Ausgabe 02/2019

Einfach gut

Rezepte mit ♡

mila SÜDTIROL

Einfach gut

Rezepte mit ♡

Vorstellung „PassioneCooking" 4

Lebkuchen-Overnight Oats mit SKYR 6

Heumilch-Brötchen 9

Mini Quiches mit Speck und „Schwarzenstein" 10

Nudelauflauf mit Pilzen, Lauch und „Dolomitenkönig" 13

Radicchio-Knödel mit Speck-Crumble 14

Rote Bete-Orzotto mit SKYR 17

Linzerknöpfchen 18

Blätterteig mit Kaffee-Joghurt-Mousse 21

Mein Rezept 22

VORSTELLUNG

JULIA
MORAT

„PASSIONE
COOKING"

Jahrgang 1983, reist und kocht die gebürtige Südtirolerin leidenschaftlich gerne. Die Liebe zum Kochen hat sie von ihrer Mutter geerbt, mit welcher sie bereits im Kindesalter viel Zeit in der Küche verbrachte. Die Suche nach immer neuen Rezepten und Zutatenkombinationen brachte sie dazu, im Jahre 2015 ihren Kochblog „PassioneCooking" zu eröffnen. Auf diesem sind mittlerweile über 1.000 Rezepte online, von typisch Südtirolerischen bis hin zu Rezepten aus aller Welt, die sie gerne mit lokalen Produkten nachkocht.
#passionecooking

LEBKUCHEN-OVERNIGHT OATS MIT SKYR

Barbara Prast

FÜR 2 PERSONEN

- 100 g Haferflocken (mittelgrob)
- 10 g Braunhirse
- 20 g Mandeln
- 1/2 Teelöffel Kakaopulver
- 1/2 Teelöffel Lebkuchengewürz
- 3 Datteln
- 150 g Mila SKYR Natur
- 100 ml Heumilch Mila
- 2 Lebkuchen

ZUBEREITUNG

Die Datteln entsteinen und mit den Mandeln im Mixer fein mahlen. Mit den übrigen Zutaten, außer den Lebkuchen, gut verrühren. Die Mischung in Gläser geben, die Lebkuchen zerbröseln und den Haferflockenbrei damit verzieren. Über Nacht in den Kühlschrank stellen und am nächsten Morgen genießen.

HEUMILCH-BRÖTCHEN

Stefano Cavada

ZUTATEN FÜR 30 BRÖTCHEN

- 300 g Manitoba-Mehl
- 200 g Weizenmehl (Typ 1)
- 3,5 g getrocknete Bierhefe (oder ½ Würfel frische Hefe)
- 1 Teelöffel Zucker
- 300 ml Heumilch Mila
- 50 g geschmolzene Butter Mila (warm)
- 1 Teelöffel Salz

zum Bestreichen

- 1 Ei
- 2 Esslöffel Heumilch Mila

zum Verfeinern

- gemischte Samen (Mohn, Sesam, Kürbis)

ZUBEREITUNG

Das Mehl, die Trockenhefe (frische Hefe im warmen Wasser auflösen) und den Zucker in einer Schüssel vermengen. Nach und nach die Heumilch und die geschmolzene Butter hinzufügen und alles verkneten. Das Salz dazugeben, die Zutaten zu einem glatten und homogenen Teig verarbeiten, mit einer Folie abdecken und für 12 Stunden in den Kühlschrank stellen. Den Teig anschließend eine Stunde bei Raumtemperatur ruhen lassen. Aus der Teigmasse ca. 30 Brötchen zu je 30 g formen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und wiederum eine Stunde ruhen lassen. Das Ei mit der Milch verquirlen, die Brötchen bestreichen und mit der Samenmischung bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C Oberhitze (180°C Umluft) 12-14 Minuten goldbraun backen und abkühlen lassen. Nach Belieben mit Wurst und Käse belegen.

