

Wolkersdorf, 14. März 2023



Frische Gewürzideen für die Feiertage

So schmeckt Ostern: Diese Gewürze inspirieren uns im Frühling

Frische Gewürzideen für die Feiertage

Der Frühling steckt voller bunter Überraschungen – die Natur erwacht zu neuem Leben, alles duftet und blüht und der Osterhase ist bereits am Weg. Auch in den Küchen herrscht Frühlingsstimmung, weiß Kotányi Gewürzexpertin Elisabeth Voltmer: „Leichte Gerichte mit knackigem Gemüse und frischen Gewürznoten haben vor allem an den ersten warmen Tagen des Jahres Hochsaison.“ Der Grund: Sie bringen gute Laune, wirken gegen Frühjahrsmüdigkeit und machen sogar traditionelle Fastentage wie Gründonnerstag oder Karfreitag zur Genusszeit. Aber auch an den Osterfesttagen, an denen gehaltvollere Klassiker wie Ostereier, Osterschinken und Osterpinze auf den Tisch kommen, sind frische Rezeptideen gefragt. Inspiration kommt aus der Kotányi Entwicklungsküche: Diese gibt Tipps, mit welchen Gewürzen Ostern 2023 zum kulinarischen Erlebnis wird.

„Im Frühling wollen wir vor allem eines: unsere müden Zellen wieder in Schwung bringen. Frühlingsklassiker wie Schnittlauch, Petersilie und Bärlauch kommen uns da sehr gelegen – weil sie mit frischem Geschmack überzeugen und wertvolle Vitamine enthalten. Auch dekorativ geben die grünen Kräuter viel her, deshalb dürfen sie bei traditionellen Ostergerichten nicht fehlen. Ein wenig Experimentierfreude beim Griff ins Gewürzregal macht den Frühling aber noch schmackhafter und Ostern noch bunter“, so Kotányi Gewürzexpertin **Elisabeth Voltmer**, Head of Quality Management & Product Development.

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com

Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA

E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com

Die Frühjahrsmüdigkeit wegwürzen

Schnittlauch und Petersilie sind klassische Zutaten für Frühlingsaufstriche und -salate. Aber auch **Bärlauch** hat sich als frühlingshaftes Gewürz in der modernen Küche längst einen Namen gemacht. Das wild wachsende Waldkraut eignet sich gleichermaßen für Suppen, Saucen sowie Aufstriche und wird wegen des feinen Geschmacks gerne als Ersatz für Knoblauch verwendet. Das leicht harzige Aroma von **Rosmarin** wiederum verleiht Frühlingsgerichten nicht nur eine angenehme Würznote, sondern hat mit seinen aktivierenden Inhaltsstoffen auch eine belebende Wirkung. Das gilt auch für **Ingwer und Curcuma**, die mit ihren fruchtigen und scharfen Geschmacksaromen viel Abwechslung bringen und dabei auch noch das Immunsystem stärken. *„Im Frühling ist die Lust auf Gewürzexperimente bei den Menschen besonders groß. Auch in der Kotányi Entwicklungsküche nutzen wir diese Jahreszeit gerne, um neue Rezepte und Mischungen zu erproben. Manchmal reicht es aber schon, eine klassische Zutat gegen eine andere zu tauschen, um ein völlig neues Geschmackserlebnis zu haben. Gerade zu Ostern kann man so Familie und Gäste überraschen“*, erklärt **Dominik Mattes**, Director Marketing & Innovation Kotányi. Sein Tipp: Korianderblätter anstelle von Petersilie mit Mango, Chili, frischen Gurken und Linsen kombinieren – schon hat man eine erfrischende Salatkombination für Frühlingstage.

2

Fasten ohne Verzicht

Die Karwoche, die am Ostersonntag ihren feierlichen Höhepunkt erlebt, wartet generell mit vielen Bräuchen und Traditionen auf – darunter auch jede Menge kulinarischer Highlights vom einfachen Osterei über aufwendige Osterbäckerei bis hin zu saftigem Osterschinken. Gereicht werden diese mit viel Obst und Gemüse, leichten Topfenaufstrichen, Salaten und frischen Kräutern. Dabei hat jeder Feiertag seine eigenen Rituale und Gerichte: Am **Gründonnerstag** kommt meist der Klassiker **Spinat** mit Erdäpfeln und Spiegelei auf den Teller. *„Spinat ist ein äußerst vielseitiges Blattgemüse, das klassisch mit geriebener Muskatnuss, Salz, Pfeffer und etwas Knoblauch gewürzt wird. Er harmoniert auch hervorragend mit Curry, Ingwer, Kurkuma und Kokosmilch und bekommt mit Paprika, Kreuzkümmel, Koriander und Joghurt orientalische Geschmacksnoten. Ganz toll schmeckt auch Spinat-Shakshuka mit Fladenbrot mit Chili-Meersalz“*, so Elisabeth Voltmer.

