

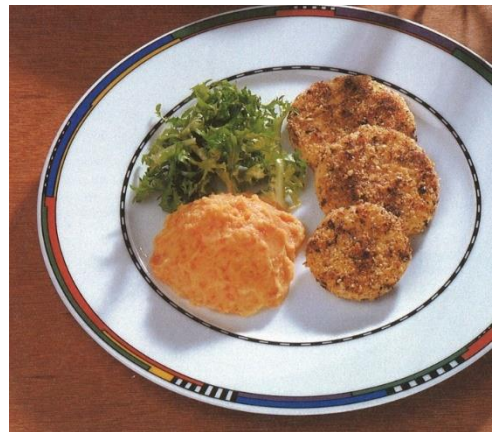
## Herbst – ein Genuss für alle Sinne

Wenn die Tage kürzer werden, die Kraft der Sonne fühlbar nachlässt, beginnt der Herbst, die farbenfrohe, genussreiche Jahreszeit: Die Bäume und Sträucher präsentieren sich in den bezauberndsten Farben. Die Tierwelt begibt sich auf die Suche nach einem warmen, geeigneten Winterquartier. Die Erntezeit ist da: Eine unglaubliche Fülle an Gemüse, Früchten und Getreide bietet sich für die schmackhafte Zubereitung an.

Wir haben Ihnen ein 3-Gang-Herbstschmaus zusammengestellt:

### **Vorspeise: Selleriescheiben im Nussmantel**

Für 8 bis 10 Scheiben



1 grosser Knollensellerie

Sellerie schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden

1 L Wasser  
1 EL Meersalz  
2 EL Zitronensaft

Wasser, Salz und Zitronensaft aufkochen, die Selleriescheiben darin knapp weich kochen oder auf dem Sieb weichdämpfen

Scheiben herausnehmen und erkalten lassen

Meersalz  
Pfeffer aus der Mühle

Selleriescheiben würzen

6 EL Dinkelvollkornmehl  
1 Ei, verquirlt  
etwa 60 g geriebene Haselnüsse

Selleriescheiben zuerst im Mehl, dann im Ei und zuletzt in den geriebenen Haselnüssen wenden

Bratbutter

die panierten Selleriescheiben in der Bratbutter beidseitig goldbraun braten

### **Tipp**

- Zu diesem Gericht passen ein Karotten-Kartoffel-Stock, ein Wildreisgericht oder ein knackiger Salat und eine Kräuter-Quarksauce

**Hauptspeise:**  
**Gratin mit Marroni-Kartoffelstock und Pilzen**



**Marroni-Kartoffelstock**

600 g mehlig kochende Kartoffeln, in Würfeln  
200 g tiefgekühlte Marroni  
Salzwasser, siedend

Kartoffeln und Marroni ca. 15 Min. weich kochen, abtropfen, durchs Passe-vite zurück in die Pfanne treiben

1 dl Milch, warm  
wenig Muskat und weisser Pfeffer

unter Rühren nach und nach begeben, bis die Kartoffelmasse locker von der Kelle fällt

nach Bedarf Salz

salzen, Masse in der vorbereiteten Form verteilen

**Pilze**

1 EL Butter

in einer Bratpfanne warm werden lassen

300 g gemischte Pilze (z. B. Champignons, Eierschwämme), je nach Grösse halbiert oder geviertelt

ca. 5 Min. dämpfen

250 g Mascarpone  
je 2 EL glattblättrige Petersilie und Schnittlauch, fein geschnitten  
½ TL Salz, wenig Pfeffer

alles daruntermischen, Pilze auf dem Marronistock verteilen

**Gratinieren**

ca. 20 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens

**Tipps**

- Schneller: Statt Marroni-Kartoffelstock 2 Beutel Kartoffelflocken (zu je 3 Portionen, z. B. Stocki) verwenden. Kartoffelstock nach Angaben auf der Verpackung zubereiten
- Statt Petersilie und Schnittlauch Majoran und Thymian verwenden

**Dessert:  
Brombeer-Streusel-Blechkuchen**

Für 1 Blech von 30 cm Ø

Für 8 Stück



Butter für das Blech

**Streusel**

200 g Mehl

2 Prisen Salz

¼ TL Backpulver

125 g Zucker

alle Zutaten mischen

125 g Butter, kalt, in Stücke geschnitten

beifügen und zu einer krümeligen Masse verreiben, eine Mulde formen

1 Ei, verquirlt

Ei hineingiessen, nur kurz mischen, nicht zusammenfügen

2/3 des Streusels ins bebutterte Blech verteilen, flach drücken, sodass der Boden bedeckt ist. Dabei auch einen Rand formen. Restlichen Streusel beiseitestellen.

**Füllung**

400 g kleine Brombeeren oder grosse halbiert Brombeeren auf dem Streusel verteilen

**Guss**

400 g Quark

125 g Zucker

1 Vanillestängel, längs aufgeschnitten, ausgeschabtes Mark

3 Eier

alle Zutaten gut verrühren, über die Beeren giessen

mit dem beiseitegestellten Streusel bestreuen

in der Mitte des auf 200°C vorgeheizten Ofens 45-50 Min. backen

auskühlen lassen

Puderzucker zum Bestreuen

vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen

Den Überblick über die saisonalen Angebote, die uns die Natur bietet, finden Sie beispielsweise unter:

[www.landwirtschaft.ch](http://www.landwirtschaft.ch)

[www.gemuese.ch](http://www.gemuese.ch)