

# Gefüllte Bierzwiebel

Gefüllte Zwiebeln sind ein wahrer Klassiker in der Gasthofkultur Oberfrankens. Gerade auf den Speisekarten der Brauereigasthöfe dürfen sie auf keinen Fall fehlen. Elke Rieß, die Köchin des »Braugasthofs Rothenbach« bereitet ihren Gästen die gefüllte Bierzwiebel selbstverständlich mit Bier aus der eigenen Produktion zu. Für den Sud der Bierzwiebel wird das »Aufsesser Dunkel« verwendet, das seit über 130 Jahren dort gebraut wird. Es zeichnet sich durch seine kupferne Farbe und seinen vollmundigen, leicht malzigen Geschmack aus und hat eine angenehme Hopfennote. Eine perfekte Basis also für dieses allseits beliebte Gericht!

- 1 Die Brötchen in Scheiben schneiden und in der Milch einweichen. In einem Topf Bier und ½ l Wasser mit ½ TL Salz und den Pfefferkörnern zum Kochen bringen. Die Zwiebeln schälen und in dem Sud zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 10 Min. blanchieren.
- 2 Den Backofen auf 150° vorheizen. Die Zwiebeln mit dem Schaumlöffel aus dem Sud heben, abtropfen lassen und mit einem Löffel aushöhlen. Das ausgelöste Zwiebelfruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Die eingeweichten Brötchen mit den Zwiebelwürfeln und den Eiern mischen und gut durchkneten. Die Mischung mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken und in die Zwiebeln füllen. Die Zwiebeln in eine Auflaufform setzen, etwa ½ l Biersud angießen. Die Auflaufform auf die mittlere Schiene des heißen Backofens schieben, die Zwiebeln darin 70 Min. schmoren, dabei nach etwa 55 Min. mit dem Käse belegen und überbacken.
- 3 Die Auflaufform aus dem Ofen nehmen, die Zwiebeln herausheben und zugedeckt warm halten. Den Sud in einen Topf gießen, aufkochen und nach Belieben mit etwas Speisestärke andicken. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zwiebeln mit der Sauce auf Tellern anrichten. Dazu servieren wir gerne Salzkartoffeln und einen Salat, z. B. Endiviansalat.

## Zutaten

- 4 Brötchen (altbacken)
- ¼ l Milch
- 1 l Lagerbier (dunkel; z. B. Aufsesser Dunkel)
- 5 Pfefferkörner (schwarz)
- 4 Zwiebeln (groß)
- 4 Eier (M)
- 4 Scheiben Gouda
- Salz | Pfeffer

## Küchengeheimnisse

»Die Bierzwiebel gelingt besonders gut mit unserem »Aufsesser Dunkel«. Aber auch andere dunkle Lagerbiere sind bestens dafür geeignet. Für Käsefans: Auch mit einem herzhaften Bergkäse überbacken schmeckt die Bierzwiebel hervorragend.«





# Kartoffel-Schwarzwurzel-Strudel auf Spinatbett mit Bamberger Hörnla

Wenn in diesem Gericht Süßkartoffeln – als Füllung für einen knusprigen Strudel – und Bamberger Hörnchen – als goldbraun ausgebackene Begleitung – gemeinsam auf den Teller kommen, trifft ein Hauch Exotik auf bodenständige Tradition. Süßkartoffeln waren schon seit jeher wichtiges Grundnahrungsmittel in tropischen und subtropischen Gefilden, bevor sie sich nun auch in Franken immer größerer Beliebtheit erfreuen. Im Gegensatz dazu sind die Bamberger Hörnchen als traditionelle Kartoffelsorte in ihrem Stammgebiet Franken seit jeher fest verankert und sind als Beispiel für Sortenvielfalt seit 2013 eine geschützte geographische Marke.

## Gscheitgut-Tipp

Zum Schälen der Schwarzwurzeln unbedingt Handschuhe tragen, denn der austretende Saft verursacht hässliche und hartnäckige Flecken. Die Stangen nach dem Schälen sofort in eine Schüssel mit Zitronenwasser legen, damit sie nicht braun werden.

