

# Dörrrezepte – gesund, leicht und fein

Recettes à base de légumes et fruits secs –  
saines, légères et délicieuses

Ricette per l'essiccazione –  
sane, leggere e squisite

Drying recipes –  
healthy, light and tasty



**STOCKLI**

|          |     |
|----------|-----|
| Français | 43  |
| Italiano | 73  |
| English  | 103 |



# Inhalt

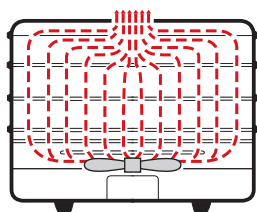
| Thema            | Dörrgut | Rezepte                                       | Seite |
|------------------|---------|-----------------------------------------------|-------|
| Dörren allgemein |         |                                               | 4     |
| Portrait         |         |                                               | 5     |
| Dörrtabelle      |         |                                               | 7     |
| Getränke         |         |                                               |       |
|                  | Früchte | Früchtebowle                                  | 12    |
|                  | Früchte | Rotwein-Punsch                                | 13    |
| Suppen           |         |                                               |       |
|                  | Gemüse  | Marronisuppe                                  | 16    |
|                  | Gemüse  | Tomatencrèmesuppe mit getrockneten Tomaten    | 17    |
| Vegi & Fisch     |         |                                               |       |
|                  | Früchte | Milchreis mit Birnen                          | 20    |
|                  | Gemüse  | Rotes Pesto                                   | 21    |
|                  | Gemüse  | Dorschfilet royale mit Apfelringen            | 22    |
|                  | Pilze   | Steinpilzrisotto mit grünen Spargeln          | 23    |
|                  | Kräuter | Kartoffelküchlein                             | 24    |
|                  | Kräuter | Bärlauchspätzli                               | 25    |
| Hauptspeisen     |         |                                               |       |
|                  | Gemüse  | Rindfleischsalat mit Dörrbohnen               | 28    |
|                  | Gemüse  | Sauerkraut mit Ananas                         | 29    |
|                  | Früchte | Schweinsfilet mit gedörrten Pflaumen          | 30    |
|                  | Früchte | Lammragout an feiner Currysauce mit Aprikosen | 31    |
|                  | Früchte | Pouletbrüstli mit Früchte-Mascarpone-Füllung  | 32    |
|                  | Pilze   | Hackfleischsteak mit Steinpilzen              | 33    |
| Dessert & Kuchen |         |                                               |       |
|                  | Früchte | Süsser Aprikosentraum                         | 36    |
|                  | Früchte | Sauerkirschkuchen                             | 37    |
|                  | Früchte | Himmlische Amaretti-Kirschtorte               | 38    |
|                  | Früchte | Früchtebrot                                   | 39    |
| Zutaten          |         |                                               |       |
|                  | Kräuter | Kräutersalz                                   | 40    |
|                  | Pilze   | Pilzpulver                                    | 41    |

# Schmackhaft, gesund und preiswert

Dörren ist die natürlichste und einfachste Art, Früchte, Gemüse, Pilze und Kräuter dauerhaft zu konservieren. Gedörktes behält seinen hohen Nährwert, ist also sehr schmackhaft und gesund. Überdies sind gedörkte Vorräte eine preiswerte Alternative zu Konserven und energieaufwändiger Tiefkühlkost. Jetzt können Sie dank dem «dörrex» Lebensmittel mitten in der Saison frisch verarbeiten.

## Schonend und gleichmässig dörren

Die stufenlose Temperatur-Regulierung ermöglicht ein schonendes Verarbeiten. Zudem garantiert die aktive Warmluftzirkulation ein absolut gleichmässiges Dörren. So bleiben die wertvollen Nährstoffe im Dörrgut vollständig erhalten.



Aktive Warmluftzirkulation  
Das Geheimnis für perfektes Dörren



# Die unterschiedlichsten Zubereitungsarten und was der Lebensmittelmarkt so alles zu bieten hat...



Mariann Münzberg  
Hobbyköchin aus Leidenschaft

Die Dörrexzepte, die Sie in diesem Buch finden, hat die Stöckli Mitarbeiterin Mariann Münzberg für Sie ausgetüftelt. Obwohl nicht mehr in ihrem gelernten Beruf als Koch tätig, gehört das Kochen und Bewirten von Gästen nach wie vor zu ihrem liebsten Hobby. Mehr noch, das Ausstudieren von neuen Rezepten, die sie alle einmal in einem Kochbuch herausgeben möchte.

Kochen hatte bereits in der Familie Tradition. Schon die Eltern besaßen ein Restaurant in Mühlehorn, am schönen Walensee. So lag es auf der Hand, dass die Tochter eine Kochlehre absolvierte. Die Wirtfachprüfung und die Gründung und Führung eines «Clubs von kochenden Männern», sowie die Arbeit als Gerantin, waren weitere prägende Stationen. Ihr reicher Erfahrungsschatz wurde abgerundet durch die Tätigkeit in der Electrolux Versuchsküche.

Eine ausgezeichnete Gelegenheit, ihr fundiertes Wissen anzuwenden, bot sich mit der Lancierung der neuen «dörrex-Generation». Bekömmliche, leichte Rezepte wurden gesucht. Ihrer Kochphilosophie – vorwiegend Bioprodukte und frische, saisonale Lebensmittel zu verwenden – kam dies sehr entgegen. Das Resultat ist ein Schmaus für «Gaumen und Auge» geworden. Beurteilen Sie selber und probieren Sie's aus. Sie werden überrascht sein vom unverfälschten, intensiven, natürlichen und frischen Geschmack.







# Dörrtabelle

## Früchte dörren mit 70° C

| Dörrgut                 | Zubereitung                                                  | Dörrzeit in Stunden ca. | Dörrprobe          | Menge pro Gitter ca. | Gewicht fertig gedörrt in % des Frischgewichtes | Temp. Grad |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------|----------------------|-------------------------------------------------|------------|
| Äpfel                   | Schnitze ca. 15 mm dick<br>Scheiben ca. 8 mm dick            | 6-10                    | gut biegsam        | 600 g                | 10-15%                                          | 70°        |
| Aprikosen               | halbieren, Schnittfläche nach oben                           | 10-18                   | biegsam            | 500 g                | 20%                                             | 70°        |
| Ananas                  | Schälen, Scheiben ca. 8 mm dick                              | 10-12                   | gut biegsam        | 500 g                | 25-30%                                          | 70°        |
| Bananen                 | Schälen, längs halbieren, vierteln                           | 8-12                    | biegsam            | 600 g                | 20-25%                                          | 70°        |
| Birnen                  | halbieren, Schnittfläche nach oben<br>Scheiben ca. 8 mm dick | 15-30<br>6-10           | biegsam<br>biegsam | 600 g<br>500 g       | 20-25%                                          | 70°        |
| Erdbeeren               | halbieren oder ganz                                          | 9-15                    | biegsam            | 250 g<br>500 g       | 20%                                             | 70°        |
| Feigen                  | halbieren, Schnittflächen nach oben                          | 10-12                   | trocken            | 600 g                | 20%                                             | 50°        |
| Kirschen                | ganz oder entsteint                                          | 10-18                   | lederartig         | 500 g                | 25-30%                                          | 70°        |
| Trauben                 | halbieren, Schnittfläche nach oben                           | 12-15                   | gut biegsam        | 500 g                | 20%                                             | 70°        |
| Zwetschgen/<br>Pflaumen | halbieren, Schnittfläche nach oben                           | 10-18                   | biegsam            | 500 g                | 20%                                             | 70°        |

Was, wie, wieviel: Alle Früchte mit 70° dörren, Kerngehäuse, Stiele und Kerne entfernen (ausgenommen Kirschen). Um das Braunwerden der Früchte zu verhindern, vor dem Dörren mit Zitronensaft bestreichen.

Die angegebenen Temperaturen und Dörrzeiten sind Richtwerte. Je nach Grösse der Stücke und Feuchtigkeitsgehalt der Früchte können sich die Dörrzeiten erheblich verändern.



## Gemüse dörren mit 70° C

| Dörrgut              | Zubereitung                                                                        | Dörrzeit in Stunden ca. | Dörrprobe    | Menge pro Gitter ca. | Gewicht fertig gedörrt in % des Frischgewichtes | Temp. Grad |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------|----------------------|-------------------------------------------------|------------|
| Bohnen               | ganze Bohnen *                                                                     | 6-10                    | zerbrechlich | 400 g                | 15%                                             | 70°        |
| Erbsen               | abhülsen *                                                                         | 8-10                    | hart         | 400 g                | 25%                                             | 70°        |
| Gurken               | ungeschält, Scheiben ca. 1 cm dick *                                               | 6-8                     | hart         | 400 g                | 15%                                             | 70°        |
| Karotten             | schälen, Scheiben ca. 8 mm dick *                                                  | 6-8                     | hart         | 400 g                | 15%                                             | 70°        |
| Lauch                | halbieren, 6-8 cm lange Stücke schneiden, blanchieren                              | 6-10                    | zerbrechlich | 500 g                | 20%                                             | 70°        |
| Peperoni/<br>Paprika | in Streifen schneiden ca. 8 mm dick *                                              | 8-10                    | biegsam      | 400 g                | 20%                                             | 70°        |
| Sellerie             | schälen, Scheiben ca. 8 mm dick, blanchieren                                       | 6-10                    | hart         | 400 g                | 15%                                             | 70°        |
| Suppen-<br>gemüse    | Karotten, Sellerie, Lauch, Kohlrabi, Kohl in feine Streifen schneiden, blanchieren | 6-8                     | zäh          | 300 g                | 10-15%                                          | 60°        |
| Tomaten              | schälen, halbieren, Schnittfläche nach oben, Scheiben ca. 6 mm dick *              | 10-14                   | biegsam      | 400 g                | 15%                                             | 70°        |
|                      |                                                                                    | 7-10                    | hart         | 300 g                | 10%                                             | 70°        |
| Zucchini             | ungeschält, Scheiben ca. 8 mm dick *                                               | 7-8                     | biegsam      | 400 g                | 15%                                             | 70°        |

\* kurz blanchieren

Was, wie, wieviel: Alle Gemüse mit 70° dörren, ausgenommen Suppengemüse mit 60°.

Die angegebenen Temperaturen und Dörrzeiten sind Richtwerte. Je nach Grösse der Stücke können sich die Dörrzeiten erheblich verändern.





## Kräuter dörren mit 40° C

| Dörrgut                                                                            | Zubereitung                                                                       | Dörrzeit in Stunden ca. | Dörrprobe    | Temp. Grad |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------|------------|
| Basilikum, Bohnenkraut, Dill, Estragon, Petersilie, Rosmarin, Salbei, Schnittlauch | ganz dörren oder schneiden, waschen, auf Gaze/Zellstoff legen und trocknen lassen | 2-6                     | zerbrechlich | 40°        |

Die angegebenen Dörrzeiten sind Richtwerte.  
Je nach Art der Kräuter kann sich diese Zeit verändern.  
Kräuter erst kurz vor der Verwendung zerreiben.



## Pilze dörren mit 50° C

| Dörrgut          | Zubereitung                                                                                  | Dörrzeit in Stunden ca. | Dörrprobe | Temp. Grad |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------|------------|
| Alle Pilz-Sorten | gut reinigen, kleinere Pilze nicht zerschneiden, grosse der Länge nach in Scheiben schneiden | 2-6                     | zäh       | 50°        |

Die angegebenen Dörrzeiten sind Richtwerte.  
Je nach Pilzart und Grösse der Stücke kann sich diese Zeit verändern.





# *Getränke*



# Früchtebowle

## Zutaten

|           |                            |
|-----------|----------------------------|
| 3 TL      | Ananaswürfel gedörrt       |
| 3 TL      | Erdbeerwürfel gedörrt      |
| 2 dl      | Ananassaft                 |
| 40 ml     | Kokosnusslikör             |
| 20 ml     | Aprikosenlikör             |
| 20 ml     | Wodka mit Himbeergeschmack |
| 2 dl      | fruchtiger Weisswein       |
| 2 dl      | Sekt                       |
| 2 Blätter | Zitronenmelisse            |

## Zubereitung

Früchte im Ananassaft über Nacht einweichen. Saft in den Kühlschrank stellen

Früchte mit den verschiedenen Likören parfümieren

auffüllen und kühl stellen

fein hacken und beifügen (nach Belieben)

## Tipp

Sekt erst kurz vor dem Servieren beifügen, dass er noch richtig prickelt. Bowle in Sektschalen füllen und servieren.



# Rotwein-Punsch

## Zutaten

|              |                         |
|--------------|-------------------------|
| 7 dl         | Rotwein                 |
| 1 Stück      | Orange, unbehandelt     |
| von 2 Äpfeln | Apfelschalen getrocknet |
| 2 dl         | Rahm                    |
| 2 Stangen    | Zimt                    |
| 2 Stück      | Sternanis               |
| 4 Stück      | Nelken                  |
| 4 Stück      | Pimentkörner            |
| 4 Stück      | Koriander               |
| 80 g         | Kandiszucker            |
| 60 – 80 cl   | Rum                     |

## Zubereitung

in einen Topf füllen

in Scheiben schneiden und dem Rotwein beigeben

alle Gewürze dem Rotwein beifügen und bei kleiner Stufe langsam ziehen lassen. Der Rotwein sollte nicht kochen. Nach ca. 10 Min. den Rotwein durch ein Sieb giessen

Rum dem heissen Gewürz-Rotwein beifügen und in vier Groggläser abfüllen

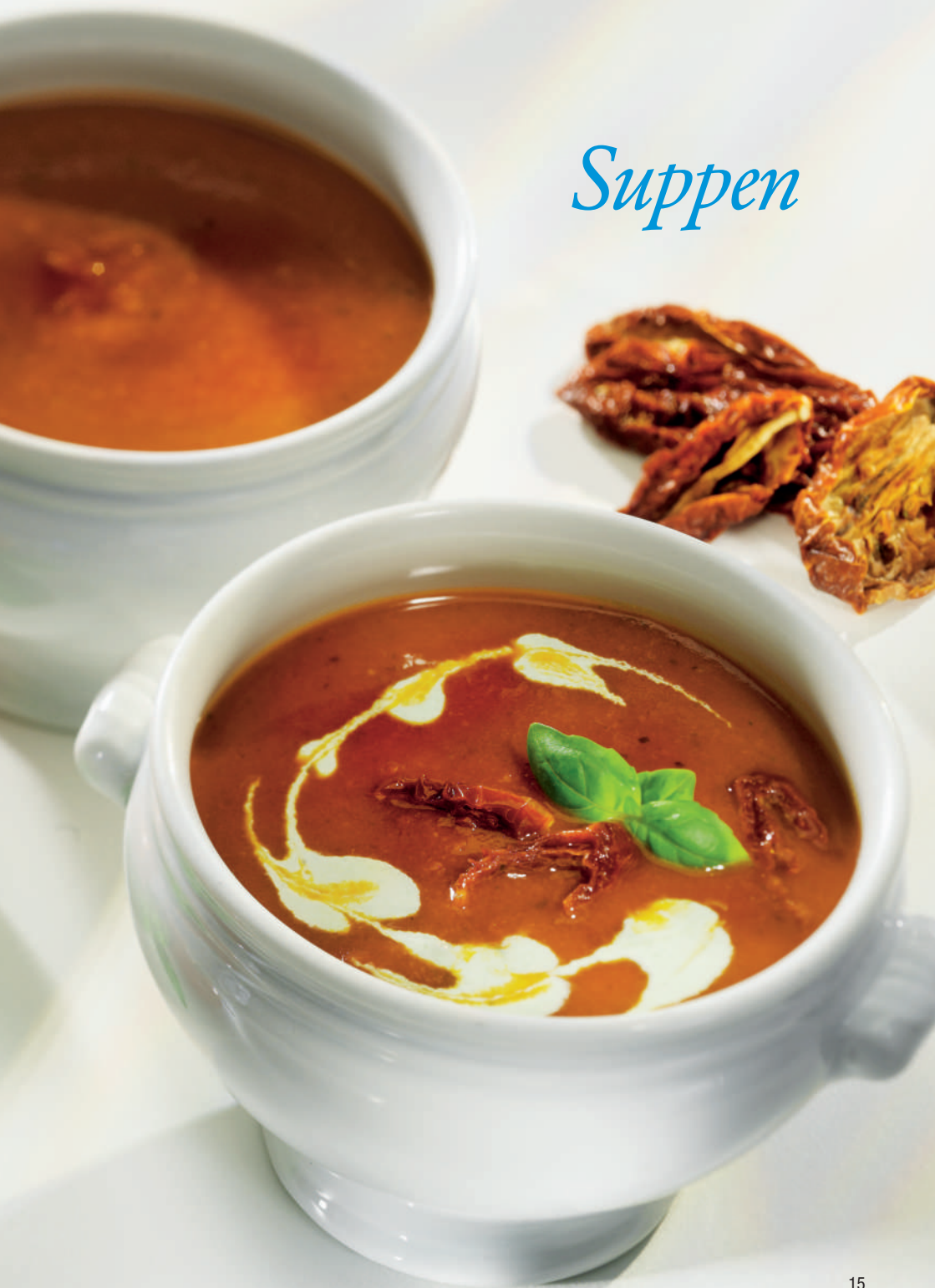
## Tipp

Probieren Sie es einmal mit Rosoli (Likör aus getrockneten Kirschen) oder mit Churer-Röteli.





# *Suppen*



# Marronisuppe

## Zutaten

|          |                             |
|----------|-----------------------------|
| 125 g    | Marroni / Kastanien gedörrt |
| 20 g     | Butter                      |
| 1 kleine | Zwiebel, gehackt            |
| 1/2 TL   | Lebkuchengewürz             |
| 2 dl     | Weisswein                   |
| 3 dl     | Bouillon                    |
| 2.5 dl   | Rahm / Sahne                |

## Zubereitung

über Nacht einweichen,  
ev. dunkle Häutchen entfernen

im Topf erhitzen  
beifügen, glasig dünsten Marroni  
dazugeben und andünsten, bis sie  
eine leichte Farbe erhalten.

darüberstreuen  
ablöschen und etwas reduzieren  
beifügen und bei geschlossenem Deckel  
sanft köcheln bis die Marroni gar sind.  
Bei Bedarf etwas Bouillon nachgiessen.

Wenn die Marroni zerfallen, Topf vom  
Herd nehmen und Rahm/Sahne beifügen.  
Im Mixer sehr fein pürieren.  
Anschliessend durch ein Sieb giessen.

In Suppentassen füllen und mit halb-  
geschlagenem Rahm / Sahne dekorieren

## Tipp

4 gegarte Marroni in kleine Würfel schneiden und karamellisieren, in den Suppentassen verteilen und mit Suppe übergiessen.

# Tomatencrèmesuppe mit Basilikum-Rahm

## Zutaten

|               |                                        |
|---------------|----------------------------------------|
| 2 EL          | Olivenöl                               |
| 1 Stück       | Zwiebeln, grob gewürfelt               |
| 1 Zehe        | Knoblauch gehackt                      |
| 1/2 dl        | Rotwein                                |
| 1 Dose, 400 g | Tomaten gehackt                        |
| 50 g          | Tomaten getrocknet,<br>in Öl eingelegt |
| 1 TL          | Italienische Kräuter                   |
| 3 dl          | Bouillon                               |
| 1dl           | Rahm, flüssig                          |
| 1 dl          | Rahm<br>frische Basilikumblätter       |

## Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl glasig anziehen

mit Rotwein ablöschen und etwas reduzieren

gehackte und eingelegte Tomaten beifügen  
1 Stück zur Seite legen und in feine Streifen scheiden. Diese werden für die Garnitur verwendet.

hinzufügen

beifügen und bei niedriger Stufe mit geschlossenem Deckel gar ziehen lassen. Ca. 30-40 Min.

