

Anneliese Kompatscher

# Die Küche in Südtirol

Der  
KLASSIKER  
jetzt neu!



Idyllic places

**ATHESIA**

Die Rezepte sind nach bestem Wissen und mehrmaligem Ausprobieren entstanden.  
Falls sich doch ein Fehler eingeschlichen haben sollte, bitte zögern Sie nicht und lassen  
Sie mich oder den Verlag dies wissen. Vielen Dank.

BIBLIOGRAFISCHE INFORMATION DER DEUTSCHEN NATIONALBIBLIOTHEK  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen  
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet abrufbar:  
<http://dnb.d-nb.de>

2017  
Alle Rechte vorbehalten  
© by Athesia AG, Bozen  
Fotos: Annelise Kompatscher  
Design & Layout: Athesia-Tappeiner Verlag  
Druck: Athesia Druck, Bozen  
ISBN 978-88-6839-255-0  
[www.athesia-tappeiner.com](http://www.athesia-tappeiner.com)  
[buchverlag@athesia.it](mailto:buchverlag@athesia.it)

# Inhalt



9	Vorwort
10	<b>Gerichte</b>
174	Idyllic Places
188	Glossar
190	Rezeptregister
192	Biografie

## Vorspeisen

12	Kalbskopf sauer
15	Gerstrisotto
15	Spinatknödel
16	Schlutzkrapfen
18	Kasnocken
18	Spinatspatzlen mit Schinken
20	Spargel mit Bozner Sauce
20	Zigoriesalat
23	Rohennocken mit Kraut und Speck
24	Bandnudeln mit Wilddragout

## Bauernkost

28	Erdäpfelblattlen
28	Pressknödel
31	Schwarzplentene Knödel mit Winterrettich
33	Kniekiachl
34	Tirtlen
36	Strauben
36	Schwarzplentener Riebler
39	Schwarzplentenes Mus mit Hokersulze
41	Völser Kirchtagskrapfen
41	Osterfochaz
42	Aldeiner Mohnkrapfen mit Tunke nach Alberta Franzelin

## Suppen

47	Grießnockerlsuppe
47	Fleischsuppe
48	Frittatensuppe
48	Leberknödelsuppe
50	Pilzcremesuppe
50	Gerstsuppe
53	Kürbiscremesuppe
53	Gemüsebrühe
54	Terlaner Weinsuppe
56	Speckknödelsuppe
56	Fastenknödelsuppe
59	Milzschnittensuppe
59	Spargelcremesuppe

Die Rezepte sind, wenn nicht anders angegeben,  
für 4 Personen berechnet.

## Hauptgerichte

- 62 Gekochtes Rindfleisch mit Salsa verde
- 62 Bauernschmaus
- 64 Bauernbrat'l mit Erdäpfeln
- 66 Leber mit Speck
- 69 Rindsgulasch
- 71 Bauerngröstl
- 71 Kalbshaxe
- 72 Gefüllte Kalbsbrust
- 74 Zwiebelrostbraten
- 74 Kalbsgeschnetzeltes
- 77 Wiener Schnitzel
- 79 Brathähnchen
- 80 Rehbraten
- 80 Rindsbraten St. Magdalena
- 83 Lammkeule
- 85 Ente, gebraten
- 86 Rehrücken
- 89 Forelle in der Folie
- 89 Stockfischgröstl
- 90 Saiblingsfilet auf Gemüse

## Beilagen

- 95 Krautsalat mit Speck
- 95 Sauerkraut
- 96 Gedünstete Pfifferlinge
- 96 Blaukraut
- 99 Grießblattlen
- 99 Spinat
- 101 Polenta
- 101 Rösti aus gekochten Kartoffeln
- 103 Spatzlen
- 105 Gedünstete Zucchini
- 105 Kartoffelsalat
- 106 Schupfnudeln
- 106 Gedünstete Karotten
- 108 Röstkartoffeln
- 108 Kartoffelgratin
- 108 Kartoffelpüree

## Süßes

- 112 Topfenknödel mit Zwetschgenröster
- 112 Kastanienhalbgefrorenes mit gebratenen Äpfeln
- 114 Grießnudeln mit Glühwein
- 114 Kaiserschmarrn
- 116 Apfelkiachl
- 116 Grießschmarrn
- 119 Marillenknödel
- 121 Buchteln mit Vanillesauce
- 122 Reisauflauf mit Himbeersauce
- 122 Scheiterhaufen
- 125 Tiramisu
- 125 Vinschger Schneemilch