## Zutaten für die Kartoffeln

500 g **Bamberger Hörnchen**  
1 Prise **Kümmelsamen**  
2 EL **Butterschmalz**  
**Salz**

## Für die Strudelpäckchen

200 g **Süßkartoffel**  
1 **Zwiebel**  
300 g **Schwarzwurzeln**  
50 g **Butter**  
50 ml **Milch**  
1 Pck. **Strudelteig** (120 g;  
4 Strudelblätter à 40 x 40 cm)  
**Salz | Pfeffer**

## Für den Spinat

200 g **Spinat**  
1 **Zwiebel**  
2 EL **Butter**  
50 ml **Gemüsebrühe**  
**Muskatnuss** (frisch gerieben)  
**Salz | Pfeffer**

- 1 Die Kartoffeln mit dem Kümmel knapp in leicht gesalzenem Wasser zum Kochen bringen und etwa 15 Min. gar köcheln lassen.
- 2 Für die Füllung die Süßkartoffel bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 25 Min. gar köcheln lassen. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Ab jetzt mit Handschuhen arbeiten: Die Schwarzwurzeln schälen und in Scheiben schneiden, sofort in Zitronenwasser (siehe Gscheitgut-Tipp) einlegen, damit sie sich nicht verfärben. Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen.
- 3 Butter in einer Pfanne erhitzen, zwei Drittel davon in ein Schälchen abgießen. Die Zwiebelwürfel in der restlichen Butter glasig dünsten. Schwarzwurzelscheiben in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dann in die Pfanne geben und etwa 10 Min. mitdünsten. Dann die Milch hinzufügen, zum Kochen bringen und die Schwarzwurzelscheiben offen bei mittlerer Hitze etwa 4 Min. gar dünsten, bis die Milch fast vollständig verkocht ist.
- 4 Die Süßkartoffel abgießen und etwas ausdampfen lassen. Dann schälen und stampfen. Den Pfanneninhalt dazugeben und untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5 Ein Blatt Strudelteig auf ein feuchtes Küchentuch legen und mit der flüssigen Butter bestreichen. 2 gehäufte EL Süßkartoffel-Schwarzwurzel-Masse daraufgeben und den Teig zu einem Säckchen zusammenfassen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen, die übrigen Teigblätter genauso füllen. Das Blech beiseitestellen.
- 6 Den Backofen auf 180° vorheizen. Den Spinat verlesen, grobe Stiele entfernen. Die Blätter waschen. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Für die Kartoffeln Butterschmalz erhitzen, die Kartoffeln darin bei nicht zu starker Hitze anbraten, bis sie rundherum leicht gebräunt sind.



- 7 Das Blech auf die mittlere Schiene des heißen Backofens schieben, die Strudelpäckchen etwa 15 Min. goldbraun backen. Für den Spinat die Butter in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Den Spinat hinzufügen und zusammenfallen lassen. Die Brühe angießen und noch etwa 1 bis 2 Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
- 8 Die Kartoffeln mit Salz würzen. Spinat mittig auf vier Teller geben und die Kartoffeln rundherum anrichten. Die Strudelpäckchen aus dem Ofen nehmen und auf dem Spinat anrichten. Nach Belieben noch mit kurz geschwenkten Kirschtomaten garnieren und servieren.

### Küchengeheimnisse

»Wir machen unseren **Strudelteig** natürlich selber. Hier verrate ich Ihnen unser Geheimrezept: 300 g Weizenmehl (Type 405) in eine Schüssel sieben und eine Mulde hineindrücken. 125 ml lauwarmes Wasser, 1 Ei (M), 2 EL Öl und 1 Prise Salz in die Mulde geben. Alles zu einem glatten Teig kneten und eine Kugel formen. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche unter einer angewärmten Schüssel 30 Min. ruhen lassen. Dann auf einem bemehlten Küchentuch etwas ausrollen und schließlich mit beiden Händen hoch heben und vorsichtig über die Handrücken ziehen, bis der Teig hauchdünn ist. Die noch etwas dickeren Teigränder nach außen ziehen, bis auch sie hauchdünn sind. Den Teig mit zerlassener Butter bestreichen, passend zuschneiden und weiterverarbeiten.«



# Fränkischer Bauer sucht fränkische Kundschaft

von Nikolas Pelke

Helmut Ott baut Biogetreide in der Fränkischen Schweiz an. Die billige Biokonkurrenz aus Europa macht dem Landwirt zu schaffen. Ott plädiert für mehr Lokalpatriotismus und eine Rückbesinnung auf regionale Produkte.