Suppe sehr fein pürieren und mit Rahm verfeinern. Ev. etwas Bouillon nachgiessen und nach Belieben abschmecken

steif schlagen  
durch die Knoblauchpresse drücken und unter den geschlagenen Rahm geben, mit wenig Kräutersalz würzen

Suppe in die Teller füllen, mit Basilikum-Rahm dekorieren und die feinen, eingelegten Tomatenstreifen darüber verteilen

## Tipp

Dieses feine Süsschen kann zusätzlich mit Gin parfümiert werden.







# *Vegi & Fisch*





## Milchreis mit Birnen

### Zutaten

|           |                           |
|-----------|---------------------------|
| 60 g      | Birnen, geschält, gedörrt |
| 8 – 10 dl | Milch                     |
| 2 EL      | Mandelöl                  |
| 1 Prise   | Salz                      |
| 3 EL      | Mandelmus                 |
| 250 g     | Milchreis                 |
|           | Zucker                    |
|           | Zucker-Zimt               |

### Zubereitung

über Nacht in Milch einweichen

8 dl Milch in den Topf geben und erhitzen

Aromen und Salz beifügen

Reis in die leicht kochende Milch geben und aufkochen. Gut umrühren. Nach dem Aufkochen den Reis auf kleine Stufe stellen und quellen lassen.

Sollte man erst am Ende der Kochzeit beifügen, da die Reiskörner sonst verkleben und der Reis nicht gar wird.

Auf den Tisch stellen, somit kann jeder beliebig seinen Reis zuckern

mit Apfelmus oder Kompott servieren

### Tipp

Zu diesem Milchreis passt hervorragend eine leichte Schokoladensauce.

## Rotes Pesto mit Pasta

### Zutaten

|            |                                    |
|------------|------------------------------------|
| 20 Stück   | gedörnte, in Öl eingelegte Tomaten |
| 1 dl       | Oliveöl                            |
| 2 Zehen    | Knoblauch                          |
| 1 EL       | Italienische Kräuter               |
| 10 Blätter | Basilikum, frisch                  |
| 2 EL       | Pinienkerne                        |
| 100 g      | Sbrinz oder Parmesan               |
| 1 Stück    | Chilli                             |
| 4 EL       | Wasser                             |
| 3 EL       | Tomatenpüree konzentriert          |
| 500 g      | Spaghetti                          |

### Zubereitung

Alle Zutaten in den Cutter einfüllen und zu einem feinen Brei vermahlen

wie gewohnt kochen und mit dem roten Pesto mischen. Menge nach Belieben.

### Tipp

Kann mit Rahm / Sahne verfeinert werden.

# Dorschfilet royale mit Apfelringen

## Zutaten

|           |                          |
|-----------|--------------------------|
| 12 Stück  | Apfelringe gedörrt       |
| 100 ml    | Wasser                   |
| 100 ml    | Weisswein                |
| 1/2 Stück | Peperoni rot             |
| 1/2 Stück | Peperoni grün            |
| 1 Stück   | Zwiebel, klein           |
| 2 EL      | Olivöl                   |
| 1 dl      | Tomatensauce, eingedickt |
|           | Kräutersalz, Pfeffer     |
| 600 g     | Dorschfilet royale       |
|           | Salz und Pfeffer         |
|           | Mehl                     |
| 3 EL      | Öl                       |

## Zubereitung

im lauwarmen «Wasser-Weisswein»  
ca. 1 Std. einlegen

in feine Streifen schneiden

fein gehackt  
In Pfanne erhitzen und Zwiebeln dünsten,  
grüne und rote Peperoni mitdünsten.  
Eingeweichte Apfelringe dazugeben und  
mitdämpfen. Mit der «Wasser-Weisswein»  
Mischung ablöschen.

beifügen und ca. 10 Min. köcheln lassen  
Nach Belieben würzen. Sauce warm stellen.

4 Filets à ca. 150 Gramm  
würzen  
Fisch im Mehl wenden

Fett erhitzen und Fisch auf beiden Seiten  
ca. je 2 Min. braten. Ev. am Schluss ein Stück  
frische Butter zum Fertigbraten beifügen.

## Tipp

Fisch auf Teller anrichten.  
Mit der Peperonisauce nappieren und  
anschliessend auf jede Portion Fisch  
drei Apfelringe fächerartig anrichten.  
Servieren mit Reis oder Salzkartoffeln.



# Steinpilzrisotto mit grünen Spargeln

## Zutaten

|           |                                     |
|-----------|-------------------------------------|
| 25 g      | Steinpilze, gedörrt                 |
| 20 g      | Butter                              |
| 1 Stück   | Zwiebel, gehackt                    |
| 400 g     | Risotto-Reis (Arbario oder Vialone) |
| 2 dl      | Weisswein, trocken                  |
| 8 – 10 dl | Bouillon                            |
| 400 g     | Spargel grün                        |
| 40 g      | Butter, frisch                      |
| 50 g      | Parmesan, frisch gerieben           |
| 1 dl      | Rahm, flüssig                       |

## Zubereitung

in kleine Schüssel geben und knapp mit Wasser bedecken – die Pilze ca. 30 Min. einweichen

Zwiebeln in Butter glasig dünsten

beifügen und kurz in Butter-Zwiebel wenden ablöschen

Steinpilze in Risotto geben auffüllen, aufkochen und das Ganze auf kleiner Stufe ca. 30 Min. ziehen lassen.

trockenes Ende der Spargel grosszügig abschneiden, anschliessend in kleine Stück schneiden und im Stöckli-Steamer bei voller Stufe ca. 20 Min. knackig vorgaren.

Risotto auf  $\frac{2}{3}$  garen und Spargel beifügen und fertig garen

Butter, Parmesan und Rahm unter den fertigen Risotto geben. Mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Ev. Bouillon nachgiessen. Risotto sollte von der Konsistenz her sämig und leicht flüssig sein, dann schmeckt er einfach am Besten.

## Tipp

Ein paar Spargelstücke zurückbehalten und kurz in Butter schwenken und auf dem angerichteten Risotto verteilen. Zusätzlich frisch geriebenen Parmesan darüber streuen.

Leider nichts für die schlanke Figur, aber dieser Risotto ist «eine Sünde wert».



# Kartoffelküchlein

## Zutaten

|             |                       |
|-------------|-----------------------|
| 1 kg        | Kartoffeln            |
|             | Salz, Muskat, Pfeffer |
| 50 g        | Käse gerieben         |
| 20 g        | Kräutermischung       |
| 2 – 3 Stück | Eier                  |
| 20 g        | Mehl                  |
|             | Butter, ausgelassen   |

## Zubereitung

Kartoffeln kochen und pürieren (Passvite)  
würzen  
alles zu den Kartoffeln geben, gut verrühren

Die Kartoffelmasse zu runden, flachen  
Küchlein formen und im heissen Butterfett in  
der Bratpfanne beidseitig braten

## Tipp

Die Küchlein können mit blanchierten, kleinen Gemüswürfeln ergänzt werden oder Pilze beifügen.

Die Kartoffelküchlein kann man mit einem bunten Salat servieren. Auch zu Fleischgerichten passen sie ausgezeichnet.



## Bärlauchspätzli

### Zutaten

|         |                                               |
|---------|-----------------------------------------------|
| 400 g   | Weissmehl oder Knöpfliemehl                   |
| 2 EL    | Bärlauch, getrocknet<br>Salz, Muskat, Pfeffer |
| 4 Stück | Eier                                          |
| 2.5 dl  | Milch                                         |
| 4 lt.   | Salzwasser (wie für Teigwaren)                |

### Zubereitung

in eine Rührschüssel geben

dazugeben  
würzen

Milch mit den Eiern zum gewürzten Mehl geben und den Teig von Hand schlagen bis er Blasen wirft. Der Teig muss zähflüssig sein. Teig ca. 1 Std. ruhen lassen, damit das Mehl genügend quellen kann.

Salzwasser aufkochen. Den Spätzliteig durch das spezielle Spätzlisieb ins Salzwasser drücken. Aufkochen bis die Spätzli an der Oberfläche schwimmen und mit der Schaumkelle aus dem Topf schöpfen.

Die Spätzli können mit Butter angereichert und leicht nachgewürzt mit Salz und Muskat, sofort frisch serviert werden.

Oder, bei späterem Verzehr, im kalten Wasser kurz abschrecken. Anschliessend gut abtropfen lassen und im Kühlschrank aufbewahren. Frische Spätzli am besten sofort verzehren.

### Tipp

Die Spätzli können auch in Butter gebraten werden.



# *Hauptspeisen*



# Rindfleischsalat mit Dörrbohnen

## Zutaten

1.2 lt Bouillon  
 1 Stück Karotte  
 1 Stück Lauchstengel  
 1 Stück Zwiebel  
 2 Stück Lorbeerblatt  
 4 Stück Nelken  
 500 g Tafelspitz (mageres Siedfleisch)

1 Stück Zwiebeln, grob gewürfelt  
 1 Zehe Knoblauch, fein gehackt  
 2 TL Rapsöl  
 50 g Dörrbohnen  
 1 dl Fleischbouillon

100 g Schalotten, fein gehackt  
 Petersilie, gehackt  
 Schnittlauch, geschnitten  
 Kerbel, gehackt  
 1 TL Dijon-Senf  
 1 dl Rapsöl  
 1 Stück Saft von einer Zitrone

## Zubereitung

erhitzen  
 Gemüse zu Bouillon beifügen

Zwiebel mit Lorbeerblatt und Nelken spicken

Fleisch in die heisse, leicht perlende Bouillon geben. Die Bouillon sollte leicht simmern, nicht kochen. Das Eiweiss regelmässig abschöpfen. Ca. 1 Std. garen lassen. Im Sud erkalten lassen

eingeweichte und abgetropfte Bohnen zufügen angiesen und bei geschlossenem Deckel ziehen lassen. Bei Bedarf etwas Fleischbrühe nachgiessen

Wenn die Bohnen fast gar sind, Deckel entfernen und die Flüssigkeit fast vollständig reduzieren

Fleisch in feine Streifen schneiden. Bohnen begeben. Das noch lauwarme Fleisch in einer Vinaigrette, gemischt aus Zitronensaft, Kräutersalz, Petersilie und Rapsöl, kurz ziehen lassen

Schalotten, die gehackten Kräuter mit Senf, Öl und Zitronensaft zu einer Vinaigrette verrühren

## Tipp

Rindfleischsalat mit einem bunten Blattsalat servieren. Dazu ein frisches Baguette.

## Sauerkraut mit Ananas

### Zutaten

|          |                        |
|----------|------------------------|
| 20 g     | gedörnte Ananaswürfeli |
| 200 ml   | Ananassaft             |
| 20 g     | Butter                 |
| 1 kleine | Zwiebel, gehackt       |
| 450 g    | Sauerkraut, roh        |
|          | Ananassaft mit Würfeli |
| 2 dl     | Sekt                   |
| 1 Stück  | Lorbeerblatt           |
| 5 Stück  | Wachholderbeeren       |
| 3 EL     | Honig                  |
| 1 TL     | Kräutersalz            |
| 2 TL     | Stärkemehl             |
| 2 EL.    | Wasser                 |

### Zubereitung

Ananas im Saft ca. 1 Std. einweichen

im Topf erhitzen  
beifügen, glasig dünsten

beifügen und kurz dämpfen  
auffüllen  
auffüllen  
würzen mit Salz, Gewürzen und Honig

auflösen und zu Sauerkraut beifügen,  
gut umrühren

ca. 30 – 40 Min. leise köcheln lassen

### Tipp

Direkt auf dem Sauerkraut ein Stück Rippli oder Speck mitkochen.  
Dies ergibt einen kräftigen Geschmack.  
Dazu Salzkartoffeln servieren.

# Schweinsfilet mit gedörrten Pflaumen

## Zutaten

|             |                              |
|-------------|------------------------------|
| 12 Stück    | Schweinefilet, ca. 3 cm dick |
| 6 Stück     | gedörrte Pflaumen            |
| 12 Scheiben | Frühstücksspeck              |
|             | Öl                           |

## Zubereitung

In jedes Filetstück mit dem Messer in der Mitte ein Loch stechen

1/2 Pflaume in das Loch drücken

mit Speck umwickeln und mit kleinem Holzstick befestigen

in der Pfanne beidseitig scharf anbraten und im Ofen bei ca. 80° C 10 Min. ziehen lassen

Dazu passt eine feine Rahmsauce.

## Tipp

Sommerzeit – Grillzeit. Schweinsfilet auf dem Grill braten und mit einem bunten Salat servieren.



# Lammragout an feiner Currysauce mit Aprikosen

## Zutaten

|                 |                             |
|-----------------|-----------------------------|
| 3 EL.           | Öl                          |
| 500 g           | Lammragout<br>Fleischgewürz |
| 1 Stück         | Zwiebel, gehackt            |
| 1 Stück         | Zitronengrasstengel         |
| 1 kleines Stück | Ingwer                      |
| 2 Stück         | Kafirblätter                |
| 1 Stück         | Chilli                      |
| 1 EL            | Curry scharf                |
| 1 EL            | Curry mild                  |
| 1 TL            | Zimt                        |
| 400 ml          | Kokosmilch                  |
| 2 dl            | Fleischbrühe                |
| 150 g           | Aprikosen gedörrt           |
| 3 EL            | Rosinen                     |

## Zubereitung

in Pfanne erhitzen  
trockengetupftes Fleisch würzen und scharf  
anbraten  
beifügen und mitdünsten  
klein schneiden und dazugeben  
braune Schale mit Messer entfernen und fein  
hacken  
beifügen  
klein schneiden und beifügen  
Gewürze beigegeben

mit Kokosmilch ablöschen  
auffüllen

Alles ca. 50 Min. auf kleiner Stufe  
köcheln lassen. Eventuell das Ganze etwas  
nachwürzen. Die Fleischstückchen aus der  
Sauce nehmen und die Sauce im  
Mixer pürieren. Anschliessend durch ein Sieb  
giessen, damit auch die kleinen Fasern  
entfernt werden.

kleine Würfel schneiden und Früchte  
beifügen, das Ganze nochmals ca. 10 Min.  
köcheln lassen.

## Tipp

Dazu passt hervorragend Basmati- oder  
Parfümreis.



# Pouletschnitzel mit Früchte-Mascarpone-Füllung

## Zutaten

|           |                   |
|-----------|-------------------|
| 1 EL      | Butter            |
| 1 EL      | Pinienkerne       |
| 1/2 Stück | Apfel, geschält   |
| 1 EL      | Sultaninen        |
| 2 Stück   | Feigen getrocknet |
| 2 EL      | Mascarpone        |

## Zubereitung

in der Bratpfanne schmelzen  
mitrösten  
in ganz feine, kleine Würfel schneiden,  
in die Pfanne geben und mitdämpfen  
beifügen  
Pfanne von der Kochstelle entfernen und  
Masse etwas abkühlen lassen. Anschliessend  
Mascarpone unterrühren und mit Kräutersalz  
und Pfeffer würzen

## Pouletschnitzel

|         |                                        |
|---------|----------------------------------------|
| 4 Stück | Pouletschnitzel, gross                 |
|         | Fleischfaden zum Binden<br>grobe Nadel |
|         | Würzmischung für Geflügel<br>Öl        |

Quer eine grosse Tasche in das Schnitzel  
schneiden. Anschliessend mit der Füllung  
befüllen. Mit dem Faden die Tasche zunähen.  
Keinen Knopf am Anfang und Ende, sodass der  
Faden nach dem Garen durch Ziehen schnell  
entfernt werden kann.

Schnitzel würzen  
in der Bratpfanne erhitzen und die Schnitzel  
braten

Schnitzel in eine feuerfeste Form legen,  
mit Currysauce übergiessen und im Ofen bei  
ca. 150°C – 170°C, 20 Min. gar ziehen lassen.

## Currysauce für 8 Personen

|             |                           |
|-------------|---------------------------|
| 2 EL        | Öl                        |
| 1 Stück     | Zwiebel                   |
| 1           | Apfel                     |
| 1 Stück     | Karotte, klein            |
| 1           | Banane                    |
| 1           | Chillischote              |
| 1 Stück     | Ingwer, klein             |
| 1/2 Stengel | Zitronengras              |
| 3–4 EL      | Curry (je nach Geschmack) |
| 500 ml      | Kokosmilch                |
| 500 ml      | Geflügelbrühe             |
|             | Kräutersalz               |
|             | Pfeffer                   |
| 2 dl        | Rahm                      |

in der Pfanne erhitzen  
alles Gemüse und Gewürze grob zerkleinern  
und im Fett dünsten

über das Gemüse streuen, gut unterrühren  
ablöschen mit Kokosmilch und Geflügelbrühe  
würzen, anschliessend ca. 30 Min. köcheln  
lassen, bis das Gemüse gar ist.  
Dann mixen und durch ein Sieb passieren.

mit Rahm verfeinern

## Hackfleisch-Steak mit Steinpilzen

### Zutaten

|         |                                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------------|
| 750 g   | Hackfleisch gemischt<br>z.B. $\frac{1}{3}$ Rind + $\frac{2}{3}$ Schwein |
| 300 g   | Brät                                                                    |
| 20 g    | Steinpilze, getrocknet                                                  |
|         | Fleischgewürz                                                           |
| 2 EL    | Öl                                                                      |
| 1 Stück | Zwiebel, gehackt                                                        |
| 2 Stück | Knoblauchzehen                                                          |
| 2 Stück | Eier                                                                    |
| 1 EL    | Dijon-Senf (scharf)                                                     |
| 200 g   | altes trockenes Brot                                                    |

### Zubereitung

Hackfleisch und Brät mischen

ca. 15 Min. einweichen, Pilze klein hacken und der Masse beigegeben

würzen

erhitzen und Zwiebel dünsten und beifügen

in die Masse pressen

beifügen

beifügen

ca. 10 Min. in Fleischbrühe einweichen, gut ausdrücken und der Masse beifügen

Die Masse von Hand oder in der Rührmaschine kneten und in 12 gleichmässige Häufchen teilen. Zu flachen, runden Frikadellen formen und im Bratfett braten

### Tipp

Direkt auf dem Grill sind die Hacksteaks schwierig zu grillieren. Kleiner «Trick»: Die Frikadellen zuerst im Stöckli-Steamer ca. 15 Min. bei voller Stufe garen. Somit können die Hacksteaks optimal zum Grillieren vorbereitet werden.



# *Dessert & Kuchen*



# Süßer Aprikosentraum

## Zutaten

|            |                           |
|------------|---------------------------|
| 50 g       | getrocknete Aprikosen     |
| 40 ml      | Aprikosenlikör            |
| 1 Päckli   | Vanillezucker             |
| 2 Becher   | Aprikosen-Joghurt (180 g) |
| 125 g      | Aprikosenquark            |
| 1 dl       | Orangensaft und Zeste     |
| 3 Spritzer | Zitronensaft              |
| 100 g      | Zucker                    |
| 1 Prise    | Bourbon-Vanille           |
| 6 Blatt    | Gelatine                  |
| 250 ml     | Rahm, geschlagen          |

## Fruchtsauce

|         |                              |
|---------|------------------------------|
| 4 EL    | Aprikosenmarmelade           |
| 4 EL    | Wasser                       |
| 1 dl    | Süsswein                     |
| 8 Stück | Aprikosen in kleinen Würfeln |
| 1 Prise | Bourbon-Vanille              |
| 2 EL    | Zucker                       |
| 40 ml   | Aprikosenlikör               |

## Zubereitung

in kleine Würfel schneiden  
mit Likör und Vanillezucker marinieren

Joghurt und Quark in Schüssel geben,  
gut verrühren

Säfte, Gewürz und Zucker in kleiner  
Pfanne aufkochen und leicht reduzieren.  
Die marinierten Aprikosenstückchen  
beifügen und kurz erhitzen

im kalten Wasser ca. 10 – 15 Min.  
einweichen, anschliessend im Zuckersaft  
auflösen. Den Saft abkühlen und der Joghurt-  
Quark-Masse unterrühren

sorgfältig unter die Joghurtmasse ziehen und  
in entsprechende Förmchen abfüllen

Masse im Kühlschrank erkalten lassen  
bis sie fest ist. (mind. 4 Std.) die Aprikosen-  
köpfchen auf einen passenden Teller  
stürzen und mit der Fruchtsauce, Rahm und  
Pfefferminze ausgarnieren.