## Kuchen

- 128 Apfelstrudel
- 131 Linzer Torte
- 131 Schwarzplententorte
- 133 Mohnstrudel
- 133 Omas Mandelkuchen
- 134 Sachertorte
- 136 Punschtorte
- 139 Gugelhupf
- 139 Zirmertorte nach Hanna Perwanger
- 141 Marmorkuchen
- 141 Nusszopf
- 143 Kastaniencremetorte nach Paula Schrott
- 144 Sandkuchen
- 144 Marillenkuchen mit Streuseln
- 146 Zwetschgenkuchen
- 149 Erdbeertorte
- 150 Beerentorte
- 152 Mohntorte
- 152 Johannisbeerkuchen
- 155 Versunkener Apfelkuchen
- 157 Erdbeer-Biskuitroulade

## Weihnachtsbäckerei

- 161 Vanillekipferl
- 162 Kokosbusserl
- 162 Nusstaler
- 164 Lebkuchen
- 164 Zimtsterne
- 167 Zelten
- 168 Orangenschnitten
- 170 Apfelbrot
- 170 Spitzbuben



Vorspeisen





# Rohennocken mit Kraut und Speck

## Für die Nocken

- 200 g altbackenes Weißbrot, gewürfelt
- Mehl zum Bestäuben
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 100 g gekochte Rohnen (Rote Bete)
- ½ kleine Lauchstange, in Streifen geschnitten
- ½ Zwiebel, klein geschnitten
- 1 TL Butter
- Sonnenblumenöl zum Anschwitzen
- 2 Eier

## Für die Beilage

- 1 Zwiebel, in Streifen geschnitten
- Öl zum Anbraten
- 200 g Weißkraut, in dünne Streifen geschnitten
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Kümmel
- 125 ml Weißwein

## Zum Anrichten

- 20 dünne Speckscheiben
- 2 EL Parmesan, gehobelt
- 1 EL Schnittlauchröllchen
- 50 g zerlassene Butter

Brot mit etwas Wasser befeuchten, kurz quellen lassen, mit Mehl bestäuben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Gekochte Rohnen klein schneiden, in ein Sieb geben und die Restflüssigkeit ausdrücken, dann die Rohnen mit dem Brot vermischen. Lauch zum Brot geben.

Die Zwiebelwürfel in Butter und Öl anschwitzen und zur Brotmasse geben.

Die Eier dazugeben und alles zu einem Teig verkneten, kalt stellen und etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Für die Beilage Zwiebel in Öl goldgelb werden lassen, das in dünne Streifen geschnittene Weißkraut dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und kurz mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und fertig garen.

Aus der Brotmasse Nocken formen und etwa 10 Minuten in Salzwasser kochen lassen.

Speck in mundgerechte Stücke schneiden und in einer heißen Pfanne auf beiden Seiten kurz anbraten.

Weißkraut auf Teller geben, Nocken darauflegen und mit Speck garnieren. Mit Parmesan und Schnittlauch bestreuen sowie mit zerlassener Butter beträufeln.







Bauernkost



# Schwarzplentene Knödel mit Winterrettich

## Für die Knödel

- 300 g hartes Schüttelbrot
- 150–200 ml Milch
  - 1 Zwiebel, sehr klein gewürfelt
  - 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- Öl zum Anbraten
- 4 EL Lauchgrün (oder  
Zwiebelröhrchen), klein  
geschnitten
- 150 g weißer Speck, in kleine Würfel  
geschnitten
  - 1 Kartoffel
- 180 g Schwarzplentemehl  
(mittelgrobes Buchweizenmehl)
- 1 TL Salz

## Für den Winterrettich

- 1 Winterrettich
- 1 säuerlichen Apfel
- 3 EL Essig
- 1 EL Öl

Brot klein schneiden, die Hälfte der Milch darübergießen und einweichen lassen.

Zwiebelwürfel und gehackten Knoblauch in Öl anbraten, über das Knödelbrot geben.

Lauchgrün, klein gewürfelten Speck und die geriebene rohe Kartoffel untermischen, zum Schluss mit dem Schwarzplentemehl vermengen.

Falls die Masse zu trocken erscheint, die restliche Milch dazugeben (das hängt immer von der Beschaffenheit des Brotes ab). Salzen.

Einen Probeknödel kochen, und falls er zerfällt, noch etwas Mehl unter die Masse mischen. Die Knödel 25–30 Minuten in Salzwasser leicht köcheln.