Biobauer mit Haltung (Foto: N. Pelke)



Westernidylle in der Fränkischen (Foto: N. Pelke)

Im Radio läuft Blues. Auf den Feldern tanzt das Korn dazu im Wind. Helmut Ott sitzt in seinem Pick-up. Die Luft riecht nach Freiheit. Der Biobauer ist auf Getreide-Patrouille. Sein Reich sind die Getreideäcker rund um Störnhof. Hier auf einem Hochplateau in der Fränkischen Schweiz steht seine Bio-Ranch.

Beim Fahren geht der Blick auf das Getreide auf den Feldern. Auf einer Landstraße stoppt der Mann mit der Statur eines Cowboys den schweren Wagen und zeigt auf die Körner, die nicht nur für ihn das tägliche Brot bedeuten. »Wenn die Leute mehr Biodinkel-Brötchen kaufen, dann kann ich mehr Dinkel anbauen«, sagt Ott und steigt mit einem Schwung aus seinem Gefährt. Mit schweren Schritten geht er auf die Ähren zu, die sich in der späten Sommersonne aalen. »Der Dinkel steht gut da«, sagt Ott und nimmt eine

der goldenen Ähren in die große Hand. Beinahe zärtlich macht er das. Doch für Romantik hat der Mann im Kornfeld im Augenblick keinen Sinn. »Der Verbraucher hat die Macht«, sagt Ott und lässt plötzlich mit ernster Miene den Blick über das Kornfeld schweifen. Das Gefühl der Leichtigkeit ist für einen Moment dahin. »Der Verbraucher muss bereit sein, für deutsche Bioprodukte mehr zu bezahlen«, fordert der 50-jährige Biolandwirt und kehrt seinem Feld abrupt den Rücken zu.

Zurück auf der einsamen Landstraße zwischen den Feldern lehnt sich Ott an seinen Pick-up. Er macht sich Gedanken über seine Welt, die für viele auf den ersten Blick nach Romantik, Freiheit und Wilder Westen aussieht. Über diesen Status ist Ott längst hinaus. Er macht sich keine Illusionen. Hirngespinnste kann er sich nicht leisten. Er muss den Hof am Leben erhalten. Und mit



»Der Dinkel steht heuer gut da« freut sich Bio-Landwirt Helmut Ott (Foto: N. Pelke)

dem Zeitgeist zurecht kommen. Letzterer mache es Biobauern aus der Fränkischen Schweiz nicht gerade leicht. Auch wenn es an schönen Tagen so aussehe, als liege sein Dorf mit dem von Feldern umgebenen Hof auf einer Insel der gemütlichen Glückseligkeit. Idylle hin oder her. Im Garten habe Ott schon lange nicht mehr die Füße hochlegen können. Keine Zeit. Die Globalisierung habe es eben längst auch schon bis hierher geschafft, sagt Ott und lehnt sich mit den starken Armen auf die Ladefläche seines Arbeitstieres aus dem Hause Ford, Chicago/Illinois.

Ausgerechnet eine Politikerin der Grünen, die ehemalige Bundeslandwirtschaftsministerin Renate Künast, habe ihm und seinen Kollegen vom »Bioland«-Verband mit der Liberalisierung des EU-Marktes für Bioprodukte einen Bärendienst erwiesen, sagt er. »Die Biobauern aus Osteuropa haben

den deutschen Biomarkt überschwemmt und die Preise kaputt gemacht«, ärgert sich Ott. In den Regalen der Supermärkte seien fast nur noch Bioprodukte mit dem weniger strengen EU-Siegel zu finden. »Zwei Drittel aller Bioprodukte kommen heute aus dem Ausland.« Mit der »Bio-Wende« habe Künast die Standards heruntergeschraubt und dem ausländischen Biomarkt die Tore nach Deutschland geöffnet. Dadurch seien Bioprodukte zwar erschwinglicher geworden, der Biogedanke sei dadurch seiner Meinung nach aber auf der Strecke geblieben. »Das ist doch nicht mehr Bio, wenn das Getreide mit Lastwagen aus Rumänien tonnenweise über Hunderte von Kilometern zu uns gekarrt wird«, ist sich der Biolandwirt aus Störnhof sicher. Den Discountern sei es egal, woher das Getreide komme. Hauptsache sie könnten das EU-Biosiegel auf ihre Produkte kleben. Diese