MINI QUICHES MIT SPECK UND „SCHWARZENSTEIN“

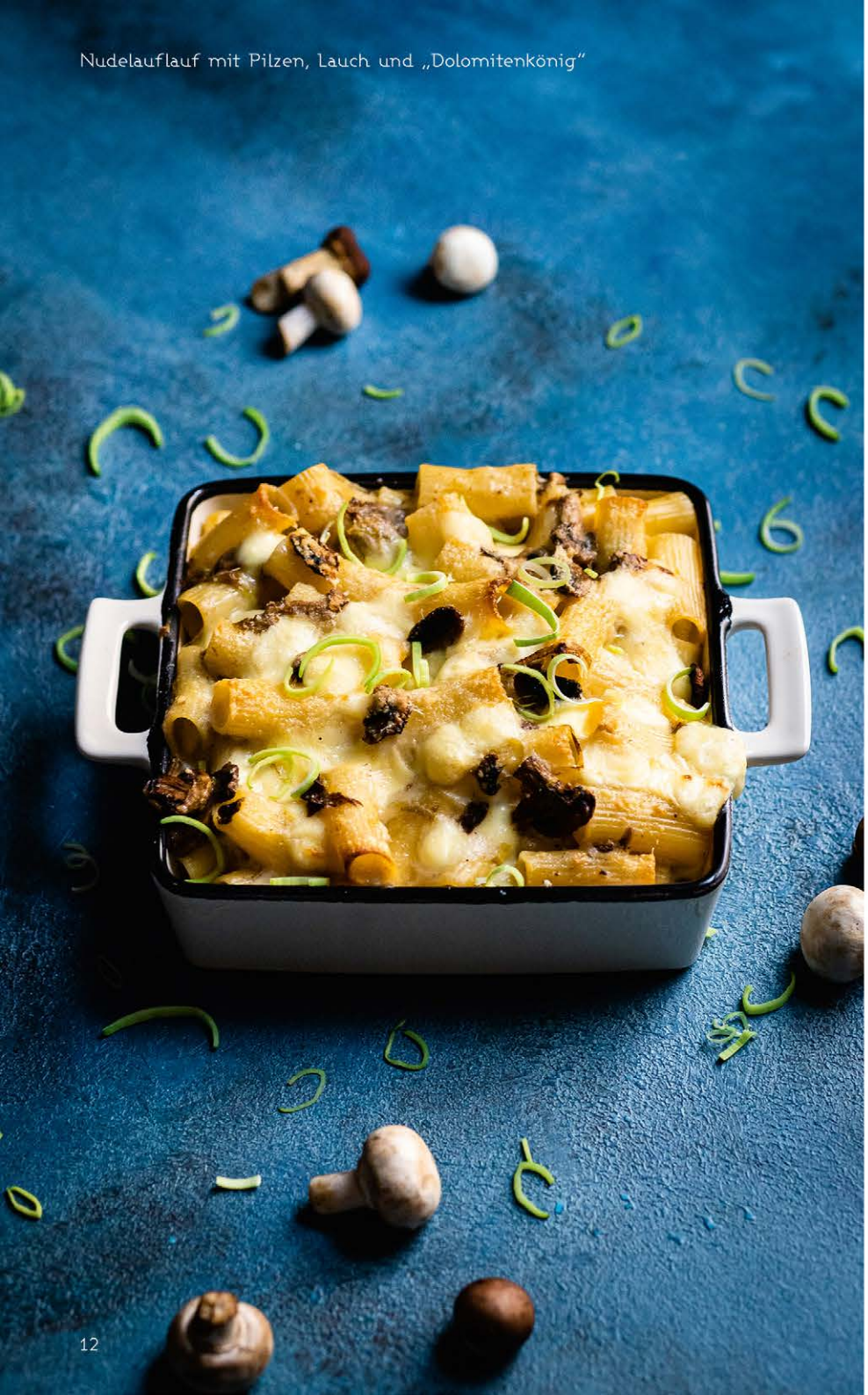
Stefano Cavada

ZUTATEN FÜR 4 MINI QUICHES

- 250 ml frische Sahne Mila
- 1 Ei
- 50 g geriebener Käse „Schwarzenstein” Mila
- 50 g Speck
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Esslöffel gehackter Schnittlauch
- 2 Rollen gesalzener Mürbteig

ZUBEREITUNG

Die Frühlingszwiebel in Scheiben schneiden. Das Ei, die Sahne, den Pfeffer, das Salz und den Schnittlauch in eine Schüssel geben, gut verquirlen und den „Schwarzenstein” in die Eimasse geben. Aus dem salzigen Mürbteig Kreise ausschneiden, die etwas größer als die Quiche-Formen sind. Die Formen einfetten, mit dem Mürbteig auslegen und die Kanten durch Entfernen des überschüssigen Teigs begradigen. Etwas gewürfelten Speck auf den Boden legen, die Frühlingszwiebel dazugeben und die Ei-Käse-Mischung darüber gießen. Bei 200°C 20 Minuten lang backen.