Alle Zutaten in einen Topf geben und  
aufkochen. Sauce abkühlen und bei  
Zimmertemperatur aufbewahren.  
(Nur bei sofortigem Gebrauch).

Likör erst nach dem Erkalten der Sauce  
beifügen

## Tipp

Früchte und Joghurt mit verschiedenen  
Geschmacksrichtungen variieren.  
z.B. mit Erdbeeren.





# Sauerkirskuchen

## Zutaten

|          |                             |
|----------|-----------------------------|
| 200 g    | Butter                      |
| 250 g    | Zucker                      |
| 1 Prise  | Salz                        |
| 1 Prise  | Bourbon-Vanille             |
| 3 EL     | Mandelmus (Rapunzel)        |
| 2 EL     | Mandelöl                    |
| 1 Päckli | Zitronenzeste (z.B. Oetker) |
| 500 g    | Mehl                        |
| 1 Päckli | Backpulver                  |
| 1 dl     | Milch                       |
| 150 g    | Sauerkirschen gedörrt       |

## Zubereitung

in Rührschüssel geben. Butter weich und schaumig rühren

beifügen, rühren bis sich der Zucker aufgelöst hat

alles der Buttermasse beifügen und kurz rühren

zusammen sieben und der Buttermasse beigeben. Kurz rühren

beifügen, kurz rühren

sorgfältig unter den Teig ziehen

Kuchenteig in eine gefettete Gugelhopf-Form füllen und bei 170°C – 175°C ca. 55 – 60 Min. backen

## Tipp

Sauerkirschen können durch Cranberry (Preiselbeeren), gedörrte Kirschen oder Aprikosen ersetzt werden

# Himmlische Amaretti-Kirschtorte

## Zutaten

|          |                                |
|----------|--------------------------------|
| 140 g    | Butter                         |
| 200 g    | Löffelbiscuit                  |
| 100 g    | Amaretti                       |
| 20 cl    | Amaretto                       |
|          | Tortenplatte                   |
|          | Backpapier                     |
|          | Tortenring                     |
| 6 Blatt  | Gelatine                       |
| 2 Becher | Kirschenjoghurt (180 g)        |
| 200 g    | Frischkäse (z.B. Philadelphia) |
| 100 g    | Zucker                         |
| 100 g    | Kirschen getrocknet (gedämpft) |
| 2 dl     | Rahm                           |
| 2 dl     | Rahm                           |
| 1 Päckli | Rahmhalter                     |

## Zubereitung

in Topf oder Mikrowelle (100 Watt) flüssig machen

Biscuit und Amaretti fein mahlen, mit flüssiger Butter und Likör mischen

Tortenplatte mit Backpapier belegen

auf ca. ø 22 – 24 cm einstellen

Masse im Tortenring gleichmässig verteilen und fest drücken

15 Min. im kalten Wasser einlegen, ausdrücken und in einem Topf mit 1 EL Wasser flüssig werden lassen. Nicht kochen

alle Zutaten cremig rühren. Ein kleiner Teil davon in die Gelatine geben, gut verrühren und alles der Joghurtmasse beifügen

Kirschen vierteln und unter die Masse ziehen steif schlagen und sorgfältig unterrühren

Joghurtmasse in die Form füllen und im Kühlschrank ca. 4 Std. fest werden lassen

Rahm mit Rahmhalter steif schlagen und die Torte nach Belieben garnieren



# Früchtebrot

## Zutaten

|          |                    |
|----------|--------------------|
| 150 g    | gedörrte Aprikosen |
| 150 g    | gedörrte Pflaumen  |
| 120 g    | gedörrte Bananen   |
| 140 g    | Rohzucker          |
| 1 EL     | Zimt               |
| 1/2 EL   | Kardamom           |
| 1 Prise  | Piment             |
| 50 ml    | Ahornsirup         |
| 7 – 8 dl | Wasser             |
| 40 g     | Hefe (1 Würfel)    |
| 1 kg     | Bauernmehl         |
| 1 EL     | Salz               |
| 150 g    | Baumnüsse gehackt  |

|           |                 |
|-----------|-----------------|
| Backen:   | 45 – 50 Minuten |
| OH/UH:    | 190° C          |
| Heissluft | 180° C          |

## Zubereitung

alles in kleine Würfel schneiden

Zucker, Gewürze, Sirup und Wasser mit den kleingeschnittenen Dörrfrüchten aufkochen und erkalten lassen

im erkaltenen Früchtewasser auflösen

in Rührschüssel geben

Salz und Nüsse beifügen, Früchtewasser dazufügen und mit dem Knethaken in der Maschine kneten. Der Teig sollte klebrig und feucht sein. Diesen ca. 3 – 4 Std. bei Zimmertemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen verdreifacht hat.

Anschliessend Teig in mit Butter gefettete Cakesformen einfüllen. Nochmals gehen lassen bis die Cakesformen fast gefüllt sind. Backen

Nach dem Backen die Brote sofort aus den Formen nehmen

## Tipp

Dieses Brot passt hervorragend zu Käse.



# Kräutersalz

## Zutaten

|                 |           |
|-----------------|-----------|
| 1 Stengel       | Lauch     |
| 2 Stück         | Karotten  |
| 1 Stück         | Zwiebel   |
| 1 kleine Knolle | Sellerie  |
| 2 Zehen         | Knoblauch |

|       |             |
|-------|-------------|
| 20 g  | Kerbel      |
| 20 g  | Majoran     |
| 20 g  | Liebstöckel |
| 40 g  | Petersilie  |
| 500 g | Salz        |

## Zubereitung

in kleine Ringe schneiden  
vierteln und feinblättrig schneiden  
in Ringe schneiden  
feinblättrig schneiden  
feinblättrig schneiden

Alles Gemüse mit 50° C – 60° C dörren. Es ist zu empfehlen, die Gemüsesorten auf einzelne Dörrgitter zu verteilen, da sie unterschiedliche Trocknungszeiten haben

Alle Kräuter mit max. 40° C trocknen lassen. Trocknungszeit ca. 5 Std.

Salz, getrocknetes Gemüse und Kräuter in einen Cutter füllen und alles sehr fein mahlen. Kräutersalz in Gläser füllen

## Tipp

Kräutersalz ist vielseitig verwendbar und Selbstgemachtes duftet herrlich nach Gemüse und Kräutern.

## Pilzpulver

### Zutaten

|       |                   |
|-------|-------------------|
| 400 g | Champignons weiss |
| 400 g | Champignons braun |
| 100 g | Steinpilze        |

### Zubereitung

alles in feine Scheiben schneiden  
und richtig brüchig trocknen lassen.  
Anschliessend im Cutter fein mahlen.  
Der Duft ist sehr intensiv, kräftig und fein

## Tipp

Pilzpulver zum Würzen von Risottos,  
Fleischbällchen und Fleischsaucen –  
fantastisch!





# Contenu

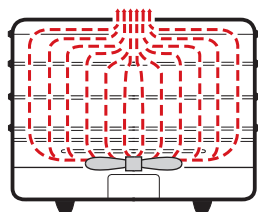
| Thème                          | produits déshydratés | recettes                                    | page |
|--------------------------------|----------------------|---------------------------------------------|------|
| Séchage de produits en général |                      |                                             | 44   |
| Portrait                       |                      |                                             | 46   |
| Tableau de déshydratation      |                      |                                             | 48   |
| Boissons                       |                      |                                             |      |
|                                | Fruits               | Cocktail aux fruits                         | 50   |
|                                | Fruits               | Punch au vin rouge                          | 51   |
| Soupes                         |                      |                                             |      |
|                                | Légumes              | Soupe aux marrons                           | 52   |
|                                | Légumes              | Potage velours à la tomate et au basilic    | 53   |
| Plats végétariens & Poissons   |                      |                                             |      |
|                                | Fruits               | Riz au lait avec poires                     | 54   |
|                                | Légumes              | Pesto rouge avec pâtes                      | 55   |
|                                | Légumes              | Filet de cabillaud aux rondelles de pommes  | 56   |
|                                | Champignons          | Risotto aux cèpes avec asperges vertes      | 57   |
|                                | Herbes               | Galettes aux pommes de terre                | 58   |
|                                | Herbes               | «Spätzlis» à l'ail d'ours                   | 59   |
| Mets principaux                |                      |                                             |      |
|                                | Légumes              | Salade viande de boeuf et haricots séchés   | 60   |
|                                | Légumes              | Choucroute avec ananas                      | 61   |
|                                | Fruits               | Filet de porc avec pruneaux séchés          | 62   |
|                                | Fruits               | Ragoût de mouton sauce curry et abricots    | 63   |
|                                | Fruits               | Blanc de poulet farcis fruits et Mascarpone | 64   |
|                                | Champignons          | Fricadelles de viande hachée aux cèpes      | 65   |
| Desserts & gâteaux             |                      |                                             |      |
|                                | Fruits               | Doux rêve d'abricots                        | 66   |
|                                | Fruits               | Gâteau aux griottes                         | 67   |
|                                | Fruits               | Divine tarte aux cerises amarettis          | 68   |
|                                | Fruits               | Pain aux fruits                             | 69   |
| Ingrédients                    |                      |                                             |      |
|                                | Herbes               | Sel aux herbes                              | 70   |
|                                | Champignons          | Poudre de champignons                       | 71   |

# Délicieux, sain et avantageux

La déshydratation est la façon la plus naturelle et la plus simple de conserver les fruits, légumes, champignons et fines herbes. La haute valeur nutritive des produits déshydratés est préservée et ceux-ci restent non seulement délicieux, mais sont aussi très sains. Les réserves de produits séchés représentent en outre une alternative avantageuse aux conserves et à la congélation qui utilise davantage d'énergie. Grâce au «dörrex», les produits frais peuvent être traités pendant la saison même de la récolte.

## Déshydrater délicatement et régulièrement

Le réglage en continu de la température permet un traitement délicat des aliments. La circulation active d'air chaud assure une déshydratation absolument régulière. Ainsi, les précieuses substances nutritives sont entièrement conservées.



La circulation active de l'air chaud  
Le secret d'un séchage parfait



# Les façons les plus différentes de préparations et tout ce que le marché des denrées alimentaires peut nous proposer...



Mariann Münzberg  
Cuisinière amateur, par passion

Les recettes de légumes et fruits séchés, que vous trouverez dans ce petit livre ont été préparées pour vous, par Mariann Münzberg, collaboratrice de Stöckli. Bien qu'elle n'exerce plus son métier de cuisinière, la cuisine et la restauration d'hôtes, sont toujours comme auparavant, son passe-temps préféré. Mais ce qui lui procure encore plus de plaisir, c'est d'étudier de nouvelles recettes, qu'elle aimerait pouvoir une fois, publier dans un livre de cuisine.

L'art culinaire était déjà une tradition familiale. Les parents possédaient dès lors un restaurant à Mühlehorn, au bord du très joli Walensee. Il était donc bien évident que la fille effectue un apprentissage de cuisinière. L'examen d'hôtelier, la création et direction d'un «Club des hommes cordons bleus» ainsi que le travail en tant que gérante, ont été également d'autres étapes marquantes de sa vie. Son expérience professionnelle, s'est trouvée complétée par son activité dans la cuisine d'essais d'Electrolux.

Une excellente occasion pour mettre à profit ses connaissances, s'est offerte avec le lancement de la nouvelle «génération dörrex». Recettes légères et digestes étaient recherchées. Sa philosophie en matière de cuisine – l'utilisation, en majorité, de produits Bio et de denrées alimentaires fraîches et saisonnières – répondait bien à la demande. Le résultat est devenu un régal pour «le palais et l'oeil». Jugez vous-même et essayez. Vous serez surpris par les goûts purs, intensifs, naturels et frais.





# Tableau de déshydratation

## Sécher les fruits à 70° C

| Fruits             | Préparation                                                                  | Temps de séchage en heures, env. | Etat des fruits secs | Quantité par grille, env. | Poids sec en % du poids frais | Temp. degrés |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------|---------------------------|-------------------------------|--------------|
| Abricots           | partagés en deux, face interne en haut                                       | 10–18                            | souples              | 500 g                     | 20%                           | 70°          |
| Ananas             | pelées, tranches d'env. 8 mm d'épaisseur                                     | 10–12                            | bien souples         | 500 g                     | 25–30%                        | 70°          |
| Bananes            | pelées, partagées en deux ou en quatre dans le sens de la longueur           | 8–12                             | souples              | 600 g                     | 20–25%                        | 70°          |
| Cerises            | entières ou dénoyautées                                                      | 10–18                            | comme du cuir        | 500 g                     | 25–30%                        | 70°          |
| Figues             | partagés en deux, face interne en haut                                       | 10–12                            | sèches               | 600 g                     | 20%                           | 50°          |
| Fraises            | partagées en deux ou entières                                                | 9–15                             | souples              | 250 g<br>500 g            | 20%                           | 70°          |
| Poires             | partagées en deux, face interne en haut, en tranches d'env. 8 mm d'épaisseur | 15–30<br>6–10                    | souples<br>souples   | 600 g<br>500 g            | 20–25%                        | 70°          |
| Pommes             | lamelles d'env. 15 mm d'épaisseur<br>tranches d'env. 8 mm d'épaisseur        | 6–10<br>6–8                      | bien souples         | 600 g                     | 10–15%                        | 70°          |
| Prunes et pruneaux | partagés en deux, face interne en haut                                       | 10–18                            | souples              | 500 g                     | 20%                           | 70°          |
| Raisin             | grains partagés en deux, face interne en haut                                | 12–15                            | bien souples         | 500 g                     | 20%                           | 70°          |

Quoi, comment et combien: Sécher tous les fruits à 70°, ôter queue, coeur, pépins et noyaux (à l'exception des cerises). Pour empêcher les fruits de brunir, les enduire de jus de citron avant de les sécher.

Les températures et temps de séchage indiqués sont des valeurs indicatives. Le temps peut varier considérablement selon la grandeur des morceaux et le degré d'humidité des produits.





Sécher les légumes à 70° C

| Légumes             | Préparation                                                                        | Temps de séchage en heures, env. | Etat des légumes secs | Quantité par grille, env. | Poids sec en % du poids frais | Temp. degrés |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|---------------------------|-------------------------------|--------------|
| Carottes            | pelées, rond. d'env. 8 mm d'épaisseur *                                            | 6–8                              | dures                 | 400 g                     | 15%                           | 70°          |
| Céleris             | pelés, tranches d'env. 8 mm d'épaisseur *                                          | 6–10                             | durs                  | 400 g                     | 15%                           | 70°          |
| Concombres          | non pelés, rondelles d'env. 1 cm d'épaisseur *                                     | 6–8                              | durs                  | 400 g                     | 15%                           | 70°          |
| Courgettes          | non pelées, rondelles d'env. 8 mm d'épaisseur *                                    | 7–8                              | souples               | 400 g                     | 15%                           | 70°          |
| Haricots verts      | entiers *                                                                          | 6–10                             | cassants              | 400 g                     | 15%                           | 70°          |
| Julienne de légumes | carottes, céleris, poireaux, choux-raves<br>choux – coupés en filaments *          | 6–8                              | coriaces              | 300 g                     | 10–15%                        | 60°          |
| Petits pois         | entiers, cuits *                                                                   | 8–10                             | durs                  | 400 g                     | 25%                           | 70°          |
| Poireaux            | coupés en deux dans la longueur, puis en morceaux de 6 à 8 cm de long *            | 6–10                             | cassants              | 500 g                     | 20%                           | 70°          |
| Poivrons            | en tranches d'env. 8 mm d'épaisseur *                                              | 8–10                             | souples               | 400 g                     | 20%                           | 70°          |
| Tomates             | pelées, partagées en deux, face plate en haut tranches * d'env. 6 mm d'épaisseur * | 10–14<br>7–10                    | souples<br>dures      | 400 g<br>300 g            | 15%<br>10%                    | 70°          |

\* blanchir brièvement

Quoi, comment et combien: sécher tous les légumes à 70°,  
A l'exception des légumes pour soupes, seulement à 60°.

Les températures et temps de séchage indiqués sont des valeurs approximatives.  
Selon la grandeur des morceaux, les temps de séchage peuvent être nettement changés.





## Sécher les herbes aromatiques à 40° C

| Herbes                                                                  | Préparation                                                                                               | Temps de séchage en heures, env. | Etat des herbes sèches | Temp. degrés |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|--------------|
| Aneth, basilic, ciboulette, estragon, persil, romarin, sarriette, sauge | entières ou coupées; laver les herbes, les poser sur un morceau de gaze ou de cellulose et laisser sécher | 3-7                              | cassantes              | 40°          |

Les temps de séchage indiqués sont des valeurs indicatives. Selon le genre d'herbes aromatiques, ce temps peut varier. Piler les herbes seulement peu de temps avant leur utilisation.



## Sécher les champignons à 50° C

| Champignons                         | Préparation                                                                                                               | Temps de séchage en heures | Etat des champignons secs | Temp. degrés |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------|
| Toutes les sortes sauf chanterelles | nettoyer soigneusement, laisser les petits champignons entiers, couper les grands en tranches dans le sens de la longueur | 2-6                        | coriaces                  | 50°          |

Les temps de séchage indiqués sont des valeurs indicatives. Selon le genre et la taille des champignons ce temps peut varier.



# Cocktail aux fruits

## Ingrédients

|            |                            |
|------------|----------------------------|
| 3 c. à c.  | dés d'ananas séchés        |
| 3 c. à c.  | dés de fraises séchées     |
| 2 dl       | jus d'ananas               |
| 40 ml      | liqueur de noix de coco    |
| 20 ml      | liqueur d'abricots         |
| 20 ml      | Wodka au goût de framboise |
| 2 dl       | vin blanc fruité           |
| 2 dl       | mousseux                   |
| 2 feuilles | citron mélisse             |

## Préparation

Faire tremper les fruits dans le jus d'ananas pendant la nuit. Mettre le jus au frigidaire.

Parfumer les fruits avec les différentes liqueurs.

Ajouter et mettre au frais.

Finement hachés et ajoutés (selon désir)

## Suggestion

Ajouter le mousseux, juste avant de servir, afin qu'il pétille encore bien. Remplir les coupes et servir.



## Punch au vin rouge

### Ingrédients

|            |                        |
|------------|------------------------|
| 7 dl       | vin rouge              |
| 1          | orange non traitée     |
| Pelure de  | 2 pommes séchées       |
| 2 dl       | de crème               |
| 2          | bâtons de cannelle     |
| 2          | morceaux d'anis étoilé |
| 4          | clous de girofle       |
| 4          | grains de piment       |
| 4          | grains de coriandre    |
| 80 gr.     | sucré candi            |
| 60 – 80 cl | rhum                   |

### Préparation

Verser dans une casserole,  
couper en tranches et ajouter au vin rouge.

Joindre également tous les épices au vin rouge et laisser lentement mijoter à petit feu. Le vin rouge ne doit pas être porté à ébullition. Après env. 10 min. faire passer le vin rouge à travers une passoire.

Ajouter le rhum au vin rouge chaud épicé et remplir 4 verres à grog.

## Suggestion

Essayez donc une fois avec Rosoli (liqueur à base de cerises séchées) ou bien avec du «Röteli de Coire».

# Soupe aux marrons

## Ingrédients

|             |                             |
|-------------|-----------------------------|
| 125 g       | marrons / châtaignes séchés |
| 20 g        | beurre                      |
| 1           | petit oignon haché          |
| 1/2 c. à c. | d'épices pour pain d'épices |
| 2 dl        | de vin blanc                |
| 3 dl        | bouillon                    |
| 2.5 dl      | crème                       |

## Préparation

Faire tremper pendant la nuit, et ôter ev. les petites peaux foncées

Faire chauffer dans une casserole ajouter l'oignon haché, faire étuver les marrons, jusqu'à ce qu'ils prennent une légère couleur.