Wer am Gründonnerstag lieber auf bunte **Frühlingsküche mit grünem Gemüse und Salat** setzt, kann mit fruchtigen Noten experimentieren: Fein abgestimmte Salat-Gewürzmischungen kombinieren natürliche Kräuter etwa mit Mango-Fruchtstückchen oder

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com
Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA
E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com

getrockneten Tomaten. Der **Karfreitag** wiederum stellt den Höhepunkt des traditionellen Osterfastens dar: Mit einem leichten **Fischgericht, Gemüsebeilage oder Salat** liegt man an diesem Feiertag immer richtig. Auch hier gibt es neben den traditionellen Fischbegleitern wie Knoblauch, Zitrone und Petersilie zahlreiche Möglichkeiten, einem feinen Fischfilet eine besondere Bühne zu bieten: als exotische Lachs-Ceviche mit Mango und Koriander oder auch als Lachs-Orangen-Risotto mit Curcuma und Cayennepfeffer.

Kulinarisch durchs Osterwochenende

Am **Karsamstag** ist der beste Zeitpunkt, um sich der **Osterbäckerei** zu widmen: Ob klassische **Osterpinze** oder saftiger **Karottenkuchen** – hier sorgen **Bourbon-Vanille oder Zitronenschale** für noch mehr Genuss beim österlichen Kaffeekränzchen. Am Ostersonntag dürfen Traditionsgerichte wie **Schinken im würzigen Brotteig** nicht fehlen, aber auch **Eiergerichte oder frühlingshafte Gemüseaufläufe** sorgen für Frühlings- und Festtagsstimmung. „*Ostern ist wie viele andere Feiertage auch ein Erlebnis für die Sinne – und Gewürze spielen hier mit einer Vielzahl von fruchtigen und frischen Aromen eine wichtige Rolle*“, so Voltmer. Eine besondere Rolle kommt hier **selbst gebackenem Brot** mit seinem einzigartigen Duft zu: Mit natürlichen Gewürzmischungen kann auch bei weniger geübten Bäckerinnen und Bäckern nichts schief gehen – dazu passen **leichte Frühlingsaufstriche** ebenso wie **bunte Gemügesticks**, die zusätzlich als Dekoration Farbe auf die Festtafel bringen und kleine und große Osterhasen zum gesunden Knabbern anregt. Damit auch nichts überbleibt vom großen Festgelage, kann man überzählige Pinzen und Eier als Scheiterhaufen oder Eiaufstrich verarbeiten und genießen.

Alle Rezepte und Infos auf: www.kotanyi.at

Rezeptbox: Frische Gewürzideen für die Osterfeiertage

Service-Hinweis: Bildmaterial zu den Rezepten finden Sie im Bildbogen.

Gründonnerstag

Raffiniert:

Grünes Shakshuka mit Spinat

Zutaten für 2 Portionen

100 g Lauch
30 g Butter
250 g Blattspinat
250 g Petersilie

Veggie-Day

100 g Lauch in der Länge nach halbieren und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Den Lauch in 30 g geschmolzener Butter garen, bis er weich ist. Danach

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com
Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA
E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com

25 ml Obers
1 Stk Kleine Fenchelknolle
1 Stk Jungzwiebel
1 EL Olivenöl
50 g Mozzarella
20 g Parmesan, gerieben
2 Stk Bio Eier
2 Stk Sauerteigbrotscheiben
0,5 TL KOTÁNYI Cumin (Kreuzkümmel)
gemahlen
1 Msp KOTÁNYI Muskatnuss gemahlen
1 Prise KOTÁNYI Bio Chili mit Meersalz
1 KOTÁNYI Bio Pfeffer bunt ganz
1 KOTÁNYI Meersalz jodiert grob

vom Herd nehmen und abkühlen lassen. In der Zwischenzeit den Backofen auf 180° C vorheizen.

Die Blätter von 250 g Blattspinat von den Stielen zupfen. Davon ca. 50 g zur Seite legen und den restlichen Spinat mit 250 g Petersilie für 10 Sekunden in kochendem Salzwasser blanchieren. Anschließend in eiskaltem Wasser mit Eiswürfel abschrecken. Spinat und Petersilie ausdrücken und mit dem Lauch sowie 25 ml Obers grob pürieren. Die Masse mit Muskat, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken.