NUDELAUFLAUF MIT PILZEN, LAUCH UND „DOLOMITENKÖNIG“

Stefano Cavada

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ½ Lauch
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 300 g gemischte Pilze
- 500 g Nudeln Rigatoni (bereits al dente gekocht)
- !!! 150 g Käse „Dolomitenkönig“ Mila
- geriebener Hartkäse „Gran Spicchio“ Mila
- Salz
- gemahlener schwarzer Pfeffer

für die Béchamelsoße

- 60 g Butter
- 60 g Mehl
- 1 Liter Heumilch Mila
- Muskatnuss
- Salz

ZUBEREITUNG

Den Lauch in Scheiben schneiden und mit etwas Olivenöl in einer Pfanne kurz anbraten. Die gewaschenen und geschnittenen Pilze hinzufügen, salzen und einige Minuten anbraten. Für die Béchamelsoße die Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl einrühren und langsam einen Liter warme Heumilch dazugeben. Die Soße salzen, mit gemahlener Muskatnuss würzen und kochen lassen, bis sie eingedickt ist. Zwei Esslöffel Pilze und Lauch beiseitestellen und den Rest mit der Béchamelsoße verrühren. Den „Dolomitenkönig“ würfeln, einige Würfel zur Seite legen und den Rest mit der Soße und den gekochten Nudeln vermischen. Alles in eine gebutterte Auflaufform geben und mit dem geriebenen Hartkäse, den beiseitegestellten Zutaten und einigen Butterflocken bestreuen. Für 30 Minuten bei 160°C Umluft im vorgeheizten Backofen garen.

RADICCHIO-KNÖDEL MIT SPECK-CRUMBLE

Julia Morat

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN (CA. 8 KNÖDEL)

für die Knödel

- 200 g Semmelwürfel
- 50 g Zwiebel
- 6 Esslöffel Samenöl
- 300 g Radicchio
- 110 ml Heumilch Mila
- 2 Eier
- 1 Teelöffel Salz
- 1 Zweig Thymian
- 120 g Käse „Alta Badia" Mila

für den Crumble

- 80 g Speck
- 1 Esslöffel Samenöl
- 3 Esslöffel Brotbrösel
- 1 Zweig Thymian

ZUBEREITUNG

Die Semmeln klein würfeln, anbraten und in eine Schüssel geben. Die feingeschnittene Zwiebel im Öl glasig dünsten, den Radicchio waschen, trocknen, klein schneiden und beides zum Brot geben. Die Heumilch mit den Eiern, dem Salz und den Thymianblättern verquirlen, zum Brot gießen und verrühren. Mit Folie abdecken und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Den „Alta Badia" in Würfel schneiden. Mit nassen Händen etwas Knödelmasse nehmen und auf der Hand flach drücken. In die Mitte einige Käsewürfel geben, zu einem Knödel formen und auf eine leicht bemehlte Oberfläche legen. Die Knödel in kochendes und gesalzenes Wasser geben und für 12-15 Minuten zugedeckt leicht köcheln lassen. Crumble: Den kleingewürfelten Speck knusprig braten, die Brotbrösel und die Thymianblätter hinzufügen und kurz mitrösten.

Radicchio-Knödel mit Speck-Crumble

ROTE BETE-ORZOTTO MIT SKYR

Julia Morat

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

für den Orzotto

- 250 g Rote Bete
- ca. 1 l warme Brühe
- 30 g Zwiebel
- 3 Esslöffel Samenöl
- 6 Blätter Salbei
- 320 g Getreidemischung (Vollkornreis, Gerste, Dinkel)
- 100 ml Rotwein
- Salz
- 30 g Butter Mila
- 80 g Mila SKYR Natur

zum Servieren

- 3 Esslöffel Samenöl
- 8 Blätter Salbei
- Mila SKYR Natur

ZUBEREITUNG

Die Rote Bete schälen, 50 g in Würfel schneiden und beiseitestellen. Die restliche Rote Bete grob schneiden, in ein Gefäß geben, etwas Brühe dazugießen und pürieren. Die Zwiebel hacken und in einem Topf mit Öl und 6 Salbeiblättern anbraten. Die Getreidemischung hinzugeben, kurz mitbraten und mit Rotwein ablöschen. Die gewürfelte Rote Bete, etwas Brühe und Salz hinzufügen und weiter köcheln lassen. Nach 10 Minuten 2/3 des Rote Bete-Pürees einrühren und weitere Brühe dazugeben. 3 Esslöffel Öl erhitzen, die Salbeiblätter darin knusprig braten und salzen. Sobald der Orzotto gar ist, das restliche Püree, die Butter und den SKYR einrühren. Mit weiterem SKYR und den Salbeiblättern servieren.