Saupoudrer et mouiller avec le vin, réduire quelque peu. Ajouter le bouillon et laisser mijoter avec couvercle fermé, jusqu'à ce que les marrons soient cuits. Si nécessaire, rajouter du bouillon.

Quand les marrons sont bien tendres, retirer la casserole du feu et ajouter la crème. Réduire finement en purée dans le mixer. Ensuite, passer le tout au tamis.

Remplir les tasses à soupe et décorer avec la crème à demi-fouettée.

## Suggestion

Couper en petits dés, 4 marrons cuits et les caraméliser disposer dans les tasses à soupe et verser dessus la soupe préparée.

## Potage velours à la tomate et au basilic

### Ingrédients

|                   |                                             |
|-------------------|---------------------------------------------|
| 2 c. à s.         | huile d'olive                               |
| 1                 | oignon coupé grossièrement                  |
| 1                 | gousse d'ail hachée                         |
| 1/2 dl            | de vin rouge                                |
| 1 boîte de, 400 g | de tomates hachées                          |
| 50 g              | tomates séchées,<br>conservées dans l'huile |
| 1 c. à c.         | d'herbes italiennes                         |
| 3 dl              | Bouillon                                    |
| 1dl               | crème liquide                               |
| 1 dl              | crème<br>feuilles de basilic fraîches       |

### Préparation

Faire blondir les oignons et l'ail dans l'huile d'olive.

Mouiller avec le vin puis réduire quelque peu.

Ajouter les tomates hachées et marinées.

Réserver 1 tomate séchée, et la couper en fines lamelles.

Ajouter

Verser et laisser mijoter le tout à petit feu, sous couvercle fermé pendant env. 30-40 min.

Battre fermement la crème, hacher fin le basilic (ev. dans la presse à ail) mélanger à la crème, épicer avec peu de sel d'herbes.

Verser dans les assiettes à soupe, décorer avec la crème basilic et parsemer avec les fines lamelles de tomates réservées.

### Suggestion

On peut parfumer ce délicieux potage, avec du Gin, selon goût.



## Riz au lait avec poires

### Ingrédients

|           |                             |
|-----------|-----------------------------|
| 60 g      | poires épluchées et séchées |
| 8 – 10 dl | de lait                     |
| 2 c. à s. | huile d'amandes             |
| 1 prise   | de sel                      |
| 3 c. à s. | purée d'amandes             |
| 250 g     | riz à grains ronds          |

Sucre

Sucre cannelle

### Préparation

Laisser tremper dans le lait pendant la nuit.

Verser 8 dl de lait dans la casserole et faire chauffer.

Mettre tous les ingrédients dans le lait.

Verser le riz dans le lait légèrement bouillant, et sans cesser de bien remuer, porter à ébullition. Réduire la chaleur, laisser frémir à très petit feu, et laisser gonfler.

Le sucre ne doit être ajouté qu'à la fin de la cuisson, car sans cela, les grains de riz risquent de coller et le riz lui-même ne serait pas bien cuit.

Mettre sur la table, afin que chacun puisse sucrer son riz selon son goût.

Servir avec une compote de pomme ou autre compote.

## Suggestion

Avec ce riz au lait, une légère sauce au chocolat, s'accorde particulièrement bien.



## Pesto rouge avec pâtes

### Ingrédients

|           |                                          |
|-----------|------------------------------------------|
| 20        | tomates séchées marinées<br>dans l'huile |
| 1 dl      | huile d'olive                            |
| 2         | gousses d'ail                            |
| 1 c. à s. | d'herbes italiennes                      |
| 10        | feuilles fraîches de basilic             |
| 2 c. à s. | de pignons                               |
| 100 g     | Sbrinz ou de Parmesan                    |
| 1         | morceau de piment                        |
| 4 c. à s. | d'eau                                    |
| 3 c. à s. | de purée de tomates concentrée           |
| 500 g     | spaghettis                               |

### Préparation

Remplir le cutter avec tous les ingrédients et réduire le tout en une fine purée.

Faire cuire comme d'habitude et mélanger avec le Pesto rouge

### Suggestion

Cette préparation peut-être affinée avec de la crème.

## Filet royal de cabillaud avec rondelles de pommes

### Ingrédients

|           |                                                      |
|-----------|------------------------------------------------------|
| 12        | rondelles de pommes séchées                          |
| 100 ml    | d'eau                                                |
| 100 ml    | de vin blanc                                         |
| 1/2       | poivron rouge                                        |
| 1/2       | poivron vert                                         |
| 1         | oignon, petit                                        |
| 2 c. à s. | d'huile d'olive                                      |
| 1 dl      | sauce tomate épaisse<br>sel aux herbes, poivre       |
| 600 g     | filets de cabillaud royal<br>sel et poivre<br>farine |
| 3 c. à s. | d'huile                                              |

### Préparation

Tremper dans le mélange tiède «eau et vin»  
env. 1 heure.

Couper en fines lamelles.

Haché fin.  
Faire revenir l'oignon dans une casserole,  
ajouter les poivrons rouges et verts et laisser  
mijoter. Ajouter les rondelles de pommes  
ramollies et continuer la cuisson. Mouiller  
avec le mélange «eau-vin blanc».

Joindre la sauce tomate et laisser encore  
cuire 10 min. env.  
Epicer selon goût. Garder la sauce au chaud.

4 filets à env. 150 gr.  
Epicer  
Tourner les poissons dans la farine.

Chauffer l'huile et faire rôtir les filets des  
deux côtés, env. 2 min. Pour finir la cuisson,  
ajouter ev. un morceau de beurre frais.

## Suggestion

Dresser le poisson sur l'assiette et napper  
avec la sauce des poivrons puis, garnir le  
poisson avec 3 rondelles de pommes,  
p. e. en forme d'éventail. Servir avec du  
riz ou des pommes de terre vapeur.



## Risotto aux cèpes avec asperges vertes

### Ingrédients

|           |                                       |
|-----------|---------------------------------------|
| 25 g      | cèpes, séchés                         |
| 20 g      | beurre                                |
| 1         | oignon, haché                         |
| 400 g     | riz pour risotto (Arbario ou Vialone) |
| 2 dl      | vin blanc, sec                        |
| 8 – 10 dl | bouillon                              |
| 400 g     | asperges vertes                       |
| 40 g      | de beurre                             |
| 50 g      | parmesan fraîchement râpé             |
| 1 dl      | crème, liquide                        |

### Préparation

Mettre les cèpes dans un petit plat creux et juste les couvrir d'eau. Laisser tremper env. 20 min

Faire blondir les oignons dans le beurre.

Ajouter le riz et vite le mélanger au beurre mouiller avec le vin, ajouter les cèpes au risotto verser le bouillon, laisser frémir à petit feu env. 30 min.

Couper généreusement, le bout terreux des asperges, puis couper le bout tendre en petits morceaux, et les faire cuire env. 20 min à plein feu dans le Steamer de Stöckli, jusqu'à ce qu'ils soient croquants.

Quand le risotto est cuit au  $\frac{2}{3}$ , ajouter les asperges et finir la cuisson.

Ajouter le beurre, le parmesan et la crème au risotto. Epicer avec du poivre fraîchement moulu et si nécessaire, ajouter du bouillon. Point de vue consistance, le risotto doit être légèrement liquide et velouté, car il est ainsi, simplement meilleur.

### Suggestion

Garder quelques morceaux d'asperges, les passer dans le beurre et les disposer sur le risotto préparé. Pour finir parsemer de parmesan râpé.

Si la mode est aux mets légers, on n'en apprécie pas moins de temps à autre un délicieux risotto !



# Galettes aux pommes de terre

## Ingrédients

1 kg de pommes de terre  
sel, muscade, poivre  
50 g de fromage râpé  
20 g mélange d'herbes  
2 – 3 oeufs  
20 g farine  
beurre

## Préparation

Cuire les pommes de terre et passez-les en purée

Epicer

Ajouter le tout aux pommes de terre et bien mélanger

Former des petites galettes plates avec la masse de pommes de terre et faites-les dorer des deux côtés dans la poêle.

## Suggestion

Les petites galettes peuvent être complétées par des petits dés de légumes blanchis ou par des champignons.

Ces galettes aux pommes de terre peuvent être présentées avec une salade garnie. Ils s'accordent aussi parfaitement aux mets de viande.

## Spätzlis à l'ail d'ours

### Ingrédients

|           |                                                 |
|-----------|-------------------------------------------------|
| 400 g     | farine blanche ou farine spéciale pour spätzlis |
| 2 c. à s. | d'ail d'ours, séché<br>sel, muscade, poivre     |
| 4         | œufs                                            |
| 2.5 dl    | lait                                            |
| 4 lt.     | eau salée (comme pour les pâtes)                |

### Préparation

Mettre dans un récipient

Joindre l'ail d'ours séché et épicer

Ajouter le lait avec les oeufs à la farine épicée, et travailler la pâte à la main, jusqu'à ce qu'elle présente des bulles d'air. Travaillez bien ce mélange jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Laisser reposer la pâte env. 1 heure afin que la farine puisse suffisamment gonfler

Faire chauffer l'eau salée. Presse la pâte par la passoire à spätzlis, dans l'eau salée. Faire cuire jusqu'à ce que les spätzlis nagent à la surface, puis les sortir du récipient avec l'écumoire.

Les spätzlis peuvent être affinés avec du beurre, et légèrement épicés avec sel et muscade, puis servis aussitôt. Ou bien, si l'on désire les consommer plus tard, les passer rapidement sous l'eau froide. Ensuite, les laisser bien égoutter et les conserver au frigidaire. Les spätzlis frais doivent de préférence, être immédiatement consommés.

## Suggestion

Faites dorer les «spätzlis» dans du beurre chaud.

# Salade de viande de boeuf avec haricots séchés

## Ingrédients

|           |                               |
|-----------|-------------------------------|
| 1.2 lt    | bouillon                      |
| 1         | carotte                       |
| 1         | poireau                       |
| 1         | oignon                        |
| 2         | feuilles de laurier           |
| 4         | clous de girofle              |
| 500 g     | viande de boeuf maigre        |
| 1         | oignon coupé en gros morceaux |
| 1         | gousse d'ail                  |
| 2 c. à c. | d'huile de colza              |
| 50 g      | de haricots séchés            |
| 1 dl      | de bouillon de viande         |
| 100 g     | Echalottes, finement hachées  |
|           | Persil haché                  |
|           | ciboulette coupée             |
|           | cerfeuil haché                |
| 1 c. à c. | moutarde de Dijon             |
| 1 dl      | huile de colza                |
|           | jus d'un citron               |

## Préparation

Faire chauffer le bouillon, joindre les légumes

Piquer l'oignon de feuilles de laurier et de clous de girofle

Au premier bouillonnement, ajouter la viande dans le liquide frémissant et laisser mijoter légèrement (pas cuire) durant env. 1 h. Pendant la cuisson, dégraissez régulièrement le bouillon. Puis laisser refroidir.

Ajouter les haricots trempés et égouttés et le bouillon, puis laisser reposer sous couvercle fermé. Si besoin, verser encore un peu de bouillon.

Lorsque les haricots sont presque cuits, enlever le couvercle et faire réduire presque entièrement le liquide. Couper la viande en fines lamelles et joindre les haricots. Laisser reposer brièvement la viande encore tiède dans une vinaigrette, composée de jus de citron, sel d'herbes, persil et huile de colza.

Faire une vinaigrette, avec tous les ingrédients.

## Suggestion

Cette salade de viande est à servir avec de la salade verte, et accompagnée de baguette fraîche.

## Choucroute avec ananas

### Ingrédients

|           |                              |
|-----------|------------------------------|
| 20 g      | petits dés d'ananas séchés   |
| 200 ml    | de jus d'ananas              |
| 20 g      | beurre                       |
| 1 petit   | oignon haché                 |
| 450 g     | choucroute, crue             |
|           | jus d'ananas avec petits dés |
| 2 dl      | mousseux                     |
| 1         | feuille de laurier           |
| 5         | baies de genévrier           |
| 3 c. à s. | miel                         |
| 1 c. à c. | sel d'herbes                 |
| 2 c. à c. | Maïzena                      |
| 2 c. à s. | eau                          |

### Préparation

Mettre à tremper env. 1 heure, dans le jus.

Faire chauffer le beurre dans une casserole, et y faire suer l'oignon.

Ajouter la choucroute et étuver rapidement, puis mouiller avec le jus et le mousseux. Assaisonner avec sel, condiments et miel.

Diluer et ajouter à la choucroute, bien remuer.

Laisser mijoter doucement env. 30 à 40 min.

## Suggestion

Déposer sur la choucroute un morceau de lard ou de fumé, et faire cuire en même temps, ce qui donne un très bon goût. Servir avec pommes de terre vapeur.



## Filet de porc avec pruneaux séchés

### Ingrédients

- 12 morceaux de filet de porc,  
épais de 3 cm env.
- 6 pruneaux séchés
- 12 fines tranches de lard
- Huile

### Préparation

Avec un couteau, faire une ouverture au milieu de chaque filet.

Disposer  $\frac{1}{2}$  pruneau au cœur de chaque morceau de filet.

Enrouler les morceaux avec le lard et fixer avec un petit cure-dent en bois.

Chauffer dans une poêle et faire revenir rapidement la viande de part et d'autre.  
Mettre au four, à 80° environ 10 min.

Une bonne sauce à la crème accompagne parfaitement cette viande.

### Suggestion

Vive l'été et les grillades en plein air !  
Préparer le filet de porc sur le gril,  
et servir avec une salade panachée.

## Ragoût de mouton aux abricots et sauce curry

### Ingrédients

|                 |                         |
|-----------------|-------------------------|
| 3 c. à s.       | huile                   |
| 500 g           | ragoût de mouton        |
|                 | condiment pour viande   |
| 1               | oignon, haché           |
| 1 bâtonnet      | de citronnelle          |
| 1 petit morceau | gingembre               |
| 2 feuilles      | de Cumbava (Kafir lime) |
| 1               | piment                  |
| 1 c. à s.       | curry très fort         |
| 1 c. à s.       | curry doux              |
| 1 c. à c.       | cannelle                |
| 400 ml          | de lait de coco         |
| 2 dl            | bouillon de viande      |
| 150 g           | d'abricots séchés       |
| 3 c. à s.       | de raisins secs         |

### Préparation

Chauffer dans la poêle, éponger la viande, l'épicer et la faire revenir rapidement

Ajouter, étuver jusqu'à transparence.

Couper en petits morceaux et ajouter.  
Enlever la partie brune avec un couteau hacher finement.

Ajouter  
Couper menu et joindre au reste

Assaisonner avec les épices.

Mouiller avec le lait de noix de coco.

Mélanger et laisser cuire le tout à petit feu pendant env. 50 min. Contrôler l'assaisonnement. Retirer les morceaux de viande de la sauce et réduire celle-ci en purée. Puis, la passer au tamis, afin d'éliminer les petites fibres.

couper en petits dés et ajouter les fruits, laisser mijoter le tout encore pendant 10 min env.

### Suggestion

L'accompagnement classique de ce plat de viande est le riz parfumé ou Basmati.



# Escalopes de poulet farcies de fruits et de Mascarpone

## Ingrédients

|           |                |
|-----------|----------------|
| 1 c. à s. | beurre         |
| 1 c. à s. | pignons        |
| 1/2       | pomme épluchée |
| 1 c. à s. | raisins secs   |
| 2         | figes séchées  |
| 2 c. à s. | Mascarpone     |

## Préparation

Faire fondre dans la poêle.  
Ajouter, laisser prendre couleur, couper en tout petits dés, joindre et poursuivre la cuisson.

Ajouter

Retirer la casserole du feu et laisser le tout un peu refroidir. Incorporer le Mascarpone, mélanger, Epicer avec du sel aux herbes et du poivre.

## Escalopes de poulet

|           |                                                |
|-----------|------------------------------------------------|
| 4 grandes | escalopes de poulet                            |
|           | Fil à viande pour attacher,<br>grande aiguille |
|           | Mélange de condiments<br>pour volaille         |
|           | Huile                                          |

Fendre une grande poche, en travers de l'escalope. Remplir avec la farce. Recoudre la poche sans faire de nœud au début et à la fin, afin que le fil puisse après la cuisson être facilement retiré.

Epicer les escalopes.  
Chauffer dans une braisière et faire rôtir les escalopes. Ranger dans un plat à feu. Verser sur la viande, la sauce au curry et laisser mijoter au four, env. 150° C – 170° C, pendant 20 min.

## Sauce au curry pour 8 personnes

|                 |                       |
|-----------------|-----------------------|
| 2 c. à s.       | huile                 |
| 1               | oignon                |
| 1               | pomme                 |
| 1 petite        | carotte               |
| 1               | banane                |
| 1               | piment                |
| 1 petit morceau | gingembre             |
| 1/2 bâtonnet    | citronnelle           |
| 3–4 c. à s.     | de curry (selon goût) |
| 500 ml          | lait de coco          |
| 500 ml          | bouillon de volaille  |
|                 | Sel aux herbes        |
|                 | Poivre                |
| 2 dl            | crème                 |

Faire fondre dans une casserole.  
Couper grossièrement tous les légumes et les épices et les faire revenir dans la graisse.

Verser sur les légumes, bien mélanger, mouiller avec le lait de noix de coco et le bouillon de volaille, épicer et laisser cuire 30 min, jusqu'à ce que les légumes soient cuits.  
Mixer et passer à travers une passoire.

Affiner en ajoutant la crème

## Fricadelles de viande hachée avec cèpes

### Ingrédients

|           |                                         |
|-----------|-----------------------------------------|
| 750 g     | mélange de viande hachée                |
| p. ex.    | $\frac{1}{3}$ bœuf + $\frac{2}{3}$ porc |
| 300 g     | chair à saucisses                       |
| 20 g      | bolets, séchés                          |
|           | Condiment pour viande                   |
| 2 c. à s. | huile                                   |
| 1         | oignon haché                            |
| 2         | gousses d'ail écrasées                  |
| 2         | oeufs                                   |
| 1 c. à s. | moutarde de Dijon (forte)               |
| 200 g     | vieux pain sec                          |

### Préparation

Mélanger viande hachée et la chair à saucisses.

Tremper env. 15 min. Hacher finement les bolets et les mélanger à la masse.

Épicer.

Faire chauffer, y faire revenir l'oignon, et mélanger à la masse. Ajouter également ail, œufs et moutarde.

Mettre à tremper env. 10 min dans du bouillon de viande, essorer et ajouter à la masse.

Bien pétrir cette masse à la main ou à la machine et partager en 12 petits tas semblables. Former des fricadelles rondes et plates et les frire dans la poêle.

## Suggestion

Les steaks hachés se laissent difficilement rôtir directement sur le gril. Petit «tuyau»: Placer les fricadelles d'abord dans le Steamer Stöckli, et les faire cuire env. 15 min au plus haut niveau. Ainsi les steaks hachés peuvent être préparés de manière optimale pour être grillés.

# Doux rêve d'abricots

## Ingrédients

|          |                              |
|----------|------------------------------|
| 50 g     | d'abricots séchés            |
| 40 ml    | liqueur d'abricot            |
| 1 paquet | sucré vanillé                |
| 2        | yogourts à l'abricot (180 g) |
| 125 g    | séré à l'abricot             |
| 1 dl     | jus d'orange et zeste        |
| 3 filets | jus de citron                |
| 100 g    | sucré                        |
| 1 prise  | vanille Bourbon              |
| 6        | feuilles de gélatine         |
| 250 ml   | crème, fouettée              |

## Sauce de fruits

|              |                        |
|--------------|------------------------|
| 4 c. à s. de | marmelade d'abricots   |
| 4 c. à s.    | d'eau                  |
| 1 dl         | vin doux               |
| 8            | abricots en petits dés |
| 1 prise      | vanille Bourbon        |
| 2 c. à s.    | sucré                  |
| 40 ml        | liqueur d'abricots     |

## Préparation

Couper en petits dés et laisser mariner avec liqueur et sucre vanillé

Mettre yogourts et séré dans un récipient, bien mélanger

Faire chauffer dans une petite casserole, jus, épices et sucre puis légèrement réduire. ajouter les morceaux d'abricots marinés et réchauffer rapidement.