Entwicklung erschwere zunehmend den Absatz seines Biogetreides, das er nach den strengen Vorschriften des »Bioland-«Verbandes erzeugt. Sieht er einen Ausweg aus diesem Dilemma? »Der Verbraucher muss lokale Bioprodukte mit einem Prädikat von einem Verband wie Bioland oder Demeter kaufen, um die regionalen Bauern

Ott ist mit seinem Boden und der Landschaft, in der er lebt und wirtschaftet, fest verbunden. Er kann nicht Ananas und Bananen auf seinen Feldern anbauen. Der Boden und das Klima erlauben hier nur Getreidefelder. Selbst auf Kartoffeln könnte er nicht umsatteln. Selbst wenn er wollte. Die Steine im Boden machen jede Ernte



Der Dinkel ist fast reif für die Ernte (Foto: N. Pelke)

wirklich zu unterstützen.« Nur dann könnten er und seine Kollegen »für eine schöne Natur vor der Haustür« sorgen.

Überhaupt wünscht sich Ott mehr Lokalpatriotismus beim Einkaufen. Durch die Supermarkttür würden viele noch mit guten Vorsätzen gehen. An der Theke würde sich der gute Wille, regionale Bioprodukte in den Einkaufskorb zu legen, bei vielen Verbrauchern schnell verflüchtigen. »Warum sind die Deutschen so heiß auf ausländische Bioprodukte?«, fragt sich Ott. Ist ein französisches Biobaguette vielleicht chicer als ein fränkisches Biobauernbrot? Auf Regionalität werde leider immer weniger Rücksicht genommen. »Man will billig und geht dann zum Biodiscounter, um sich das Gewissen reinzuwaschen.« Ott träumt davon, dass die Menschen dem Biomassenmarkt den Rücken zukehren und in der Region die lokalen Anbieter unterstützen.

praktisch unmöglich. Dummerweise sehe man es seinem Getreide nicht an, dass es mit Liebe, Fleiß und Arbeit in der Region hergestellt worden sei. Der Kunde müsse den Weg zu regionalen Bio-Bäckereien oder Biobrauereien finden, damit bei Ott am Ende etwas hängen bleibt. Seine Biogerste liefert Ott zum Beispiel zur Biobrauerei »Pfister« nach Weigelshofen bei Eggolsheim im Landkreis Forchheim. »Wenn die Leute wieder mehr auf Qualität achten und zum Beispiel beim Pfister das Bier kaufen, dann wäre auch für mich alles einfacher.« Dann könnte auch er wieder besser von der Biolandwirtschaft leben. Einen anderen Ausweg als den regionalen Wirtschaftskreislauf gibt es für Bauern wie Helmut Ott nicht. »Bei uns ist keine Massenproduktion im Weltmaßstab möglich. Ich kann nur versuchen, regionale Abnehmer für mein Getreide zu finden.«

Früher habe es noch die »Freaks« gegeben. Die hätten in den Städten noch »Einkaufskooperatio-



Getreidefelder sind ein seltener Anblick in der Fränkischen Schweiz, der Großteil des Biogetreides kommt seit der Liberalisierung des EU-Marktes aus Osteuropa (Foto: L.Schnoor)

nen« gegründet. Viele von dieser Bio-Avantgarde hätten damals sogar noch das Brot selbst gebacken. Einige hätten sogar noch gewusst, dass man Getreide auch wie Reis kochen oder als Haferbrei essen kann. Diese Öko-Freaks seien mittlerweile beinahe komplett verschwunden. Der Verkauf direkt ab Hof habe ebenfalls abgenommen. Aufgeben will Ott trotzdem nicht. Aufhetzen gegen die konventionelle Landwirtschaft lässt er sich auch nicht. Für den allergrößten Mist hält Ott diesen Konfrontationskurs. »Jeder Biobauer war mal ein konventioneller Bauer.« Mit seinen Nachbarn gut auskommen, das ist für Ott selbstverständlich. Anders funktionieren das Zusammenleben nicht im Dorf. »Ich will schließlich noch ins Wirtshaus gehen.« Ott plädiert für mehr Zusammenhalt und weniger Egoismus.

