add to the pan and fry.  
Add.  
Remove pan from the heat and let the mixture cool down. Then stir in the Mascarpone and season with herb salt and pepper.

### Chicken escalopes

4 pocket	chicken escalopes, large
	Meat string to tie the Large needle
	Spice mixture for poultry Oil

Slice the chicken to create a pocket. Add the filling. Stitch the pocket shut. Do not tie the string at the beginning and end so that it can be removed easily after cooking.

Season the escalopes.  
Heat in the frying pan and fry the escalopes.

Transfer escalopes to an oven dish, pour over the curry sauce and bake in the oven at ca 150° C – 170° C (gas mark 2 – 3) for 20 min.

### Curry sauce, serves 8

2 tablespoon	oil
1	onion
1	apple
1	carrot, small
1	banana
1	chilli
1	ginger, small
1/2 stalk	lemongrass
3 – 4 tablespoon	curry (depending on taste)
500 ml (16 fl oz)	coconut milk
500 ml (16 fl oz)	chicken stock
	Herb salt
	Pepper
200 ml (7 fl oz)	cream

Heat in a pan.  
Roughly chop all vegetables and spices and fry in the oil.

Sprinkle over the vegetables, stir well. Add coconut milk and season the chicken stock. Simmer for ca. 30 min., until the vegetables are done. Then stir and pass through a sieve.

Add cream.

## Hamburgers with porcini mushrooms

### Ingredients

750 g (1 lb 10 oz)	mincemeat, mixed e.g. 1/3 beef + 2/3 pork
300 g (10 1/2 oz)	sausage meat
20 g (3/4 oz)	porcini mushrooms, dried
	Meat seasoning
2 tablespoons	oil
1	onion, chopped
2	cloves garlic
2	eggs
1 tablespoons	Dijon mustard (spicy)
200 g (7 oz)	dry bread

### Preparation

Mix mincemeat with sausage meat.

Soak for ca. 15 min, chop mushrooms finely and add to the mixture.

Season.

Heat. Fry onions and add.

Press into the mixture.

Add.

Add.

Soak for ca. 10 min. in the beef broth, drain well and add to the mixture.

Knead the mixture by hand or in a processor and divide into 12 even portions. Shape into flat, round burgers and fry in butter / oil.

### Tip

It is difficult to cook freshly prepared hamburgers straight away on the barbecue. A small «trick»: Cook the hamburgers first for ca. 15 min. in the Stöckli steamer at full heat. This prepares them perfectly for the barbecue.

## Sweet apricot dream

### Ingredients

50 g (1 3/4 oz)	apricots, dried
40 ml (1 1/2 fl oz)	apricot liqueur
1 packet	vanilla sugar.
2 pots	apricot yoghurt (180 g/6 oz)
125 g (4 1/2 oz)	fromage frais, apricot flavour
100 ml (3 1/2 fl oz)	orange juice and zest
3 dashes	of lemon juice
100 g (3 1/2 oz)	sugar
1 pinch	bourbon vanilla
6 sheets	gelatine
250 ml (9 fl oz)	cream, whipped

### Fruit sauce

4 tablespoons	apricot jam
4 tablespoons	water
100 ml (3 1/2 oz)	dessert wine
8	apricots, cut into small squares (Only if consumed immediately).
1 pinch	bourbon vanilla
2 tablespoons	sugar
40 ml (1 1/2 fl oz)	apricot liqueur

### Preparation

Cut into small squares.  
Marinate with liqueur and vanilla sugar.

Put yoghurt and fromage frais into a bowl, mix well.

Bring juices, spices and sugar to the boil in a small pan and reduce slightly. Add the marinated apricot pieces and heat briefly.

Soak in cold water for ca. 10 – 15 min., then dissolve in the syrup. Let the juice cool down and fold under yoghurt-fromage frais mixture.

Fold gently under the yoghurt mixture and pour into small bowls.

Let the mixture cool down in the refrigerator until solid (at least 4 hours). Serve the apricot pots (upside down) on a suitable plate and garnish with fruit sauce, cream and pepper-mint.

Put all ingredients in a dish and bring to boil. Let sauce cool down and store at room temperature.

Add liqueur when the sauce has cooled off.



### Tip

Try this recipe with different flavour fruits and yoghurts, i.e. strawberry.

## Morello cherry pie

### Ingredients

200 g (7 oz)	butter
250 g (9 oz)	sugar
1 pinch	salt
1 pinch	bourbon vanilla
3 tablespoons	almond mush (Rapunzel)
2 tablespoons	almond oil
1 packet	lemon zest
500 g (1 lb 2 oz)	flour
1 packet	baking powder
100 ml (3 1/2 fl oz)	milk
150 g (5 1/2 oz)	Morello cherries, dried

### Preparation

Put into mixing bowl. Stir the butter until soft and fluffy.