Rettich und Apfel schälen, grob reiben und mit Essig und Öl vermischen.

Tipp: Man kann die Plentenen Knödel auch in Fleischsuppe oder in kalter Milch servieren.



Hauptgerichte



## Gefüllte Kalbsbrust

### Für 8 Personen

- 2 kg Kalbsbrust (möglichst von einem kleinen Kalb), ausgelöst (lassen Sie sich die Rippen mitgeben)
- 4 Semmeln
- 200 ml Milch
- 50 g Butter
- 2 Eier
- 1 Bund Petersilie, fein geschnitten
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise Muskat, gerieben
- Öl zum Anbraten
- 1 Zwiebel
- ca. 500 ml Fleischsuppe
- 2 EL Butter

Die Kalbsbrust zwischen Fleisch- und Fettschicht einschneiden und mit der Hand die Tasche weiter öffnen.

Die Semmeln entrinden, grob schneiden, die Milch darübergießen, weichen lassen.

Die 50 g Butter schaumig rühren, mit Eiern, ausgedrückten Semmeln und geschnittener Petersilie vermischen, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss würzig abschmecken.

Die Tasche mit dieser Masse füllen und das Ende zunähen. Kalbsbrust mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Kasserolle Öl erhitzen, die Rippen von der Kalbsbrust zusammen mit einer halbierten Zwiebel anrösten. Knochen zur Seite schieben und die Kalbsbrust rundherum gut anbraten.

Dann im vorgeheizten Rohr bei 170 Grad in etwa 1½ Stunden knusprig braten. Zwischendurch immer wieder mit heißer Fleischsuppe oder der Bratflüssigkeit begießen.

Kurz vor Ende der Garzeit 1 Esslöffel Butter in die Kasserolle geben. (Die letzten 30 Minuten empfiehlt es sich, die Kalbsbrust mit Alufolie abzudecken, damit die obere Schicht nicht hart wird.)

Wenn die Kalbsbrust gar ist, herausnehmen und etwas rasten lassen. Die Bratflüssigkeit abseihen, etwas einkochen lassen, dann die restliche Butter hineinrühren. Abschmecken.

Die Sauce getrennt zur Kalbsbrust servieren.









Süßes

# Reisauflauf mit Himbeersauce

## Für den Auflauf

- 150 g Reis (Rundkornreis)
- 500 ml kalte Milch
- 1 Prise Salz
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 1 St. Zitronenschale, daumengroß
- 4 Eier, getrennt
- 90 g Zucker
- 1 TL Butter zum Einfetten

## Für die Himbeersauce

- 200 g frische Himbeeren
- 80 g Staubzucker

Reis unter fließendem Wasser waschen und mit kalter Milch aufsetzen. Salz, Vanillezucker und Zitronenschale zufügen und zum Kochen bringen. Bei kleiner Hitze gar kochen. Dabei gelegentlich umrühren. Vom Herd nehmen.

Eigelbe mit der Hälfte des Zuckers schaumig rühren, zum Reis rühren und erkalten lassen. Eiweiße mit dem restlichen Zucker zu steifem Schnee schlagen und locker unter die Reismasse heben.

Eine Auflaufform gut einfetten, die Masse einfüllen und im Rohr bei 180 Grad etwa 30 Minuten backen.

Für die Sauce Himbeeren pürieren, passieren und mit Staubzucker aufkochen und etwa 4 Minuten einkochen.

Zum Reisauflauf reichen.

Variation: Anstatt selbst gekochte Himbeersauce kann auch ein guter gekaufter Himbeersirup verwendet werden.

# Scheiterhaufen

- 5 Semmeln vom Vortag
- 700 g säuerliche Äpfel
- Butter zum Einfetten der Form
- 50 g Rosinen
- 6 EL Zucker
- 70 g Mandeln, gerieben
- Zimt
- Zitronenschale, gerieben
- 500 ml Milch
- 3 Eier
- 1 Prise Salz
- Butterflöckchen

Die Semmeln in dünne Scheiben schneiden, die Äpfel schälen, vom Kernhaus befreien und blättrig schneiden.

Eine gebutterte Auflaufform mit einer Schicht Brotscheiben belegen, darauf einen Teil der Äpfel verteilen und Rosinen, etwas Zucker und Mandeln darüberstreuen. Mit etwas Zimt und Zitronenschale würzen, dann eine zweite Schicht Brotscheiben einlegen und so fort, bis alles verbraucht ist. Mit einer Brotschicht aufhören.