»Ich kaufe auch mal konventionell. Außerdem sind konventionelle Bauern genauso fleißig wie ich.« Die Welt ändern, kann Ott nicht. Ändern

könnten sich nur die Menschen vor Ort. Indem sie wieder mehr auf regionalen Zusammenhalt setzen. Für ihn sei die Sache einfach, sagt Ott und schaut auf sein Dinkelfeld, das golden wie ein Traum im Sommerwind zum Takt der Musik aus dem Radio tanzt: »Wenn die Leute mehr Dinkelbrötchen beim Bäcker einkaufen, dann kann ich im nächsten Jahr wieder Dinkel anbauen.« Der regionale Verbraucher, so wünscht es sich Ott, muss seine Macht zugunsten der regionalen Produzenten einsetzen. Dann könnte jeder Einzelne wieder besser die Freiheit in der malerischen Heimat genießen. Ott hätte mehr Spaß am Getreide. Und die Leute hätten wieder ein gescheites Brot auf dem Tisch und ein gescheites Bier im Krug. 🍷

#### **Biolandhof Helmut Ott**

Störnhof 22 · 91346 Wiesenttal  
09196 | 367  
[www.biohof.de](http://www.biohof.de)





# Kartoffel-Walnuss-Brot

Die Walnuss bevorzugt steinige und nährstoffarme Böden und gedeiht daher an den Karsthängen des fränkischen Jura besonders gut. Sie ist in Franken zudem ein beliebter Haus- und Gartenbaum. Seit die Römer die Walnuss in die nördlicheren Provinzen brachten, bereichern die wertvollen Nüsse dieses Baumes die Küche Frankens und sind heutzutage eine begehrte Alternative zu den billigeren Importen aus Kalifornien oder Frankreich. Die leicht herben Walnüsse werden gerne pur als Knabberei gegessen, verleihen aber auch Kuchen und Brot – etwa diesem herzhaften Kartoffelbrot – ein einzigartiges Aroma.

- 1 Die Kartoffeln bei schwacher Hitze etwa 25 Min. gar köcheln lassen. Dann abgießen, ausdampfen und lauwarm abkühlen lassen.
- 2 Inzwischen die Nüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett hellbraun anrösten, sofort herausnehmen. Koriander und Senf im Mörser mit dem Öl zermahlen. Die Hefe zerbröckeln und in 200 ml lauwarmem Wasser auflösen. Die Kartoffeln schälen.
- 3 Beide Mehlsorten in einer Schüssel mit Nüssen, Salz und der Koriander-Senf-Öl-Mischung mischen und eine Mulde hineindrücken. Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse dazupressen. Ei und Hefewasser hinzufügen und alles zu einem glatten Teig kneten und zu einer Kugel formen. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 1 Std. gehen lassen.
- 4 Den Teig aus der Schüssel lösen und auf der bemehlten Arbeitsfläche noch einmal durchkneten. In zwei Portionen teilen und in zwei ovalen Brotbackformen noch einmal 20 Min. gehen lassen. Inzwischen den Backofen auf 220° vorheizen.
- 5 Die Laibe auf ein bemehltes Blech stürzen und im heißen Backofen auf der mittleren Schiene 30 Min. goldbraun backen. Die Brote sind fertig, wenn sie beim Daraufklopfen hohl klingen. Evtl. die Backzeit etwas verlängern.

## Küchengeheimnisse

»Ich lasse unser Brot zwar teilweise in Brotformen gehen, forme es jedoch vor dem Backen immer noch einmal mit den Händen nach und backe es direkt auf dem Blech. Ich mag es, dass sich der Teig beim Aufgehen und Backen auf ganz natürliche Art bewegen kann. So gleicht kein Brot dem anderen, jedes sieht noch nach ehrlicher Handarbeit aus.«



## Zutaten

- 500 g **Kartoffeln** (festkochend)
- 200 g **Walnusskerne**
- 1 TL **Koriandersamen**
- 1 TL **Senfkörner**
- 1 TL **Öl**
- 30 g **Hefe** (frisch)
- 300 g **Dinkelmehl** (Type 630)
- 200 g **Roggenmehl** (Type 1150)
- 1 EL **Salz**
- 1 **Ei** (M)
- Mehl** (für die Arbeitsfläche)
- Salz**