LINZERKNÖPFCHEN

Julia Morat

ZUTATEN FÜR CA. 30 LINZERKNÖPFCHEN

für den Teig

- 1 Ei
- 1 Eigelb
- 60 g Zucker
- 110 g Weizenmehl (Typ 00)
- 90 g gemahlene Mandeln
- 1 Teelöffel Zimt
- 1 Messerspitze Kardamom
- 1 Prise Nelkenpulver
- 1 Prise Salz
- 125 g Butter Mila (Raumtemperatur)

zum Servieren

- Preiselbeermarmelade
- Staubzucker

ZUBEREITUNG

Ein Ei hart kochen, schälen und das Eigelb in einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken. Das rohe Eigelb und den Zucker hinzufügen und gut verrühren. Mehl, gemahlene Mandeln, Zimt, Kardamom, Nelkenpulver, Salz und die Butter hinzufügen. Zu einem glatten Teig verkneten, abdecken und eine Stunde kalt stellen. Den Backofen auf 160°C Ober-Unterhitze vorheizen. Den Teig zu einer fingerdicken Rolle formen, in kleine Stücke schneiden, zu Kugeln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. 12-15 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, 10 Minuten ruhen lassen und auf einem Teller abkühlen lassen. Die Knöpfchen mit Preiselbeermarmelade bestreichen, ein zweites daraufsetzen und mit Staubzucker bestreut servieren. In einer luftdichten Dose aufbewahren.

BLÄTTERTEIG MIT KAFFEE-JOGHURT-MOUSSE

Stefano Cavada

für den Teig

- 1 Rolle Blätterteig
- 1 Eigelb
- 3 Esslöffel Puderzucker

für die Mousse

- 1 Blatt Gelatine
- 125 g Vollmilchjoghurt Kaffee Mila
- 200 ml frische Sahne Mila
- 1 Esslöffel Puderzucker

zum Dekorieren

- bitteres Kakaopulver

ZUBEREITUNG

Den Blätterteig mit Backpapier auf einem Backblech auslegen, mit dem Eigelb bestreichen, die Oberfläche mit einer Gabel an mehreren Stellen durchstechen und gleichmäßig mit Puderzucker bestreuen. Bei 200°C Oberhitze 10 Minuten lang im vorgeheizten Backofen backen. Den Blätterteig aus dem Ofen nehmen und vollständig abkühlen lassen. Die Gelatineblätter in einer Schüssel mit kaltem Wasser 10 Minuten lang einweichen. Das Kaffeejoghurt mit 100 ml Sahne in einer Schüssel schlagen, bis eine kompakte und cremige Mischung entsteht. Die Gelatineblätter gut ausdrücken und mit zwei Esslöffeln Sahne in eine Schüssel geben. Die Mischung bei schwacher Hitze auf dem Herd leicht erhitzen. Die restliche Sahne schlagen und zusammen mit der Gelatinemischung in die Kaffee-Joghurtmasse einarbeiten. Die Mousse vorübergehend kühl stellen. Aus dem gebackenen Blätterteig 10x5 cm große Rechtecke schneiden. Einen Spritzbeutel mit Mousse füllen, auf jedem Rechteck viele kleine Flocken aufspritzen und sie vor dem Servieren mit etwas bitterem Kakaopulver bestreuen.

PLATZ FÜR DEINE KREATIONEN

Sende uns dein Lieblingsrezept (+Foto) mit Mila-Produkten per Mail an: marketing@mila.it
Wir wählen pro Ausgabe ein Rezept aus und veröffentlichen es. Als Dankeschön wartet eine kleine Überraschung auf dich!

#milasuedtirol

SUCCUS.

Innsbrucker Str. 43, I-39100 Bozen
www.mila.it