Add and stir until the sugar has dissolved.

Add to the butter mixture and stir briefly.

Sieve together and add to the butter mixture. Stir briefly.

Add and stir briefly.

Carefully fold under the dough. Pour cake dough into a buttered ring-shaped cake tin and bake at 170°C – 175°C (gas mark 3 – 4) for ca. 55 – 60 min.

### Tip

Morello cherries can be replaced with cranberries, dried cherries or apricots.



## Heavenly Amaretti cherry pie

### Ingredients

140 g (5 oz) butter  
 200 g (7 oz) sponge fingers  
 100 g Amaretti biscuits  
 20 cl Amaretto (almond liqueur)

Cake plate  
 Baking paper  
 Ring-shaped cake tin

6 sheets gelatine

2 pots cherry yoghurt (180 g / 6 oz)  
 200 g (7 oz) cream cheese  
 (e.g. Philadelphia)  
 100 g (3½ oz) sugar

100 g (3½ oz) cherries, dried (steamed)

200 ml (7 fl oz) cream

200 ml (7 fl oz) cream  
 1 packet cream stabiliser

### Preparation

Melt in pot or microwave (100 W).

Finely grind the sponge fingers and Amaretti and mix with melted butter and liqueur.

Line cake plate with baking paper.

Adjust to ca. 22 – 24 cm (8½ – 9½ in) diameter  
 Spread dough evenly in cake tin and press down firmly.

Soak in cold water for 15 min., remove excess water and dissolve in a pot with 1 tablespoon of water. Do not boil.

Stir all ingredients until creamy. Add a small part of the mixture to the gelatine and mix well. Then add the remainder to the yoghurt mixture.

Quarter the cherries and fold under the mixture.

Whisk until stiff and carefully fold under the mixture.

Pour the yoghurt mixture into the form and transfer it to a refrigerator for ca. 4 hours until it goes solid.

Whisk the cream with the cream stabiliser until stiff and garnish the cake to taste.



## Fruit bread

### Ingredients

150 g (5½ oz) apricots, dried  
 150 g (5½ oz) plums, dried  
 120 g (4 oz) dried bananas

140 g (5 oz) crude sugar  
 1 tablespoon cinnamon  
 ½ tablespoon cardamom  
 1 pinch allspice  
 50 ml (2 fl oz) maple syrup  
 700 – 800 ml water  
 (1 pint 5 fl oz – 1 pint 12 fl oz)

40 g (1½ oz oz) yeast (1 cube)

1 kg (2 lb 4 oz) rustic flour

1 tablespoon salt

150 g (5½ oz) walnuts, chopped

Bake: 45 – 50 min.  
 Top / bottom heat: 190° C (gas mark 5)  
 Hot air: 180° C (gas mark 4)

### Preparation

Cut into small squares.

Bring sugar, spices, syrup, water together with finely chopped dried fruit to the boil and let the mixture cool off.

Dissolve in the cooled fruit water.

Put into mixing bowl.

Add salt and nuts, then fruit water and knead in a food processor. The dough should be viscous and moist. Let the dough rise for 3 – 4 hours at room temperature until it has tripled in size. Then transfer dough into the greased cake tin. Leave to rise again until the dough almost fills the entire tin.

Remove the bread from the tin as soon as it is done.



### Tip

This bread is delicious with cheese.

## Herb salt

### Ingredients

1	leek
2	carrots
1	onion
1	small celery
2	cloves of garlic

20 g (3/4 oz)	chervil
20 g (3/4 oz)	marjoram
20 g (3/4 oz)	lovage
40 g (1 1/2 oz)	parsley

500 g (1 lb 2 oz) salt

### Preparation

Cut into small rings.  
Quarter and cut finely.  
Cut into rings.  
Chop finely.  
Chop finely.

Dry all vegetables at 50° C – 60° C.  
We recommend to process the different vegetables in different drying trays, as they all have different drying times.

Dry all herbs at ca. 40° C. Drying time:  
ca. 5 hours.

Put salt, dried vegetables and herbs into a pestle and mortar and grind very finely.  
Fill the herb salt into small pots.

### Tip

Herb salt can be used in various applications and gives your dishes the smell of fresh vegetables and herbs.

## Mushroom powder

### Ingredients

400 g (14 oz)	field mushrooms, white
400 g (14 oz)	field mushrooms, brown
100 g (3 1/2 oz)	porcini mushrooms

### Preparation

Slice finely and dry until really brittle.

Then grind finely using a pestle and mortar.  
This powder has a very intensive, strong and delicious flavour.

### Tip

Use the mushroom powder to season risottos, meat balls and meat gravy – simply fantastic!