Tremper dans de l'eau froide env. 10 – 15 min. Ensuite, dissoudre dans le jus sucré. Laisser refroidir le jus et le mélanger à la masse de yogourts séré.

Incorporer délicatement à la préparation, remplir les petits moules.

Faire refroidir la masse au frigidaire jusqu'à ce qu'elle ne soit plus liquide (au moins 4 h.) Démouler sur les assiettes et décorer avec la sauce de fruits, la crème et la menthe.

Mettre tous les ingrédients dans un récipient et les faire cuire. Laisser refroidir la sauce et conserver à température ambiante. (seulement si immédiatement consommés)

La liqueur ne doit être ajoutée, qu'après refroidissement de la sauce

## Suggestion

On peut préparer ce dessert avec d'autres fruits et des yogourts d'arômes différents, p. ex. avec des fraises.



## Gâteau aux griottes

### Ingrédients

|           |                                |
|-----------|--------------------------------|
| 200 g     | beurre                         |
| 250 g     | sucré                          |
| 1 prise   | sel                            |
| 1 prise   | Bourbon Vanille                |
| 3 c. à s. | purée d'amandes (Rapunzel)     |
| 2 c. à s. | huile d'amandes                |
| 1 paquet  | zeste de citron (p.ex. Oetker) |
| 500 g     | de farine                      |
| 1         | paquet de levure               |
| 1 dl      | lait                           |
| 150 g     | griottes séchées               |

### Préparation

Mettre le beurre dans un récipient, le malaxer pour le rendre mou et mousseux

Ajouter et remuer jusqu'à ce qu'il soit dissous

Joindre le tout à la préparation et remuer rapidement

Passer au tamis et ajouter à la masse de beurre, bien mélanger

Ajouter, remuer rapidement

Incorporer soigneusement à la pâte

Remplir un moule à kugelhof beurré et enfourner à 170°C – 175°C pendant env. 55 – 60 min.

### Suggestion

Les griottes peuvent être remplacées par des canneberges, des cerises séchées ou des abricots

## Divine tarte aux cerises amarettis

### Ingrédients

|          |                                      |
|----------|--------------------------------------|
| 140 g    | beurre                               |
| 200 g    | biscuits à la cuillère               |
| 100 g    | amarettis                            |
| 20 cl    | Amaretto                             |
|          | moule à tarte                        |
|          | papier ingraissable                  |
|          | cercle de serrage                    |
| 6        | feuilles de gélatine                 |
| 2        | yogourts cerise (180 g)              |
| 200 g    | fromage frais (p. ex. Philadelphia)  |
| 100 g    | sucré                                |
| 100 g    | cerises séchées (vapeur)             |
| 2 dl     | crème                                |
| 2 dl     | crème                                |
| 1 paquet | raffermisseur pour<br>crème fouettée |

### Préparation

Ramollir dans une casserole ou au four à Micro-ondes (100 Watt)

Moudre finement biscuits et amarettis, mélanger au beurre liquide et à la liqueur.

Garnir le moule à tarte de papier.

Régler sur 22-24 cm, répartir la masse et bien la presser.

Mettre 15 min dans de l'eau froide, presser et dissoudre dans un récipient avec 1 c. à s. d'eau.

Mélanger tous les ingrédients, afin de les rendre crémeux. Mettre une petite quantité dans la gélatine, bien mélanger et rajouter à la masse.

Couper en quatre et ajouter à la préparation.

Battre en neige ferme et incorporer délicatement.

Verser la masse de yogourt dans le moule et la laisser se solidifier au frigidaire env. 4 heures.

Battre en neige ferme, et décorer la tarte selon préférence.





## Pain aux fruits

### Ingrédients

|             |                  |
|-------------|------------------|
| 150 g       | abricots séchés  |
| 150 g       | prunes séchées   |
| 120 g       | bananes séchées  |
| 140 g       | sucré brut       |
| 1 c. à s.   | cannelle         |
| 1/2 c. à s. | cardamome        |
| 1 prise     | piment           |
| 50 ml       | sirop d'érable   |
| 7 – 8 dl    | eau              |
| 40 g        | levure (1 cube)  |
| 1 kg        | farine de paysan |
| 1 c. à s.   | sel              |
| 150 g       | noix hachées     |

Cuisson: 45 – 50 minutes  
CS/CI: 190°C  
Air chaud: 180°C

### Préparation

Couper le tout en petits dés

Faire cuire le sucre, les épices, le sirop et l'eau, avec les fruits séchés coupés, puis laisser refroidir.

Dissoudre dans l'eau des fruits refroidie.

Verser dans le bol mélangeur.

Ajouter, sel et noix, y joindre l'eau des fruits, puis pétrir le tout dans la machine. La pâte doit être visqueuse et humide. Maintenez-la dans un endroit tempéré pendant 3 – 4 heures env., jusqu'à ce qu'elle ait triplé de volume. Mettez-la dans les moules à cake beurrés. Faites lever une seconde fois jusqu'à ce que les moules soient presque remplis. Faire cuire.

Après la cuisson, démoulez aussitôt.

### Suggestion

Ce pain accompagne particulièrement bien le fromage



## Sel aux herbes

### Ingrédients

1 poireau  
2 carottes  
1 oignon  
1 céleri (petit)  
2 gousses d'ail

20 g cerfeuil  
20 g marjolaine  
20 g livèche  
40 g persil  
500 g sel

### Préparation

Couper en petites rondelles.  
Couper en quatre, puis en fines lamelles.  
Couper en rondelles.  
Couper en lamelles fines.  
Couper très fin.

Sécher tous les légumes à 50 – 60°. Il est recommandé de déposer les diverses sortes de légumes, sur de différentes grilles, étant donné qu'elles nécessitent des temps de séchage différents.

Laisser sécher toutes les herbes avec max. 40° C.  
temps de séchage environ 5 h.

Mettre le sel, les légumes séchées, les herbes, dans un cutter. Moudre le tout très finement  
Remplir ce sel aux herbes dans des bocaux.

## Suggestion

Le sel aux herbes sert à de multiples usages. Lorsque celui-ci est fait maison, il est d'autant plus aromatique

## Poudre de champignons

### Ingrédients

|       |                    |
|-------|--------------------|
| 400 g | champignons blancs |
| 400 g | champignons bruns  |
| 100 g | bolets             |

### Préparation

Couper tous les champignons en fines lamelles et laisser sécher vraiment coriaces.

Ensuite, moudre le tout dans le cutter.

L'arôme est très intensif, fort et délicat.

### Suggestion

L'utilisation de poudre de champignons pour épicer risottos, fricadelles de viande et sauces, est fantastique!



# Indice

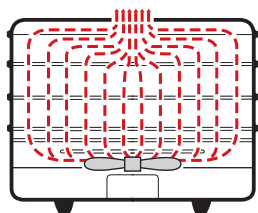
| Tema                     | Prodotti essiccati  | Ricette                                                  | Pag. |
|--------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|------|
| Essiccazione in generale |                     |                                                          | 74   |
| Ritratto                 |                     |                                                          | 76   |
| Tabella essiccazione     |                     |                                                          | 78   |
| Bibite                   |                     |                                                          |      |
| Frutta                   | Frutta              | Bowle con frutta                                         | 80   |
|                          | Punch di vino rosso |                                                          | 81   |
| Zuppe                    |                     |                                                          |      |
|                          | Verdure             | Zuppa di marroni                                         | 82   |
|                          | Verdure             | Vellutata di pomodori con pomodori essiccati             | 83   |
| Vegetali e pesce         |                     |                                                          |      |
|                          | Frutta              | Riso al latte con pere                                   | 84   |
|                          | Verdure             | Pesto rosso                                              | 85   |
|                          | Verdure             | Filetto di merluzzo royale con rondelle di mele          | 86   |
|                          | Funghi              | Risotto ai porcini con asparagi verdi                    | 87   |
|                          | Erbe aromatiche     | Tortina di patate                                        | 88   |
|                          | Erbe aromatiche     | Spätzli all'aglio orsino                                 | 89   |
| Piatti principali        |                     |                                                          |      |
|                          | Verdure             | Insalata di carne di manzo con fagiolini essiccati       | 90   |
|                          | Verdure             | Crauti con ananas                                        | 91   |
|                          | Frutta              | Filetto di maiale con prugne essiccate                   | 92   |
|                          | Frutta              | Ragù d'agnello con salsa raffinata al curry e albicocche | 93   |
|                          | Frutta              | Petto di pollo farcito con mascarpone e frutta           | 94   |
|                          | Funghi              | Bistecca di carne macinata con porcini                   | 95   |
| Dessert e torte          |                     |                                                          |      |
|                          | Frutta              | Un dolce sogno alle albicocche                           | 96   |
|                          | Frutta              | Torta alle amarene                                       | 97   |
|                          | Frutta              | Torta celestiale alle ciliegie e agli amaretti           | 98   |
|                          | Frutta              | Pane alla frutta                                         | 99   |
| Ingredienti              |                     |                                                          |      |
|                          | Erbe aromatiche     | Sale alle erbe aromatiche                                | 100  |
|                          | Funghi              | Funghi in polvere                                        | 101  |

# Gustoso, sano e conveniente

Essiccare è il modo più naturale e semplice per conservare a lungo frutta, verdura, funghi ed erbe. I prodotti essiccati mantengono il loro elevato valore nutritivo, quindi sono molto gustosi e sani. Oltretutto le provviste essiccate sono una conveniente alternativa alle conserve e ai cibi surgelati di alto consumo energetico. Grazie a «dörrex» è ora possibile trattare gli alimenti freschi nella loro stagione di produzione.

## Essiccare in modo delicato ed uniforme

La regolazione continua della temperatura consente un trattamento delicato. Inoltre la circolazione attiva dell'aria calda garantisce un'essiccazione assolutamente uniforme. Le preziose sostanze nutritive rimangono così inalterate nei prodotti essiccati.



Circolazione attiva dell'aria calda  
Il segreto per una perfetta  
essiccazione



# I vari metodi di preparazione e tutto ciò che il mercato alimentare è in grado di offrire...



Mariann Münzberg  
Cuoca amatoriale per passione

Le ricette per l'essiccazione che trovate in questo libro sono state create dalla collaboratrice della Stöckli Mariann Münzberg appositamente per voi. Nonostante non lavori più come cuoca, cucinare e intrattenere gli ospiti continuano a fare parte del suo hobby preferito. E come se ciò non bastasse, la creazione di nuove ricette che un giorno desidera pubblicare in un libro da cucina.

Cucinare è una tradizione di famiglia. Già i genitori possedevano un ristorante a Mühlehorn, sul delizioso lago di Walen. Era quindi più che naturale che la figlia facesse un apprendistato come cuoca. L'esame per il conseguimento del certificato di capacità e la fondazione e gestione di un «Club degli uomini ai fornelli», come anche il lavoro come gerente sono state altre tappe caratterizzanti. Il suo ricco bagaglio di esperienze è stato perfezionato dalla sua attività nella cucina sperimentale dell'Electrolux.

Un'eccellente occasione per mettere alla prova il suo profondo sapere si è presentata con il lancio della nuova generazione dörrex. Si era alla ricerca di ricette leggere e gustose. La sua filosofia culinaria – l'impiego soprattutto di prodotti biologici e di alimenti freschi di stagione – ha sposato al meglio l'idea. Il risultato è una goduria per «occhi e palato». Giudicate voi stessi e provatele. Il sapore genuino, intenso, naturale e fresco vi lascerà di stucco.









# Tabella relativa all'essiccazione

## La frutta essicca a 70° C

| Frutta        | Preparazione                                                            | Tempo di essiccazione in ore circa | Stato frutta essiccata   | Quantitativo per griglia circa | Quantitativo approssimativo in % del peso fresco | Gradi temp. |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------|-------------|
| Mele          | spicchi ca. 15 mm di spessore<br>fette ca. 8 mm di spessore             | 6-10<br>6-8                        | molto flessibile         | 600 g                          | 10-15%                                           | 70°         |
| Albicocche    | dimezzare, taglio verso l'alto                                          | 10-18                              | flessibile               | 500 g                          | 20%                                              | 70°         |
| Ananas        | sbucciare, fette di circa 8 mm di spessore                              | 10-12                              | flessibile               | 500 g                          | 25-30%                                           | 70°         |
| Banane        | sbucciare, dimezzare, dividere in quattro                               | 8-12<br>6-10                       | flessibile               | 600 g                          | 20-25%                                           | 70°         |
| Ciliegie      | interi o snocciolate                                                    | 10-18                              | coriaceo                 | 500 g                          | 20-25%                                           | 70°         |
| Fichi         | dimezzare, taglio verso l'alto                                          | 10-12                              | secco                    | 600 g                          | 20%                                              | 50°         |
| Fragole       | dimezzate o intere                                                      | 9-15                               | flessibile               | 250 g<br>500 g                 | 20%                                              | 70°         |
| Pere          | dividere in due, taglio verso l'alto<br>fette di circa 8 mm di spessore | 15-30<br>6-10                      | flessibile<br>flessibile | 600 g<br>500 g                 | 25-30%                                           | 70°         |
| Prugne/Susine | dimezzare, taglio verso l'alto                                          | 10-18                              | flessibile               | 500 g                          | 20%                                              | 70°         |
| Uva           | dimezzare, taglio verso l'alto                                          | 12-15                              | molto flessibile         | 500 g                          | 20%                                              | 70°         |

Cosa, come, quanto: tutta la frutta essicca a 70° C, togliere torsoli, gambi e noccioli (eccetto per le ciliegie). Per impedire che la frutta diventi marrone, cospargere con succo di limone prima di essiccare.

Le temperature indicate e i tempi di essiccazione sono valori indicativi. Secondo la dimensione dei pezzi e il contenuto d'umidità della frutta, i tempi d'essiccazione possono notevolmente variare.



## La verdura essicca a 70° C

| Verdura              | Preparazione                                                                         | Tempo di essiccazione in ore circa | Stato verdura essiccata | Quantitativo per griglia circa | Quantitativo approssimativo in % del peso fresco | Gradi temp. |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------|-------------|
| Carote               | sbucciarle, fettine di ca. 8 mm di spessore *                                        | 6–8                                | duro                    | 400 g                          | 15%                                              | 70°         |
| Cetrioli             | non sbucciarli, fettine di ca. 1 cm di spessore *                                    | 6–8                                | duro                    | 400 g                          | 15%                                              | 70°         |
| Fagiolini            | scottati interi *                                                                    | 6–10                               | fragile                 | 400 g                          | 15%                                              | 70°         |
| Peperoni/<br>Paprica | tagliare a strisce, larghe, circa 8 mm *                                             | 8–10                               | flessibile              | 400 g                          | 20%                                              | 70°         |
| Piselli              | sbucciarli, scottarli brevemente *                                                   | 8–10                               | duro                    | 400 g                          | 25%                                              | 70°         |
| Pomodori             | dimezzare, taglio verso l'alto *<br>fettine circa 6 mm di spessore *                 | 10–14<br>7–10                      | flessibile<br>duro      | 400 g<br>300 g                 | 15%<br>10%                                       | 70°         |
| Porri                | dimezzare, tagliare pezzi lunghi 6–8 cm *                                            | 6–10                               | fragile                 | 500 g                          | 20%                                              | 70°         |
| Sedano rapa          | sbucciare, fettine di circa 8 mm di spessore *                                       | 6–10                               | duro                    | 400 g                          | 15%                                              | 70°         |
| Verdura per brodo    | carote, sedano, porro, cavolo, rapa, cavolo. Tagliare a strisce, sottili, scottare * | 6–8                                | coriaceo                | 300 g                          | 10–15%                                           | 60°         |
| Zucchini             | non sbucciare, fettine circa 8 mm di spessore *                                      | 7–8                                | flessibile              | 400 g                          | 15%                                              | 70°         |

\* scottare brevemente

Cosa, come, quanto: tutta la verdura essicca a 70° C, eccetto le verdure per la zuppa a 60° C.

Le temperature indicate e i tempi di essiccazione sono valori indicativi. Secondo la dimensione dei pezzi, i tempi d'essiccazione possono notevolmente variare.



### Le erbe aromatiche essiccano a 40° C

| Erba                                                                                     | Preparazione                                                                 | Tempo di essiccazione in ore | Stato essiccato | Gradi temp. |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------|-------------|
| Aneto, basilico, dragoncello, erba cipollina, prezzemolo, rosmarino, salvia, santoreggia | essiccare intere o tagliate, lavare, porre su garza o cellulosa ad asciugare | 3-7                          | friabile        | 40°         |

I tempi di essiccazione indicati sono valori indicativi.  
Secondo il tipo d'erba aromatica i tempi possono variare.  
Sminuzzare le erbe poco prima dell'utilizzo.



### I funghi essiccano a 50° C

| Funghi                                | Preparazione                                                                                           | Tempo di essiccazione | Stato essiccato | Gradi temp. |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------|-------------|
| Ogni tipo (ad eccezione dei chiodini) | Pulire bene, non tagliare i funghi piccoli, tagliare quelli grossi a fettine nel senso della lunghezza | 2-6                   | coriaceo        | 50°         |

I tempi di essiccazione indicati sono valori indicativi.  
Secondo il tipo di fungo e la dimensione dei pezzi, i tempi possono variare.



## Bowle con frutta

### Ingredienti

|          |                             |
|----------|-----------------------------|
| 3 c      | dadini d'ananas essiccati   |
| 3 c      | dadini di fragola essiccati |
| 2 dl     | succo d'ananas              |
| 40 ml    | liquore alla noce di cocco  |
| 20 ml    | liquore all'albicocca       |
| 20 ml    | Vodka al gusto di lampone   |
| 2 dl     | vino bianco fruttato        |
| 2 dl     | spumante                    |
| 2 foglie | melissa                     |

### Preparazione

mettere a mollo la frutta, durante la notte, nel succo d'ananas. Mettere in frigo il succo

profumare la frutta con i diversi liquori

versare e mettere in fresco

tritare e aggiungere (a piacimento)

## Suggerimento

Aggiungere lo spumante immediatamente prima di servire, quando ancora spumeggia. Versare il bowle in coppe da spumante e servire.



## Punch di vino rosso

### Ingredienti

|            |                       |
|------------|-----------------------|
| 7 dl       | vino rosso            |
| 1          | arancia, non trattata |
| di 2 mele  | le bucce essiccate    |
| 2 dl       | panna                 |
| 2 stecche  | cannella              |
| 2 pz       | anice stellato        |
| 4 pz       | chiodi di garofano    |
| 4 pz       | grani di pimento      |
| 4 pz       | coriandolo            |
| 80 g       | zucchero candito      |
| 60 – 80 cl | Rum                   |

### Preparazione

versare in una pentola  
tagliare a fette e aggiungere al vino rosso  
aggiungere tutte le spezie al vino rosso e lasciare tirare lentamente a fuoco lento. Il vino rosso non deve bollire. Dopo circa 10 min. passare al setaccio il vino rosso  
  
aggiungere il Rum al vino rosso speziato e versare in quattro bicchieri da grog

## Suggerimento

Provatelo anche con Rosolio (liquore da ciliegie essiccate) o col «Röteli» di Coira.

## Zuppa di marroni

### Ingredienti

125 g marroni / castagne essiccate

20 g burro  
1 piccola cipolla tritata

$\frac{1}{2}$  c spezie per panpepato  
2 dl vino bianco  
3 dl brodo

2.5 dl panna

### Preparazione

mettere a mollo durante la notte,  
ev. togliere la pellicina scura

scaldare nella pentola  
aggiungere, farla imbiandire, unire i marroni  
e farli soffriggere finché abbiano raggiunto un  
leggero colore.

cospargere  
bagnare e ridurre un po'  
aggiungere e lasciare cuocere lentamente col  
coperchio finché i marroni siano ben cotti. In  
caso di necessità aggiungere un po' di brodo.