1 kleine Fenchelknolle vom Strunk befreien und in Streifen schneiden. 1 Jungzwiebel in etwa 3-5 cm lange Stücke schneiden. Beides gemeinsam in Olivenöl kurz anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und stattdessen den zu Seite gelegten Spinat in die Pfanne geben. Sobald die Spinatblätter zusammengefallen sind, zuerst die Spinatmasse und anschließend Fenchel und Jungzwiebel darauf verteilen. 50 g Mozzarella in kleine Stücke reißen und gemeinsam mit 20 g Parmesan auf die Masse geben.

Das Highlight: kleine Mulden für 2 Eier in die Masse drücken und die Eier hineinschlagen. Mit Meersalz und Chili würzen. Die Pfanne für ca. 8 Minuten in den Ofen stellen. Das Shakshuka ist fertig, wenn Eiklar fest und Dotter wachweich sind. In der Wartezeit kann das Sauerteigbrot getoastet werden.

Karfreitag

Einfach gut:
Zanderfilet auf Gemüsebett

Zutaten für 2 Personen

2 Stk. Zanderfilets mit Haut
1 Stk. Zucchini
3 Stk. Karotten
4 EL Olivenöl
4 EL Speisestärke

Fisch

1 Zucchini und 3 Karotten waschen und in feine Streifen schneiden, in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl ca. 3 Minuten braten und mit KOTÁNYI Meersalz, Pfeffer und Knoblauchgranulat würzen. 2 Stück Zanderfilets mit Haut abspülen, trockentupfen, mit je 1 TL KOTÁNYI Fisch Gewürzzubereitung würzen und in Speisestärke wenden. Filets in einer Pfanne mit 2

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com
Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA
E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com

1 TL KOTÁNYI Fisch Gewürzzubereitung
1 Prise Knoblauch pikant
1 Prise KOTÁNYI Meersalz jodiert grob
1 Prise KOTÁNYI Pfeffer schwarz ganz

Karsamstag

Neu interpretiert:

Osterpinze mit zarter Vanillenote

Zutaten für 4 Personen

125 ml Weißwein
500 g Weizenmehl
125 ml Milch
75 g Butter
75 g Zucker
0.5 Stk. Germ
2 Dotter
0.5 EL Salz
5 g KOTÁNYI Anis ganz
0,5 Stk. KOTÁNYI Vanille Bourbon Schote ganz

Zum Bestreichen

1 Ei
2 EL Milch

Ostersonntag

Traditionell:

Osterschinken im würzigen Brotteigmantel

Zutaten für 6 Portionen

350 g Weizenmehl
150 g Roggenmehl

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com
Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA
E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com

EL Olivenöl braten. Filets auf Gemüsenudeln anrichten.

Osterbäckerei

Vorbereitung: 5 g KOTÁNYI Anis anmörsern und mit 125 ml Weißwein vermengen. Über Nacht stehen lassen und abseihen. 500 g Weizenmehl mit ½ EL Salz vermengen.

125 ml Milch wärmen. Germ in eine kleine Schüssel bröseln und mit 1 EL Zucker, 2 EL lauwarmen Milch und 2 EL Mehl zu einem Vorteig anrühren. Mit Mehl bestäuben, mit Frischhaltefolie abdecken und ruhen lassen, bis sich der Vorteig merklich vergrößert hat. 75 g Butter in der restlichen Milch schmelzen,

65 g Zucker und Vanillemark (einer ½ KOTÁNYI Bourbon-Vanilleschote) einrühren. Vorteig, Anis und Milch-Butter-Zucker-Mischung zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Wieder mit Mehl bestäuben, mit Frischhaltefolie abdecken und 1 Stunde gehen lassen.

1 Ei mit Milch verquirlen, Backrohr auf 175° C Heißluft vorheizen. Aus dem Teil ca. 100 g schwere Portionen abstechen und zu Kugeln formen. Kugeln auf zwei mit Backpapier ausgelegte Bleche geben und mit der Eiermilch bestreichen. 30 Minuten gehen lassen, danach Pinzen mit einer Schere dreimal tief einschneiden und 15-20 Minuten goldbraun backen.