Angaben für 2 Brote (à ca. 500g)  
Schwierigkeitsgrad 🍴🍴🍴

# Arme Ritter mit Birnenkompott

Es gibt Gerichte, die keinen großen Aufwand oder extravagante Zutaten benötigen, um zu einem wahren Gaumenschmaus zu werden. Zweifelsohne gehören »Arme Ritter« dazu. Schon die alten Römer verstanden es, übrig gebliebene Brotreste in Milch und Honig zu tauchen und in Fett zu rösten. Die Bezeichnung »Arme Ritter« findet sich erstmals in Rezeptsammlungen aus dem 14. Jahrhundert. Eine Erklärung für diesen besonderen Namen ist, dass aus der Schlacht zurückkehrende Ritter – wenn kein Fleisch verfügbar war – sich wenigstens an dieser in reichlich Fett gebackenen Speise stärken konnten. Im Laufe der Zeit kamen dann Eier und Zucker hinzu: So wurde die Notspeise zur Leibspeise. Besonders, wenn sie – wie im Gasthof »Drei Linden« – ganz neu interpretiert wird und mit einem würzigen Birnenkompott auf den Tisch kommt.

- 1 Für die Armen Ritter von den Brötchen mit einer Küchenreibe die Kruste fein abreiben und auf einen Teller häufen, die Brötchen quer halbieren. Milch, Eier, beide Zuckersorten und Zitronenschale verrühren, bis sich der Zucker gelöst hat. Die Brötchen in die Milch-Ei-Zucker-Mischung einlegen, dabei mit einem Teller beschweren, damit die Brötchen komplett untergetaucht sind. Die Brötchen etwa 2 Stunden einweichen lassen.
- 2 Inzwischen für das Birnenkompott die Zitrone heiß waschen und mit einem Küchentuch trocken reiben. Die Schale mit einem Zestenreißer abziehen und den Saft auspressen. Die Birnen längs halbieren, die Kerngehäuse entfernen. Die Birnenhälften schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. ½ l Wasser mit Zucker, Zitronensaft, Zitronenschale und der Zimtstange zum Kochen bringen, die Birnen in den Sud geben und erneut aufkochen. Die Temperatur reduzieren, die Birnen bei schwacher Hitze bissfest garen. Dann die Rosinen dazugeben, den Topf vom Herd nehmen und die Birnen im Sud abkühlen lassen.
- 3 Den Backofen auf 80° vorheizen. 5 cm hoch Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Die Brötchenhälften aus der Milch-Ei-Zucker-Mischung nehmen und leicht ausdrücken. In den abgeriebenen Semmelbröseln wenden und in 4 Portionen im heißen Butterschmalz rundherum goldbraun ausbacken. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen, abtropfen lassen und auf Küchenpapier entfetten. Im Backofen warm halten, bis alle Armen Ritter ausgebacken sind.
- 4 Birnen und Rosinen mit einem Schaumlöffel aus dem Sud heben und auf tiefe Teller verteilen, die Armen Ritter darauf anrichten und sofort servieren.

## Zutaten für die Armen Ritter

- 4 **Brötchen** (altbacken)
- ½ l **Milch**
- 2 **Eier** (M)
- 70 g **Zucker**
- 2 Pck. **Bourbon-Vanillezucker**
- 1 **Bio-Zitrone**  
(abgeriebene Schale)
- Butterschmalz**  
(zum Ausbacken)

## Für das Kompott

- 1 **Bio-Zitrone**
- 750 g **Birnen**  
(z. B. fränkische Susbirnen)
- 80 g **Zucker**
- 1 **Zimtstange**
- 40 g **Rosinen** (eingeweicht)



### Küchengeheimnisse

»In unserem Restaurant werden sehr viele Vanilleschoten verwendet. In den ausgekratzten Schoten befindet sich aber noch so viel Power, dass es zu schade wäre, sie einfach wegzuworfen. Ich nutze sie gerne zum Aromatisieren von Kompott und Fruchtsaucen oder mache damit unseren Vanillezucker selbst. Dafür bedecke ich die Vanilleschoten in einem Glas einfach mit Zucker und lasse sie ein paar Tage durchziehen. Ohne viel Arbeit habe ich so einen leckeren Vanillezucker mit tollem, natürlichem Aroma.«