Quando i marroni si spezzano, togliere la  
pentola dal fornello e aggiungere la panna.  
Ridurre in purea finissima nel mixer. Alla fine  
passare al setaccio.

Versare in scodelle da zuppa e decorare con  
panna mezza montata.

## Suggerimento

Tagliare 4 marroni cotti a dadini e  
caramellare, dividerli nelle scodelle da  
zuppa e versarvi sopra la zuppa.

## Vellutata di pomodori con panna al basilico

### Ingredienti

|                  |                                    |
|------------------|------------------------------------|
| 2 C              | olio d'oliva                       |
| 1                | cipolla, tagliata grossolanamente  |
| 1 spicchio       | aglio tritato                      |
| 1/2 dl           | vino rosso                         |
| 1 scatola, 400 g | pomodori tritati                   |
| 50 g             | pomodori secchi sott'olio          |
| 1 c              | erbe aromatiche italiane           |
| 3 dl             | brodo                              |
| 1 dl             | panna liquida                      |
| 1 dl             | panna<br>foglie di basilico fresco |

### Preparazione

imbiondire cipolla e aglio nell'olio d'oliva

bagnare con vino rosso e ridurre un po'

aggiungere i pomodori tritati e quelli sott'olio, metterne da parte uno e tagliarlo a striscioline. Esse saranno utilizzate per la guarnizione.

unire

aggiungere e far tirare a fuoco lento con coperchio. Circa 30-40 min.

ridurre la zuppa in purea finissima e renderla più saporita con la panna. Aggiungere eventualmente del brodo e condire a piacimento

montare bene

premerle attraverso lo spremiaglio e aggiungerle mescolandole alla panna montata, condire con poco sale alle erbe

mettere la zuppa nei piatti, decorare con la panna al basilico e distribuire sopra le striscioline di pomodoro sott'olio, messe da parte.

### Suggerimento

Questa zuppa raffinata può essere anche profumata con del Gin.





## Riso al latte con pere

### Ingredienti

60 g pere, pelate ed essiccate  
8 – 10 dl latte  
2 C olio di mandorle  
1 presa sale  
3 C passato di mandorle  
250 g riso per la cottura nel latte

Zucchero

Zucchero e cannella

### Preparazione

mettere a mollo nel latte, durante la notte  
mettere 8 dl di latte nella pentola e riscaldare  
unire aromi e sale

mettere il riso nel latte in leggera ebollizione e portare ad ebollizione. Mescolare bene. Dopo l'ebollizione, ridurre a fuoco lento e lasciar gonfiare.

si dovrebbe aggiungere a fine cottura, altrimenti i chicchi di riso s'incollano e il riso non riesce a cuocere.

Mettere in tavola in modo che ognuno possa zuccherare a piacimento

servire con composta di mele

## Suggerimento

A questo riso si adatta magnificamente una leggera salsa al cioccolato.

## Pesto rosso con pasta

### Ingredienti

|           |                                        |
|-----------|----------------------------------------|
| 20        | pomodori essiccati,<br>messi sott'olio |
| 1 dl      | olio d'oliva                           |
| 2 spicchi | aglio                                  |
| 1 C       | erbe aromatiche italiane               |
| 10 foglie | basilico fresco                        |
| 2 C       | pinoli                                 |
| 100 g     | Sbrinz o Parmigiano                    |
| 1 pz      | peperoncino rosso                      |
| 4 C       | acqua                                  |
| 3 C       | concentrato di pomodoro                |
| 500 g     | spaghetti                              |

### Preparazione

mettere tutti gli ingredienti nel Cutter e macinarli fino a ridurli in un fine passato

cuocerli come d'abitudine e mescolarli col pesto rosso. Quantità a piacimento.

### Suggerimento

Può essere reso ancor più delizioso con l'aggiunta di panna.

## Filetto di merluzzo royale con rondelle di mele

### Ingredienti

|               |                                                     |
|---------------|-----------------------------------------------------|
| 12            | rondelle di mele essiccate                          |
| 100 ml        | acqua                                               |
| 100 ml        | vino bianco                                         |
| $\frac{1}{2}$ | peperone rosso                                      |
| $\frac{1}{2}$ | peperone verde                                      |
| 1             | piccola cipolla                                     |
| 2 C           | olio d'oliva                                        |
| 1 dl          | salsa di pomodoro addensata<br>sale alle erbe, pepe |
| 600 g         | filetti di merluzzo royale<br>sale e pepe<br>farina |
| 3 C           | olio                                                |

### Preparazione

mettere per 1 ora in «acqua e vino bianco» tiepida

tagliare in striscioline

tritare finemente  
scaldare in padella e far saltare la cipolla, aggiungere saltando assieme anche il peperone verde e rosso. Unire le rondelle di mele ammollate. Bagnare il miscuglio con «acqua e vino bianco».

aggiungere e cuocere per circa 10 min.  
Condire a piacere. Mettere in caldo la salsa.

4 filetti da 150 grammi circa  
condire  
infarinare il pesce

scaldare l'olio e arrostitire il pesce da entrambe le parti per circa 2 min. Eventualmente, alla fine aggiungere un pezzetto di burro fresco per terminare di arrostitire.

### Suggerimento

Disporre il pesce sul piatto. Cospargervi sopra la salsa al peperone e infine guarnire ogni porzione di pesce con tre rondelle di mele disposte a ventaglio. Servire con riso o patate lesse.



## Risotto ai porcini con asparagi verdi

### Ingredienti

|           |                                      |
|-----------|--------------------------------------|
| 25 g      | porcini essiccati                    |
| 20 g      | burro                                |
| 1         | cipolla tritata                      |
| 400 g     | riso per risotto (Arborio o Vialone) |
| 2 dl      | vino bianco secco                    |
| 8 – 10 dl | brodo                                |
| 400 g     | asparagi verdi                       |
| 40 g      | burro fresco                         |
| 50 g      | Parmigiano, grattugiato fresco       |
| 1 dl      | panna liquida                        |

### Preparazione

metterli in una piccola scodella e ricoprirli d'acqua appena sufficiente – lasciarli a mollo per circa 30 min.

imbiondire la cipolla nel burro

aggiungere e girare brevemente nel burro e cipolla bagnare col vino  
aggiungere i porcini al risotto  
versare, portare ad ebollizione e lasciare tirare il tutto a fuoco lento per circa 30 min.

tagliar via abbondantemente la parte finale legnosa degli asparagi, poi tagliarli a pezzetti e cuocerli preliminarmente nello «Stöckli Steamer» a livello massimo per circa 20 min. finché siano croccanti.

Cuocere il risotto per  $\frac{2}{3}$ , unire gli asparagi e terminare la cottura

Mescolare burro, Parmigiano e panna al risotto pronto. Condire con pepe macinato fresco. Aggiungere eventualmente del brodo. Se il risotto dovesse risultare, per quanto concerne la consistenza, piuttosto mantecato e leggermente liquido, il suo sapore sarà ancor più squisito.

### Suggerimento

Tenere da parte alcuni pezzetti d'asparagi, passarli brevemente nel burro e distribuirli poi sul risotto già versato nel piatto. Spargervi sopra del parmigiano grattugiato fresco.

Purtroppo non adatto per mantenere la linea, ma per questo risotto vale la pena commettere un peccato di gola.



## Tortina di patate

### Ingredienti

1 kg patate  
sale, noce moscata, pepe  
50 g formaggio grattugiato  
20 g miscela d'erbe aromatiche  
2 – 3 uova  
20 g farina  
burro, sciolto

### Preparazione

cuocere le patate e ridurli a purea (schiacciap patate)  
condire  
unire il tutto alle patate, mescolando bene  
  
formare una tortina rotonda, piatta con la massa di patate e arrostitire in padella, da entrambe le parti, nel burro caldo.

## Suggerimento

Nelle tortine si possono aggiungere dei piccoli dadini di verdura sbollentati o dei funghi.

La tortina di patate si può servire con un'insalata mista. È pure adatta per accompagnare i piatti a base di carne.

## Spätzli all'aglio orsino

### Ingredienti

|        |                                                    |
|--------|----------------------------------------------------|
| 400 g  | farina bianca oppure farina per gnocchetti         |
| 2 EC   | aglio orsino essiccato<br>sale, noce moscata, pepe |
| 4      | unire                                              |
| 2.5 dl | latte                                              |
| 4 lt.  | acqua salata (come per la pasta)                   |

### Preparazione

mettere in una scodella per impastare

unire  
aromatizzare

aggiungere alla farina aromatizzata il latte con le uova e sbattere l'impasto a mano finché si formino delle bolle. L'impasto deve risultare denso. Lasciare riposare l'impasto per ca. 1 ora, affinché la farina possa sufficientemente gonfiarsi.

Portare ad ebollizione l'acqua salata. Premere l'impasto, facendolo cadere nell'acqua salata attraverso il setaccio speciale per Spätzli. Lasciare cuocere finché gli Spätzli non galleggino in superficie e estrarli dalla pentola con la schiumarola.

Gli Spätzli possono essere arricchiti con del burro e con l'aggiunta di ancora un po' di sale e noce moscata, servire subito appena fatti. Oppure, per il consumo in un secondo tempo, passarli brevemente sotto l'acqua fredda, lasciarli sgocciolare e conservare in frigorifero. È meglio comunque consumare subito gli Spätzli freschi.

## Suggerimento

Gli Spätzli possono essere anche arrostiti nel burro.

# Insalata di carne di manzo con fagiolini essiccati

## Ingredienti

|        |                                                                                                   |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.2 lt | brodo                                                                                             |
| 1      | carota                                                                                            |
| 1      | porro                                                                                             |
| 1      | cipolla                                                                                           |
| 2      | foglie d'alloro                                                                                   |
| 4      | chiodi di garofano                                                                                |
| 500 g  | lombata di manzo<br>(carne magra da lessare)                                                      |
| 1      | cipolla, tagliata grossolanamente                                                                 |
| 1      | spicchio d'aglio, finemente tritato                                                               |
| 2 C    | olio di colza                                                                                     |
| 50 g   | fagiolini essiccati                                                                               |
| 1 dl   | brodo di carne                                                                                    |
| 100 g  | scalogno, finemente tritato<br>prezzemolo tritato<br>erba cipollina tagliata<br>cerfoglio tritato |
| 1 c    | senape di Digione                                                                                 |
| 1 dl   | olio di colza                                                                                     |
| 1      | succo di un limone                                                                                |

## Preparazione

riscaldare  
aggiungere le verdure al brodo

steccare la cipolla con foglia d'alloro e chiodi di garofano

mettere la carne nel brodo caldo, mentre sta facendo delle leggere bollicine. Il brodo non dovrebbe essere in piena ebollizione. Schiumare regolarmente l'albume. Far cuocere per ca. 1 ora. Lasciare raffreddare nel suo brodo.

unire i fagiolini messi a mollo e sgocciolati e lasciarli tirare col coperchio. In caso di necessità, aggiungere un po' di brodo di carne.

Quando i fagiolini sono quasi cotti, togliere il coperchio e lasciare asciugare quasi completamente il liquido.

Tagliare la carne in striscioline. Aggiungere i fagiolini. Lasciare tirare brevemente la carne ancora tiepida in una vinaigrette, composta di succo di limone, sale alle erbe, prezzemolo e olio di colza.

mescolare lo scalogno, le erbe aromatiche tritate con la senape, l'olio e il succo di limone fino a formare una vinaigrette.

## Suggerimento

Servire l'insalata di carne di manzo con un'insalata verde assortita. Accompagnare con una baguette fresca.

## Crauti con ananas

### Ingredienti

|           |                           |
|-----------|---------------------------|
| 20 g      | dadini d'ananas essiccati |
| 200 ml    | succo d'ananas            |
| 20 g      | burro                     |
| 1 piccola | cipolla tritata           |
| 450 g     | crauti crudi              |
|           | succo con dadini d'ananas |
| 2 dl      | spumante                  |
| 1         | foglia d'alloro           |
| 5         | bacche di ginepro         |
| 3 C       | miele                     |
| 1 c       | sale alle erbe            |
| 2 c       | fecola                    |
| 2 C       | acqua                     |

### Preparazione

mettere a mollo l'ananas nel succo per ca. 1 ora

scaldare nella pentola  
aggiungere, imbiondire

aggiungere e cuocere brevemente al vapore  
versare  
versare  
aromatizzare con sale, spezie e miele

sciogliere e aggiungere ai crauti  
mescolare bene

lasciar cuocere a fuoco lento per  
ca. 30 – 40 min.

## Suggerimento

Cuocere direttamente assieme ai crauti  
un pezzo di costine o dello speck.  
Si otterrà un gusto più forte. Servire  
accompagnandoli con patate lesse.



## Filetto di maiale con prugne essiccate

### Ingredienti

|            |                                            |
|------------|--------------------------------------------|
| 12 pz      | filetto di maiale,<br>spessore di ca. 3 cm |
| 6          | prugne essiccate                           |
| 12 fettine | di speck da colazione                      |
|            | olio                                       |

### Preparazione

tagliare a fette e fare un foro nel mezzo col coltello

premere  $\frac{1}{2}$  prugna nel foro

avvolgere i filetti nelle fettine di speck e fissarle con uno stecchino di legno

arrostiti bene da entrambe le parti in padella e lasciare tirare in forno a ca. 80°C per 10 min.

Una raffinata salsa alla panna è l'accompagnamento ideale.

## Suggerimento

Estate – stagione di grigliate. Arrostiti il filetto di maiale sulla griglia e servirlo con un'insalata mista.

# Ragù d'agnello con salsa raffinata al curry e albicocche

## Ingredienti

|              |                                       |
|--------------|---------------------------------------|
| 3 C          | olio                                  |
| 500 g        | ragù d'agnello<br>spezie per la carne |
| 1            | cipolla tritata                       |
| 1            | gambo di citronella                   |
| 1 pezzettino | zenzero                               |
| 2 foglie     | limetta                               |
| 1 pezzetto   | peperoncino                           |
| 1 C          | curry piccante                        |
| 1 C          | curry dolce                           |
| 1 c          | cannella                              |
| 400 ml       | latte di cocco                        |
| 2 dl         | brodo di carne versare                |
| 150 g        | albicocche essiccate                  |
| 3 C          | uvette                                |

## Preparazione

scaldare in padella  
aromatizzare la carne, asciugata picchiettandola, e arrostirla bene

aggiungerla e stufare assieme

tagliarlo finemente e aggiungerlo  
togliere la pelle marroncina col coltello e tritare finemente

aggiungere  
tagliare in pezzettini e aggiungere  
aggiungere le spezie

bagnare con latte di cocco

versare

Acuocere a fuoco lento il tutto per ca. 50 min. Eventualmente aggiungere ancora un po' di aromi. Togliere i pezzetti di carne dalla salsa e ridurre in purea la salsa nel mixer. Infine passare al setaccio per togliere anche le piccole fibre.

tagliare a dadini e unire la frutta, far cuocere ancora il tutto per ca. 10 min.

## Suggerimento

Il riso Basmati o quello profumato si accompagna stupendamente alla pietanza.



## Petto di pollo farcito con mascarpone e frutta

### Ingredienti

|     |              |
|-----|--------------|
| 1 C | burro        |
| 1 C | pinoli       |
| 1/2 | mela pelata  |
| 1 C | uvette       |
| 2   | fichi secchi |
| 2 C | Mascarpone   |

### Preparazione

sciogliere in padella  
arrostire assieme  
tagliare in piccolissimi dadini, mettere in  
padella e cuocere a vapore assieme  
aggiungere  
Togliere la padella dal fornello e lasciare  
raffreddare un po' la massa. Infine aggiungere  
mescolando il mascarpone e condire con sale  
alle erbe e pepe

### Fettine di pollo

|   |                                         |
|---|-----------------------------------------|
| 4 | fettine di pollo, grandi                |
|   | filo per carni per legare<br>ago grosso |
|   | misto di aromi per pollame<br>olio      |

ricavare una grande tasca, tagliando trasver-  
salmente la fettina di pollo e farcire col ripieno.  
Cucire la tasca col filo. Non fare alcun nodo  
all'inizio e alla fine in modo da togliere veloce-  
mente il filo, tirando, al termine della cottura.

aromatizzare le fettine  
scaldare in padella e arrostitvi le fettine

Porre le fettine in una pirofila, versarvi sopra  
la salsa al curry e lasciare tirare in forno per  
20 min. a una temperatura di 150° C – 170° C.

### Salsa al curry per 8 persone

|        |                      |
|--------|----------------------|
| 2 C    | olio                 |
| 1      | cipolla              |
| 1      | mela                 |
| 1      | carota, piccola      |
| 1      | banana               |
| 1      | peperoncino          |
| 1      | zenzero, piccolo     |
| 1/2    | gambo di citronella  |
| 3–4 C  | curry (a piacimento) |
| 500 ml | latte di cocco       |
| 500 ml | brodo di pollo       |
|        | sale alle erbe       |
|        | pepe                 |
| 2 dl   | panna                |

riscaldare in padella  
spezzettare grossolanamente tutte le verdure  
e le spezie e stufare nell'olio

spargere sopra le verdure, mescolare bene,  
bagnare col latte di cocco e il brodo di pollo,  
condire, infine lasciare cuocere lentamente per  
ca. 30 minuti finché la verdura sia ben cotta.  
Poi passare al mixer e attraverso un setaccio.  
rendere più delicata con l'aggiunta di panna

## Bistecca di carne macinata con porcini

### Ingredienti

|       |                                                                                      |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 750 g | carne macinata mista<br>per es.: $\frac{1}{3}$ di manzo + $\frac{2}{3}$ di<br>maiale |
| 300 g | Brät (impasto per salsicce)                                                          |
| 20 g  | porcini secchi                                                                       |
|       | spezie per carni                                                                     |
| 2 C   | olio                                                                                 |
| 1     | cipolla tritata                                                                      |
| 2     | spicchi d'aglio                                                                      |
| 2     | uova                                                                                 |
| 1 C   | senape di Digione (piccante)                                                         |
| 200 g | pane raffermo                                                                        |

### Preparazione

mescolare la carne macinata col «Brät»

mettere a mollo per ca. 15 min., tritare a pezzetti i funghi e aggiungerli alla massa

condire

scaldare, imbiondire la cipolla e aggiungere

premere nella massa

aggiungere

aggiungere

mettere a mollo per ca. 10 min. nel brodo di carne, premere bene e aggiungere alla massa

Impastare a mano o nell'impastatrice e suddividere in 12 mucchietti della medesima dimensione. Dare la forma di polpette piatte, rotonde e arrostiti nel grasso per l'arrosto.

## Suggerimento

È difficile grigliare direttamente le bistecche di carne macinata. Un piccolo trucco: cuocere al massimo livello le polpette nello «Stöckli-Steamer» per ca. 15 minuti. In questo modo le bistecche di carne macinata sono pronte per essere grigliate.

# Un dolce sogno alle albicocche

## Ingredienti

|           |                                |
|-----------|--------------------------------|
| 50 g      | albicocche essiccate           |
| 40 ml     | liquore alle albicocche        |
| 1 bustina | zucchero vanigliato            |
| 2 vasetti | yogurt alle albicocche (180 g) |
| 125 g     | ricotta alle albicocche        |
| 1 dl      | succo d'arancia e scorza       |
| 3 spruzzi | succo di limone                |
| 100 g     | zucchero                       |
| 1 presa   | vaniglia bourbon               |
| 6 fogli   | gelatina                       |
| 250 ml    | panna montata                  |

## Salsa alla frutta

|         |                          |
|---------|--------------------------|
| 4 C     | marmellata di albicocche |
| 4 C     | acqua                    |
| 1 dl    | vino dolce               |
| 8       | albicocche a dadini      |
| 1 presa | vaniglia bourbon         |
| 2 C     | zucchero                 |
| 40 ml   | liquore alle albicocche  |

## Preparazione

tagliare a dadini  
marinare nel liquore con l'aggiunta dello  
zucchero vanigliato

Jmettere in una scodella yogurt e ricotta,  
mescolare bene

portare ad ebollizione succhi, aromi e  
zucchero in una piccola pentola e poi ridurre  
leggermente. Aggiungere i pezzetti d'albi-  
cocca marinati e scaldare brevemente

mettere a mollo in acqua fredda per  
ca. 10 – 15 min., infine sciogliere nel succo  
zuccherato. Raffreddare il succo e mescolare  
alla massa di yogurt e ricotta

mescolare con cura alla massa di yogurt e  
versare nelle rispettive formine

Lasciare raffreddare la massa in frigo fino a  
quando diventi solida (almeno 4 ore), capo-  
volgere le formine su un piatto adatto per far  
fuoriuscire la massa raffreddata, guarnire con  
la salsa alla frutta, la panna e una fogliolina  
di menta.

mettere tutti gli ingredienti in una pentola  
e cuocere. Raffreddare la salsa e conservare  
a temperatura ambiente. (Destinata all'uso  
immediato).