Milch, Eier, Salz und den verbliebenen Zucker (etwa 3 Esslöffel) gut verquirlen und über die Auflaufmasse gießen.

Mit Butterflöckchen belegen und bei mittlerer Hitze im Rohr etwa 45 Minuten backen.

Variation: Man verquirlt die Milch nur mit dem Eigelb, verfährt weiter wie oben und schlägt kurz vor Ende der Backzeit Eiweiße mit 2 Esslöffel Zucker zu steifem Schnee, streicht diese Masse auf den Auflauf und lässt den Schnee im Ofen noch Farbe annehmen.





Kuchen



**Für die Torte**

Biskuit wie bei Erdbeer-  
Biskuitroulade (Seite 157)  
Butter zum Einfetten der  
Springform

- 100 g Zucker
- 125 ml Wasser
- 2–3 EL Rum (nach Geschmack)
- Marillenmarmelade

**Für die Glasur**

- 250 g Staubzucker
- 2–3 EL Rum
- 1–2 EL heißes Wasser

## Punschtorte

Biskuit nach Anweisung zubereiten und in einer nur am Boden eingefetteten Springform bei 180 Grad Umluft etwa 30 Minuten backen. Auskühlen lassen.

Zucker mit kaltem Wasser vermischen, dann unter Rühren so lange kochen, bis er völlig klar (geläutert) ist. Das dauert etwa 8 Minuten. Abkühlen lassen, mit Rum aromatisieren.

Die Torte zweimal quer durchschneiden. Mittleren Teil in Würfel schneiden und mit dem Rum-Läuterzucker stark anfeuchten.

Die Marmelade mit wenig Wasser verdünnen, durch ein feines Sieb streichen.

Die Schnittflächen der Biskuitböden dünn mit Marmelade bestreichen. Unteren Teil mit der Füllung bestreichen, oberen Teil mit der Marmeladenseite nach unten darauflegen.

Die Torte mit einem nicht zu schweren Schneidebrett oder Teller beschweren und 2–3 Stunden durchziehen lassen, hernach hauchdünn mit Marmelade einstreichen.

Für die Glasur gesiebten Staubzucker mit Rum und Wasser zu einer glatten, nicht zu flüssigen, nicht zu festen Glasur rühren.

Den Kuchen mit der Glasur überziehen.

Tipp: Um die Punschtorte noch festlicher zu gestalten, kann man sie mit Silberkugeln und kandierten Veilchen (aus dem gut sortierten Backbedarfs-Regal) verzieren.







## Anneliese Kompatscher

1953 in Völs am Schlern geboren, arbeitet hauptsächlich in Südtirol und Bayern als freiberufliche Fotografin. Die Schwerpunkte ihrer Fotografie sind Food, Interieur und Architektur, die sie allesamt mit Begeisterung in der Hotelfotografie zum Einsatz bringt. In Südtirol ist sie vor allem durch die Bestseller „Die Küche in Südtirol“, „Südtiroler Backbuch“ und durch diverse weitere Kochbücher und kulinarische Reiseführer bekannt geworden. Ihre Bildsprache ist klar und zeitlos und geprägt von ihrer Liebe zum Schönen und Authentischen.

[www.anneliese-kompatscher.de](http://www.anneliese-kompatscher.de)



Der Klassiker „Die Südtiroler Küche“, erstmals erschienen 1984, war das erste Bildkochbuch zur Südtiroler Küche. Mehr als drei Jahrzehnte lang haben Großmütter und Mütter nach den Rezepten von Anneliese Kompatscher gekocht und ihren Töchtern und Enkeln damit das Kochen gelehrt. Nun hat die Autorin die besten Rezepte aus „Die Küche in Südtirol“ und dem „Südtiroler Backbuch“ überarbeitet und im stimmungsvollen Ambiente der „Idyllic places“ Südtirol neu fotografiert. Dass Tradition und Moderne sich in Südtirols Küche wunderbar ergänzen und die Rezepte von einer zeitlosen Eleganz und Schlichtheit geprägt sind, bringt die Autorin in ihrem neuesten Buch gekonnt zum Ausdruck.

**Ein unentbehrlicher Kochbuchschatz mit den Klassikern der Südtiroler Küche**



ISBN 978-88-6839-255-0



9 788868 392550

24,90 € (I/D/A)

[athesia-tappeiner.com](http://athesia-tappeiner.com)