Feiertagsgerichte mit und ohne Fleisch

350 g Weizen-, 150 g Roggen- und 100 g Weizenvollkornmehl mit 5 g Sauerteigextrakt, 1 EL Meersalz und 2 EL KOTÁNYI Hausbrot Gewürzmischung vermengen. Germ in eine kleine Schüssel bröckeln und in ein wenig lauwarmen Wasser auflösen, 2 EL Honig einrühren. Die Germmischung zum Mehl geben und verkneten. Nach

100 g Weizenvollkornmehl
5 g Sauerteigextrakt
1 Stk. frischer Germwürfel
2 EL Honig
325 ml warmes Wasser
1 Stk. Rollschinken
Dijonsenf
1 EL Meersalz jodiert grob
2 EL KOTÁNYI Hausbrot Gewürzmischung
1 TL Kümmel gemahlen

und nach rund 300 ml warmes Wasser zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Teig in einer Schüssel mit Frischhaltefolie abgedeckt ca. 1,5 Stunden gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Rollschinken waschen, trocken tupfen, mit Senf einstreichen und mit 1 TL Kümmel bestreuen. Teig auf wenig Mehl nicht zu dünn ausrollen, den Schinken darin einwickeln, die Ränder mit Wasser bestreichen und verschließen.

Das Backrohr auf 180° C vorheizen. Den Schinken im Brotteig nochmals 30 Minuten gehen lassen. Das Brot nach Belieben dekorativ einritzen und im vorgeheizten Backrohr ca. 35-40 Minuten goldbraun backen.

Vegetarisch:

Ziegenkäse-Quiche mit Babyspinat und Karotten

Zutaten für 6 Portionen

1 Pkg. fertigen Quiche-Teig
5 Eier
250 ml Schlagobers
140 g Ziegenfrischkäse (eine Pkg.)
1 EL Pinienkerne
200 g Kleine Karotten
1 Handvoll Babyspinat
2 EL KOTÁNYI Kräutermix nach griechischer Art
1 Prise Meersalz jodiert grob
1 Prise Pfeffer schwarz ganz

Eine Quicheform einfetten und den Teig darin auslegen. Den Backofen auf 170° C vorheizen.

Mit einer Gabel den Boden einstechen und kurz anbacken (ca. 5 Minuten). Eier, Schlagobers, KOTÁNYI Kräuter, und zerbröselten Ziegenfrischkäse in einer Schüssel gut zusammenrühren. Die Masse in die Quicheform füllen. Karotten waschen und der Länge nach halbieren. Spinat waschen. Karotten, Spinat und Pinienkerne in der Quiche verteilen, sodass alles gut mit Flüssigkeit bedeckt ist. Mit Meersalz und gemahlenem Pfeffer würzen. Die Quiche für etwa 45 Minuten bei 170° C Umluft backen. Quiche aufschneiden, auf Tellern anrichten und genießen.

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com
Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA
E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com

Bildmaterial zum Download

Zum Download von Bildmaterial in druckfähiger Auflösung klicken Sie bitte auf die blauen Links unter den Bildern. Bitte beachten Sie die angegebenen Fotocredits.



Bei einem herzhaften Oster-Frühstück dürfen Gewürze einfach nicht fehlen

© Kotányi GmbH

[Bilddownload](#)



Grünes Shakshuka mit Spinat

© Kotányi GmbH

[Bilddownload](#)

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com

Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA

E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com



Zanderfilet auf Gemüsebett

© Kotányi GmbH

[Bilddownload](#)



Osterpinze mit zarter Vanillenote

© Kotányi GmbH

[Bilddownload](#)



Osterschinken im würzigen Brotteigmantel

© Kotányi GmbH

[Bilddownload](#)

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com

Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA

E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com



Ziegenkäse-Quiche mit Babyspinat und Karotten

© Kotányi GmbH

[Bilddownload](#)



Mag. (FH) Dominik Mattes, MBA

Director Marketing & Innovation Kotányi GmbH

© Kotányi GmbH

[Bilddownload](#)



Mag. Elisabeth Voltmer

Head of Quality Management & Product Development Kotányi GmbH

© Kotányi GmbH

[Bilddownload](#)

Über Kotányi

1881 von Janos Kotányi im ungarischen Szeged gegründet, zählt Kotányi heute zu den traditions- und erfolgreichsten Familienunternehmen Österreichs und beschäftigt mit Sitz in Wolkersdorf im niederösterreichischen Weinviertel rund 600 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Der Name Kotányi steht seit über 140 Jahren für edle Gewürze in höchster Qualität: Alle Rohstoffe durchlaufen strenge Qualitätskontrollen, bevor sie in der hauseigenen Produktion in Wolkersdorf weiterverarbeitet werden. Weitere Informationen auf www.kotanyi.com.

Rückfragehinweis

currycom communications GmbH | Mariahilfer Straße 99 | 1060 Wien | Tel.: 01 / 599 50 | www.currycom.com

Ansprechpartnerinnen: Barbara Schwarz | Kathrin Sekanina, BA | Mag. (FH) Martina Wenzel, BA

E-Mail: barbara.schwarz@currycom.com | kathrin.sekanina@currycom.com | martina.wenzel@currycom.com