Aggiungere il liquore solo dopo il raffredda-  
mento della salsa

## Suggerimento

Variare il gusto con diversi tipi di frutta e  
yogurt. Per es.: con delle fragole.



## Torta alle amarene

### Ingredienti

|           |                                    |
|-----------|------------------------------------|
| 200 g     | burro                              |
| 250 g     | zucchero                           |
| 1 pizzico | sale                               |
| 1 presa   | vaniglia bourbon                   |
| 3 C       | passato di mandorle (Rapunzel)     |
| 2 C       | olio di mandorle                   |
| 1 bustina | scorza di limone (per es.: Oetker) |
| 500 g     | farina                             |
| 1 bustina | lievito in polvere                 |
| 1 dl      | latte                              |
| 150 g     | amarene essiccate                  |

### Preparazione

mettere in una scodella per impastare. Rimestare finché non diventi morbido e schiumoso

aggiungere, rimestare finché lo zucchero non si sia sciolto

aggiungere il tutto alla massa di burro. Mescolare brevemente

passare assieme al setaccio e aggiungere alla massa di burro. Mescolare brevemente

aggiungere, mescolare brevemente

aggiungere con cura all'impasto

Versare l'impasto per torta in una tortiera imburata per «Gugelhupf» e cuocere in forno per ca. 55 – 60 min. a temperatura di 170°C – 175°C.

## Suggerimento

Le amarene possono essere sostituite con cranberry (mirtilli rossi), ciliegie essiccate o albicocche.

## Torta celestiale alle ciliegie e agli amaretti

### Ingredienti

|           |                                              |
|-----------|----------------------------------------------|
| 140 g     | burro                                        |
| 200 g     | savoardi                                     |
| 100 g     | amaretti                                     |
| 20 cl     | Amaretto (liquore)                           |
|           | tortiera                                     |
|           | carta da forno                               |
|           | anello tortiera                              |
| 6 fogli   | gelatina                                     |
| 2 vasetti | yogurt alle ciliegie (180 g)                 |
| 200 g     | Fformaggio fresco<br>(per es.: Philadelphia) |
| 100 g     | zucchero                                     |
| 100 g     | ciliegie essiccate<br>(passate al vapore)    |
| 2 dl      | panna                                        |
| 2 dl      | panna                                        |
| 1 bustina | addensante per panna                         |

### Preparazione

renderlo sfuso in una padella o nel microonde (100 Watt)

macinare finemente i savoardi e gli amaretti, mescolarli al burro sfuso e al liquore

ricoprire la tortiera con carta da forno

regolare l'anello della tortiera sul  $\varnothing$  di ca. 22 – 24 cm

distribuire la massa nella tortiera e premere forte

mettere in acqua fredda per 15 min., strizzare e far diventare liquida in una pentola con 1 C d'acqua. Non cuocere

mescolare tutti gli ingredienti fino a renderli cremosi. Mettere una piccola parte nella gelatina, mescolare bene e aggiungere tutto alla massa di yogurt

distribuire le ciliegie e inglobarle alla massa

montare e mescolare con cura

versare la massa di yogurt nella forma e far diventare compatta in frigo per ca. 4 ore

montare in modo compatto la panna con l'addensante e guarnire la torta a piacimento



## Pane alla frutta

### Ingredienti

|          |                      |
|----------|----------------------|
| 150 g    | albicocche essiccate |
| 150 g    | prugne essiccate     |
| 120 g    | banane essiccate     |
| 140 g    | zucchero grezzo      |
| 1 C      | cannella             |
| 1/2 C    | cardamomo            |
| 1 presa  | pimento              |
| 50 ml    | sciropo d'acero      |
| 7 – 8 dl | acqua                |
| 40 g     | lievito (1 dado)     |
| 1 kg     | farina rustica       |
| 1 C      | sale                 |
| 150 g    | noci tritate         |

Cottura al forno: 45 – 50 minuti

OH/UH: 190° C

Aria calda 180° C

### Preparazione

tagliarle tutte a dadini

portare ad ebollizione lo zucchero, le spezie, lo sciroppo e l'acqua con la frutta essiccata tagliata a pezzettini e lasciare raffreddare

sciogliere nell'acqua della frutta raffreddata

mettere in una scodella per impastare

aggiungere il sale e le noci, unire l'acqua della frutta e impastare nell'impastatrice. La pasta deve risultare collosa e umida. Lasciare lievitare per ca. 3–4 ore a temperatura ambiente, finché il volume non sia triplicato. Dopo di che versare la pasta nelle forme da cake imburrate. Lasciare lievitare ancora finché le forme da cake non siano quasi piene.

Cuocere nel forno

Dopo la cottura in forno, togliere immediatamente i pani dalle forme

### Suggerimento

Questo pane è ottimo col formaggio.





## Sale alle erbe aromatiche

### Ingredienti

1 porro  
2 carote  
1 cipolla  
1 piccolo ceppo sedano  
2 spicchi aglio

20 g cerfoglio  
20 g maggiorana  
20 g levistico (sedano di monte)  
40 g prezzemolo  
500 g sale

### Preparazione

tagliare a rondelle piccole  
dividerle in quattro e tagliarle a fette sottili  
tagliare a rondelle  
tagliare a fette sottili  
tagliare a fette sottili

Essiccare tutta la verdura a 50° C – 60° C.  
Si consiglia di ripartire i tipi di verdura sui  
singoli cestelli di essiccazione, poiché essi  
hanno tempi diversi di essiccazione

Essiccare tutte le erbe aromatiche ad un  
massimo di 40° C. Tempo di essiccazione  
ca. 5 ore

Versare il sale, le verdure essiccate e le  
erbe aromatiche in un Cutter e macinarle  
molto finemente. Versare il sale alle erbe  
in contenitori di vetro.

## Suggerimento

Il sale alle erbe può essere utilizzato in  
molteplici modi e quello preparato in casa  
ha uno stupendo profumo di verdure ed  
erbe aromatiche.

## Funghi in polvere

### Ingredienti

|       |                     |
|-------|---------------------|
| 400 g | champignons bianchi |
| 400 g | champignons marroni |
| 100 g | boleti              |

### Preparazione

tagliarli tutti a fette sottili ed essicarli in modo che si spezzettino bene. Dopo di che, macinarli finemente nel Cutter. Il profumo risulta molto intenso, forte e raffinato

## Suggerimento

I funghi in polvere sono adatti per condire risotti, polpette e salse per le carni – fantastico!



# Contents

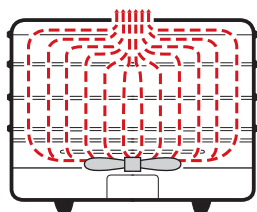
| Topic                    | Dried ingredients | Recipes                                         | Page |
|--------------------------|-------------------|-------------------------------------------------|------|
| General Drying           |                   |                                                 | 104  |
| Portrait                 |                   |                                                 | 106  |
| Drying table             |                   |                                                 | 108  |
| Drinks                   |                   |                                                 |      |
|                          | Fruit             | Fruit punch                                     | 110  |
|                          | Fruit             | Red wine punch                                  | 111  |
| Soups                    |                   |                                                 |      |
|                          | Vegetables        | Chestnut soup                                   | 112  |
|                          | Vegetables        | Cream of tomato soup with dried tomatoes        | 113  |
| Vegetarian & Fish Dishes |                   |                                                 |      |
|                          | Fruit             | Rice pudding with pears                         | 114  |
|                          | Vegetables        | Red pesto                                       | 115  |
|                          | Vegetables        | Cod fillet with apple rings                     | 116  |
|                          | Mushrooms         | Porcini mushroom risotto with green asparagus   | 117  |
|                          | Herbs             | Potato scones                                   | 118  |
|                          | Herbs             | «Bärlauchspätzli»                               | 119  |
| Main courses             |                   |                                                 |      |
|                          | Vegetables        | Beef salad with dried beans                     | 120  |
|                          | Vegetables        | Sauerkraut with pineapple                       | 121  |
|                          | Fruit             | Pork fillet with dried plums                    | 122  |
|                          | Fruit             | Lamb stew with apricots in a curry sauce        | 123  |
|                          | Fruit             | Chicken breast with a fruity Mascarpone filling | 124  |
|                          | Mushrooms         | Hamburgers with porcini mushrooms               | 125  |
| Desserts & Cakes         |                   |                                                 |      |
|                          | Fruit             | Sweet apricot dream                             | 126  |
|                          | Fruit             | Amarello cherry pie                             | 127  |
|                          | Fruit             | Heavenly Amaretti cherry pie                    | 128  |
|                          | Fruit             | Fruit bread                                     | 129  |
| Ingredients              |                   |                                                 |      |
|                          | Herbs             | Herb salt                                       | 130  |
|                          | Mushrooms         | Mushroom powder                                 | 131  |

# Tasty, healthy and good value

Drying is the most natural and easiest way to preserve fruit, vegetables, mushrooms and herbs. Dried food keeps its high nutritional value and is therefore very tasty and healthy. Furthermore, dried foods offer an inexpensive alternative to cans and energy-consuming frozen foods. Thanks to «dörrex» you can now process fresh food at the peak of its season.

## Gentle and smooth drying

The continuously variable temperature regulation ensures a gentle process. The active warm-air circulation guarantees an absolutely consistent drying process. This ensures that valuable nutrients are preserved in the dried food.



Active warm-air circulation  
The secret of perfect drying



## The most diverse preparation methods and what the food market has to offer...



Mariann Münzberg  
Hobby cook with a passion

The drying recipes in this book have been created by our Stöckli colleague Mariann Münzberg. Although she is no longer working as a professional chef, cooking and entertaining guests is still one of Mariann's most treasured hobbies. Her passion lies in creating new recipes, which she dreams of having published in a book.

For Mariann, cooking is a family tradition. Her parents used to run a restaurant in Mühlehorn, at the shore of the beautiful Lake of Walenstadt. It was therefore obvious that the daughter would train as a chef. Vocational training in gastronomy, the foundation and management of a «club of cooking husbands» and her work as manageress were further milestones in her career. Her wealth of experience was finally rounded off by her employment in the Electrolux test kitchen.

A brilliant opportunity to apply her well-founded knowledge presented itself with the launch of the new dörrex generation, when light and easy recipes were needed. Her approach to cooking – the use of fresh and seasonal produce predominantly from biological production – was perfectly suited for this venture. The result is a feast for «palate and eyes». Judge for yourself and try them. You will be surprised by the unadulterated, intensive, natural and fresh flavours of Mariann's recipes.







# Drying charts

## Dry fruit at 70° C

| Produce      | Preparation                                               | Drying time in hours ca. | Dryness test       | Approx. amount per tray | Weight when dried in % of initial weight | Temp. ° C |
|--------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------|-------------------------|------------------------------------------|-----------|
| Apples       | ca. 15 mm thick wedges<br>ca. 8 mm thick slices           | 6–10<br>6–8              | very pliable       | 600 g                   | 10–15%                                   | 70°       |
| Apricots     | halved, cut side to face upwards                          | 10–18                    | pliable            | 500 g                   | 20%                                      | 70°       |
| Bananen      | peeled and halved lengthways                              | 8–12                     | pliable            | 600 g                   | 25–30%                                   | 70°       |
| Cherries     | whole or pitted                                           | 10–12                    | leathery           | 500 g                   | 20–25%                                   | 70°       |
| Figs         | halved, cut side to face upwards                          | 10–12                    | dry                | 600 g                   | 20%                                      | 50°       |
| Grapes       | halved, cut side to face upwards                          | 12–15                    | very pliable       | 500 g                   | 20%                                      | 70°       |
| Pears        | halved, cut side to face upwards<br>ca. 8 mm thick slices | 15–30<br>6–10            | pliable<br>pliable | 600 g<br>500 g          | 20–25%                                   | 70°       |
| Pineapples   | peeled, ca. 8 mm thick slices                             | 10–12                    | very pliable       | 500 g                   | 25–30%                                   | 70°       |
| Plums        | halved, cut side to face upwards                          | 10–18                    | pliable            | 500 g                   | 20%                                      | 70°       |
| Strawberries | halved<br>whole                                           | 9–15                     | pliable            | 250 g<br>500 g          | 20%                                      | 70°       |

Produce, method and quantity: All fruit should be dried at 70° C. Remove core, stalks, pips or stones (except for cherries). To prevent discolouration, brush with lemon juice before drying.

The temperatures and drying times shown are recommended values. Drying times may vary considerably according to the size of the pieces dried and their water content.





## Dry vegetables at 70° C

| Produce                   | Preparation                                                            | Drying time in hours ca. | Dryness test    | Approx. amount per tray | Weight when dried in % of initial weight | Temp. ° C  |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------|-------------------------|------------------------------------------|------------|
| Carrots                   | peeled, sliced ca. 8 mm thick *                                        | 6–8                      | hard            | 400 g                   | 15%                                      | 70°        |
| Celery root               | peeled, sliced ca. 8 mm thick *                                        | 6–10                     | hard            | 400 g                   | 15%                                      | 70°        |
| Courgettes (baby marrows) | unpeeled, sliced ca. 8 mm thick *                                      | 7–8                      | pliable         | 400 g                   | 15%                                      | 70°        |
| Cucumbers                 | unpeeled, sliced 1 cm thick *                                          | 6–8                      | hard            | 400 g                   | 15%                                      | 70°        |
| Green beans               | whole beans *                                                          | 6–10                     | brittle         | 400 g                   | 15%                                      | 70°        |
| Soup vegetables           | carrots, celery, leeks, kohlrabi, cabbage to be cut into fine strips * | 6–8                      | leathery        | 300 g                   | 10–15%                                   | 60°        |
| Leeks                     | halved, cut into 6-8 cm lengths, sliced *                              | 6–10                     | brittle         | 500 g                   | 20%                                      | 70°        |
| Peas                      | shelled *                                                              | 8–10                     | hard            | 400 g                   | 25%                                      | 70°        |
| Peppers (green and red)   | cut into strips, ca. 8 mm thick *                                      | 8–10                     | pliable         | 400 g                   | 20%                                      | 70°        |
| Tomatoes                  | peeled, halved, cut side to face *<br>upwards sliced, ca. 6 mm thick * | 10–14<br>7–10            | pliable<br>hard | 400 g<br>300 g          | 15%<br>10%                               | 70°<br>70° |

\* *blanch quickly*

**Produce, method and quantity:** All vegetables should be dried at 70° C, with the exception of soup vegetables, which should be dried at 60° C.

The temperatures and drying times shown are recommended values. Drying times may vary considerably according to the size of the pieces dried.



### Dry herbs at 40° C

| Produce                                                        | Preparation                                              | Drying time in hours | Dryness test | Temp. ° C |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------|--------------|-----------|
| Basil, chives, dill, parsley, rosemary, sage, savory, tarragon | Dry whole or chopped.<br>Wash, arrange on gauze and dry. | 3–7                  | brittle      | 40 °      |

The temperatures and drying times shown are recommended values. Drying times may vary considerably according to the size of the herb selected. Note: herbs should only be crushed immediately before use.



### Dry mushrooms at 50° C

| Produce                         | Preparation                                                             | Drying time in hours ca. | Dryness test | Temp. ° C |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------|-----------|
| All kinds (except Chanterelles) | clean well, leave smaller mushrooms whole, slice larger ones lengthwise | 2–6                      | leathery     | 50°       |

The temperatures and drying times shown are recommended values. Drying times may vary considerably according to the type of mushroom used and the size of the pieces.



## Fruit punch

### Ingredients

|                  |                                 |
|------------------|---------------------------------|
| 3 teaspoons      | dried pineapple squares         |
| 3 teaspoons      | strawberry squares, dried       |
| 200 ml (7 fl oz) | pineapple juice                 |
| 40 ml (1½ fl oz) | coconut liqueur                 |
| 20 ml (¾ fl oz)  | apricot liqueur                 |
| 20 ml (¾ fl oz)  | vodka with<br>raspberry flavour |
| 200 ml (7 fl oz) | fruity white wine               |
| 200 ml (7 fl oz) | sparkling wine                  |
| 2 leaves         | lemon balm                      |

### Preparation

Soak fruit over night in pineapple juice.  
Cool juice in refrigerator.

Season the fruit with the different liqueurs.

Add and chill.

Chop finely and add (according to taste).

### Tip

Add sparkling wine just before serving, to ensure it is still really fizzy. Fill punch into champagne glasses and serve.



## Red wine punch

### Ingredients

|                                         |                   |
|-----------------------------------------|-------------------|
| 700 ml (1 pint 5 fl oz)                 | red wine          |
| 1                                       | orange, untreated |
| Skin of                                 | 2 apples, dried   |
| 200 ml (7 fl oz)                        | cream             |
| 2                                       | cinnamon sticks   |
| 2                                       | star anises       |
| 4                                       | cloves            |
| 4                                       | allspice grains   |
| 4                                       | coriander leaves  |
| 80 g (2 <sup>2</sup> / <sub>3</sub> oz) | rock candy        |
| 600 – 800 ml                            | rum               |
| (1 pint – 1 pint 12 fl oz)              |                   |

### Preparation

Pour into a pot.

Cut into slices and add to red wine.

Add all spices to the red wine and cook on a small heat. Do not let it boil.

Drain the red wine through a sieve after ca. 10 min.

Add the rum to the hot spiced wine and serve in four grog glasses.

### Tip

Try this recipe with Rosoli (dried cherry liqueur) or with «Churer-Röteli» (traditional cherry liqueur from Chur).

# Chestnut soup

## Ingredients

|                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| 125 g (4 1/2 oz)  | chestnuts, dried     |
| 20 g (3/4 oz)     | butter               |
| 1                 | small onion, chopped |
| 1/2 teaspoon      | gingerbread spice    |
| 200 ml (7 fl oz)  | white wine           |
| 300 ml (10 fl oz) | stock                |
| 250 ml (9 fl oz)  | cream                |

## Preparation

Soak over night, remove dark skins if necessary.

Heat in a pan.  
Add and fry until transparent.  
Add chestnuts and brown slightly.

Sprinkle over mixture.  
Add and reduce slightly.  
Add and simmer with lid closed until the chestnuts are tender. Add more stock if necessary.

When the chestnuts are falling apart, remove the pot from the stove and add cream. Use blender to purée very finely. Then pass mixture through a sieve.

Fill into soup bowls and garnish with semi-whipped cream.

## Tip

Cut 4 cooked chestnuts into squares and caramelise. Transfer to soup bowls and add soup.

## Cream of tomato soup with basil cream

### Ingredients

|                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| 2 tablespoons         | olive oil              |
| 1                     | onion, chopped roughly |
| 1                     | garlic clove, chopped  |
| 50 ml (2 fl oz)       | red wine               |
| 1 can / 400 g (14 oz) | tomatoes, chopped      |
| 50 g (1¾ fl oz)       | tomatoes, dried        |
| 1 teaspoon            | Italian herbs          |
| 300 ml (10 fl oz)     | stock                  |
| 100 ml (3½ fl oz)     | cream, runny           |
| 100 ml (3½ fl oz)     | cream                  |
|                       | Fresh basil            |

### Preparation

Cook the onion and garlic in the olive oil until transparent.

Add the red wine and reduce slightly.

Add chopped and soaked tomatoes.

Put 1 piece aside and cut into fine stripes, soak in oil. This will be used for garnishing.

Add.

Add and simmer with lid closed on a small heat (ca. 30–40 min.).

Blend soup very finely and add cream. Add more stock if necessary and season to taste.

Whisk until stiff.

Press through garlic press and add to whisked cream. Season with a little herb salt.

Transfer soup to bowls, garnish with basil cream and finely chopped, soaked tomato strips.

### Tip

The flavour of this tasty soup can be further improved by adding gin.



# Rice pudding with pears

## Ingredients

|                                                            |                         |
|------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 60 g (2 <sup>1</sup> / <sub>4</sub> oz)                    | pears, peeled and dried |
| 800 ml – 1000 ml<br>(1 pint 12 fl oz –<br>1 pint 15 fl oz) | milk                    |
| 2 tablespoons                                              | almond oil              |
| 1 pinch                                                    | salt                    |
| 3 tablespoons                                              | almond mush             |
| 250 g (9 oz)                                               | rice pudding            |
|                                                            | Sugar                   |
|                                                            | Sugar / cinnamon        |

## Preparation

Soak in milk over night.

Pour 800 ml (1 pint 12 fl oz) of milk into a pan and heat.

Add flavours and salt.

Add rice to the gently simmering milk and bring to the boil. Stir well. Reduce heat and let the rice soak

Should only be added at the end; otherwise the rice grains tend to stick together and the rice will not cook.

Put on the table, so that everyone can season the rice pudding according to their taste.

Serve with apple purée or compote.

## Tip

A light chocolate sauce is the perfect accompaniment for this rice pudding.

## Red pesto wit pasta

### Ingredients

|                                           |                                   |
|-------------------------------------------|-----------------------------------|
| 20                                        | tomatoes, dried and soaked in oil |
| 100 ml (3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> oz) | olive oil                         |
| 2                                         | cloves of garlic                  |
| 1 tablespoon                              | Italian herbs                     |
| 10                                        | basil leaves, fresh               |
| 2 tablespoons                             | pine nuts                         |
| 100 g (3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> oz)  | Sbrinz or Parmesan cheese         |
| 1 piece                                   | chilli                            |
| 4 tablespoons                             | water                             |
| 3 tablespoons                             | tomato purée, concentrated        |
| 500 g (1 lb 2 oz)                         | spaghetti                         |

### Preparation

Put all ingredients in a pestle and mortar and grind finely.

Cook as per normal and mix with the red pesto. Use as much or as little sauce as you like.

### Tip

This recipe can be enhanced by adding cream.



## Cod fillet royal with apple rings

### Ingredients

|                   |                            |
|-------------------|----------------------------|
| 12                | apple rings, dried         |
| 100 ml (3½ oz)    | water                      |
| 100 ml (3½ oz)    | white wine                 |
| ½                 | red pepper                 |
| ½                 | green pepper               |
| 1                 | onion, small               |
| 2 tablespoons     | olive oil                  |
| 100 ml (3½ oz)    | tomato sauce, concentrated |
|                   | Herb salt, pepper          |
| 600 g (1 lb 5 oz) | cod fillet royal           |
|                   | Salt and pepper            |
|                   | Flour                      |
| 3 tablespoons     | oil                        |

### Preparation

Soak in the lukewarm water-white wine mixture for ca. 1 hour.

Cut into fine strips.

Chop finely.

Heat in a pan and brown the onion. Then add green and red peppers. Add soaked apple rings and cook. Pour in water-white wine mixture.

Add and simmer for ca. 10 min.

Season to taste. Remove the sauce and keep warm.

4 fillets of ca. 150 g (5½ oz) each

Season.

Coat fish with flour.

Heat oil and fry fish for about 2 min. each side. If necessary, add more butter at the end to finish off.

### Tip

Transfer fish to the plate. Pour over the pepper sauce and garnish with three apple slices per fish. Serve with rice or boiled potatoes.



## Porcini mushroom risotto with green asparagus

### Ingredients

|                                                            |                                      |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 25 g (1 oz)                                                | porcini mushrooms,<br>dried          |
| 20 g (3/4 oz)                                              | butter                               |
| 1                                                          | onion, chopped                       |
| 400 g (14 oz)                                              | risotto rice<br>(Arborio or Vialone) |
| 200 ml (7 fl oz)                                           | white wine, dry                      |
| 800 ml – 1000 ml<br>(1 pint 12 fl oz –<br>1 pint 15 fl oz) | stock                                |
| 400 g (14 oz)                                              | asparagus, green                     |
| 40 g (1 3/4 oz)                                            | butter, fresh                        |
| 50 g (3 1/2 oz)                                            | Parmesan cheese,<br>freshly grated   |
| 100 ml (3 1/2 oz)                                          | cream, runny                         |

### Preparation

Put into small bowl and cover slightly with water – soak mushrooms for ca. 30 min.

Fry onions in butter until transparent.

Add and stir briefly.

Pour in.

Add, bring to the boil and let simmer on small

Add porcini mushrooms to risotto  
heat for about 30 min.

Cut dry ends of asparagus off generously,  
cut into small pieces and prepare in Stöckli  
steamer on full heat for about 20 min.

Cook risotto  $\frac{2}{3}$  of the way, then add  
asparagus.

Add butter, Parmesan and cream to the finis-  
hed dish. Season with freshly ground pepper  
and add more stock if necessary. Risotto  
tastes best if it has a grainy and slightly runny  
consistency.

### Tip

Put a few pieces of asparagus aside,  
fry briefly in some butter and use to  
garnish the risotto. Sprinkle with freshly  
ground Parmesan cheese.

Although this risotto does nothing  
for your figure, it is definitely worth  
indulging in...



## Potato scones

### Ingredients

|                  |                         |
|------------------|-------------------------|
| 1 kg (2 lb 4 oz) | potatoes                |
|                  | Salt, nutmeg and pepper |
| 50 g (1 3/4 oz)  | cheese, grated          |
| 20 g (3/4 oz)    | potatoes                |
| 2 – 3 Stück      | herb mix                |
| 20 g (3/4 oz)    | eggs                    |
|                  | flour                   |
|                  | Butter, melted          |

### Preparation

Boil and mash the potatoes.

Season.

Add to the potatoes and stir well.

Make round, flat cakes from the potato mixture and fry golden in melted butter.

### Tip

The potato scones can be served with small pieces of blanched vegetables or with mushrooms. Alternatively, serve with a mixed salad. They also go well with meat dishes.

## «Bärlauchspätzli»

### Ingredients

|                  |                                                          |
|------------------|----------------------------------------------------------|
| 400 g (14 oz)    | flour or special Spätzli flour                           |
| 2 tablespoons    | bear's garlic (ramson), dried<br>Salt, nutmeg and pepper |
| 4                | eggs                                                     |
| 250 ml (9 fl oz) | milk                                                     |
| 4 l (7 pints)    | salted water<br>(as when boiling pasta)                  |

### Preparation

Put into mixing bowl.

Add.  
Season.

Add milk and eggs to the flour mixture and whisk dough by hand until air bubbles appear. The dough should be viscous. Let dough rest and rise for ca. 1 hour.

Bring the salted water to the boil. Press the dough through a special Spätzli sieve into the salted water. Boil until the Spätzli rise to the surface and remove the cooked ones from the surface.

Add butter and seasoning and serve fresh. Alternatively, if intended for later consumption, quickly rinse in cold water. Drain well and store in refrigerator. Spätzli are best eaten fresh.

### Tip

Try frying the Spätzli in butter.

## Beef salad with dried beans

### Ingredients

1.2 l (2 pints) stock  
 1 carrot  
 1 leek  
 1 onion  
 2 bay leaves  
 4 cloves  
 500 g (1 lb 2 oz) lean stewing steak

1 onion, chopped roughly  
 1 garlic clove, chopped  
 2 teaspoons rape oil  
 50 g (1 <sup>3</sup>/<sub>4</sub> oz) dried beans  
 100 ml (3 <sup>1</sup>/<sub>2</sub> fl oz) meat broth

100 g (3 <sup>1</sup>/<sub>2</sub> oz) shallots, finely chopped  
 Parsley, chopped  
 Chives, cut  
 Chervil, chopped  
 1 teaspoon Dijon mustard  
 100 ml (3 <sup>1</sup>/<sub>2</sub> fl oz) rape oil  
 1 lemon, juice of

### Preparation

Heat.  
 Add vegetables to stock.  
 Fry onion with bay leaf and cloves.

Add meat to hot, lightly simmering stock.  
 The stock should only be simmering lightly – do not let it boil. Regularly skim off the egg white and simmer for ca. 1 hour. Let brew cool down.

Add soaked and drained beans. Pour in broth, cover and cook with lid closed. Add more meat broth if necessary.

When beans are almost done, remove lid and reduce liquid almost entirely. Cut the meat into fine strips. Add the beans. Let the luke-warm meat soak briefly in a vinaigrette made from lemon juice, herb salt, parsley and rape oil.

Stir together shallots, chopped herbs, mustard, oil and lemon juice to make a vinaigrette.

### Tip

Serve beef salad with a mixed salad.  
 Tastes great with a fresh baguette.

## Sauerkraut with pineapple

### Ingredients

|                          |                              |
|--------------------------|------------------------------|
| 20 g ( $\frac{3}{4}$ oz) | pineapple squares, dried     |
| 200 ml (7 fl oz)         | pineapple juice              |
| 20 g ( $\frac{3}{4}$ oz) | butter                       |
| 1                        | small onion, chopped         |
| 450 g (1 lb)             | Sauerkraut, raw              |
|                          | Pineapple juice with squares |
| 200 ml (7 fl oz)         | sparkling wine               |
| 1                        | bay leaf                     |
| 5                        | juniper berries              |
| 3 tablespoons            | honey                        |
| 1 tablespoons            | herb salt                    |
| 2 tablespoons            | cornflour                    |
| 2 tablespoons            | water                        |

### Preparation

Soak the pineapple in the juice for ca. 1 hour.

Heat in a pan.

Add and fry until transparent.

Add and stew briefly.

Add.

Add.

Season with salt, spices and honey.

Dissolve and add to Sauerkraut, stir well.

Let simmer for ca. 30–40 min.

### Tip

Cook a piece of rib or bacon with the Sauerkraut to add extra flavour to the dish.  
Serve with boiled potatoes.

## Pork fillets with dried plums

### Ingredients

- 12 pork fillets, ca. 3 cm (1 3/4 in) thick
- 6 plums, dried
- 12 rashers breakfast bacon
- Oil

### Preparation

Cut meat and pierce a hole in the middle.

Push 1/2 plum into the hole.

Wrap with bacon and fasten with toothpick.

Sear both sides in the frying pan and stew in the oven at about 180° C (gas mark 4) for 10 min.

Best served with a cream sauce.

### Tip

Summer time – barbecue time. Cook pork fillet on the barbecue and serve with a mixed salad.

# Lamb stew with apricots in a curry sauce

## Ingredients

|                   |                  |
|-------------------|------------------|
| 3 tablespoons     | oil              |
| 500 g (1 lb 2 oz) | lamb stew        |
|                   | Meat seasoning   |
| 1                 | onion, chopped   |
| 1                 | lemongrass stalk |
| 1                 | small ginger     |
| 2                 | Kaffir leaves    |
| 1                 | chilli           |
| 1 tablespoons     | curry, spicy     |
| 1 tablespoons     | curry, mild      |
| 1 tablespoons     | cinnamon         |
| 400 ml (14 fl oz) | coconut milk     |
| 200 ml (7 fl oz)  | meat broth       |
| 150 g (5 1/2 oz)  | apricots, dried  |
| 3 tablespoons     | raisins          |

## Preparation

Heat in a pan.  
Pat the meat dry, season and sear.

Add and brown.

Chop finely and add.  
Remove brown skin with a knife and chop finely.

Add.  
Chop finely and add.  
Add spices.

Add coconut milk.

Add.

Let everything simmer on a small heat for ca. 50 min. Add more seasoning if necessary. Remove the meat from the sauce and purée the sauce in a blender. Then pass through a sieve to ensure that even small fibres are removed.

Cut into small squares and add fruit.  
Let simmer for a further 10 min.

## Tip

This stew goes extremely well with basmati or perfume rice.





# Chicken breasts with a fruity Mascarpone filling

## Ingredients

|                             |               |
|-----------------------------|---------------|
| 1 tablespoon                | butter        |
| 1 tablespoon                | pine nuts     |
| <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | apple, peeled |
| 1 tablespoon                | raisins       |
| 2                           | figs, dried   |
| 2 tablespoons               | Mascarpone    |

## Preparation

Melt in a frying pan.  
Add.  
Cut in very small squares,  
add to the pan and fry.  
Add.  
Remove pan from the heat and let the mixture  
cool down. Then stir in the Mascarpone and  
season with herb salt and pepper.

## Chicken escalopes

|          |                                        |
|----------|----------------------------------------|
| 4 pocket | chicken escalopes, large               |
|          | Meat string to tie the<br>Large needle |
|          | Spice mixture for poultry<br>Oil       |

Slice the chicken to create a pocket. Add the  
filling. Stitch the pocket shut. Do not tie the  
string at the beginning and end so that it can  
be removed easily after cooking.

Season the escalopes.  
Heat in the frying pan and fry the escalopes.

Transfer escalopes to an oven dish, pour over  
the curry sauce and bake in the oven at ca  
150° C – 170° C (gas mark 2–3) for 20 min.

## Curry sauce, serves 8

|                                   |                            |
|-----------------------------------|----------------------------|
| 2 tablespoon                      | oil                        |
| 1                                 | onion                      |
| 1                                 | apple                      |
| 1                                 | carrot, small              |
| 1                                 | banana                     |
| 1                                 | chilli                     |
| 1                                 | ginger, small              |
| <sup>1</sup> / <sub>2</sub> stalk | lemongrass                 |
| 3–4 tablespoon                    | curry (depending on taste) |
| 500 ml (16 fl oz)                 | coconut milk               |
| 500 ml (16 fl oz)                 | chicken stock              |
|                                   | Herb salt                  |
|                                   | Pepper                     |
| 200 ml (7 fl oz)                  | cream                      |

Heat in a pan.  
Roughly chop all vegetables and spices and fry  
in the oil.

Sprinkle over the vegetables, stir well. Add  
coconut milk and season the chicken stock.  
Simmer for ca. 30 min., until the vegetables  
are done. Then stir and pass through a sieve.

Add cream.

# Hamburgers with porcini mushrooms

## Ingredients

|                             |                                                                  |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 750 g (1 lb 10 oz)          | mincemeat, mixed<br>e.g. $\frac{1}{3}$ beef + $\frac{2}{3}$ pork |
| 300 g (10 $\frac{1}{2}$ oz) | sausage meat                                                     |
| 20 g ( $\frac{3}{4}$ oz)    | porcini mushrooms, dried                                         |
|                             | Meat seasoning                                                   |
| 2 tablespoons               | oil                                                              |
| 1                           | onion, chopped                                                   |
| 2                           | cloves garlic                                                    |
| 2                           | eggs                                                             |
| 1 tablespoons               | Dijon mustard (spicy)                                            |
| 200 g (7 oz)                | dry bread                                                        |

## Preparation

Mix mincemeat with sausage meat.

Soak for ca. 15 min, chop mushrooms finely and add to the mixture.

Season.

Heat. Fry onions and add.

Press into the mixture.

Add.

Add.

Soak for ca. 10 min. in the beef broth, drain well and add to the mixture.

Knead the mixture by hand or in a processor and divide into 12 even portions. Shape into flat, round burgers and fry in butter / oil.

## Tip

It is difficult to cook freshly prepared hamburgers straight away on the barbecue. A small «trick»: Cook the hamburgers first for ca. 15 min. in the Stöckli steamer at full heat. This prepares them perfectly for the barbecue.

# Sweet apricot dream

## Ingredients

|                      |                                |
|----------------------|--------------------------------|
| 50 g (1 3/4 oz)      | apricots, dried                |
| 40 ml (1 1/2 fl oz)  | apricot liqueur                |
| 1 packet             | vanilla sugar.                 |
| 2 pots               | apricot yoghurt (180 g/6 oz)   |
| 125 g (4 1/2 oz)     | fromage frais, apricot flavour |
| 100 ml (3 1/2 fl oz) | orange juice and zest          |
| 3 dashes             | of lemon juice                 |
| 100 g (3 1/2 oz)     | sugar                          |
| 1 pinch              | bourbon vanilla                |
| 6 sheets             | gelatine                       |
| 250 ml (9 fl oz)     | cream, whipped                 |

## Fruit sauce

|                     |                                                                  |
|---------------------|------------------------------------------------------------------|
| 4 tablespoons       | apricot jam                                                      |
| 4 tablespoons       | water                                                            |
| 100 ml (3 1/2 oz)   | dessert wine                                                     |
| 8                   | apricots, cut into small squares (Only if consumed immediately). |
| 1 pinch             | bourbon vanilla                                                  |
| 2 tablespoons       | sugar                                                            |
| 40 ml (1 1/2 fl oz) | apricot liqueur                                                  |

## Preparation

Cut into small squares.  
Marinate with liqueur and vanilla sugar.

Put yoghurt and fromage frais into a bowl, mix well.

Bring juices, spices and sugar to the boil in a small pan and reduce slightly. Add the marinated apricot pieces and heat briefly.

Soak in cold water for ca. 10–15 min., then dissolve in the syrup. Let the juice cool down and fold under yoghurt-fromage frais mixture.

Fold gently under the yoghurt mixture and pour into small bowls.

Let the mixture cool down in the refrigerator until solid (at least 4 hours). Serve the apricot pots (upside down) on a suitable plate and garnish with fruit sauce, cream and peppermint.

Put all ingredients in a dish and bring to boil. Let sauce cool down and store at room temperature.

Add liqueur when the sauce has cooled off.

## Tip

Try this recipe with different flavour fruits and yoghurts, i.e. strawberry.



## Morello cherry pie

### Ingredients

|                   |                         |
|-------------------|-------------------------|
| 200 g (7 oz)      | butter                  |
| 250 g (9 oz)      | sugar                   |
| 1 pinch           | salt                    |
| 1 pinch           | bourbon vanilla         |
| 3 tablespoons     | almond mush (Rapunzel)  |
| 2 tablespoons     | almond oil              |
| 1 packet          | lemon zest              |
| 500 g (1 lb 2 oz) | flour                   |
| 1 packet          | baking powder           |
| 100 ml (3½ fl oz) | milk                    |
| 150 g (5½ oz)     | Morello cherries, dried |

### Preparation

Put into mixing bowl. Stir the butter until soft and fluffy.

Add and stir until the sugar has dissolved.

Add to the butter mixture and stir briefly.

Sieve together and add to the butter mixture. Stir briefly.

Add and stir briefly.

Carefully fold under the dough. Pour cake dough into a buttered ring-shaped cake tin and bake at 170°C – 175°C (gas mark 3–4) for ca. 55–60 min.

### Tip

Morello cherries can be replaced with cranberries, dried cherries or apricots.

## Heavenly Amaretti cherry pie

### Ingredients

|                  |                                     |
|------------------|-------------------------------------|
| 140 g (5 oz)     | butter                              |
| 200 g (7 oz)     | sponge fingers                      |
| 100 g            | Amaretti biscuits                   |
| 20 cl            | Amaretto (almond liqueur)           |
|                  | Cake plate                          |
|                  | Baking paper                        |
|                  | Ring-shaped cake tin                |
| 6 sheets         | gelatine                            |
| 2 pots           | cherry yoghurt (180 g / 6 oz)       |
| 200 g (7 oz)     | cream cheese<br>(e.g. Philadelphia) |
| 100 g (3½ oz)    | sugar                               |
| 100 g (3½ oz)    | cherries, dried (steamed)           |
| 200 ml (7 fl oz) | cream                               |
| 200 ml (7 fl oz) | cream                               |
| 1 packet         | cream stabiliser                    |

### Preparation

Melt in pot or microwave (100 W).

Finely grind the sponge fingers and Amaretti and mix with melted butter and liqueur.

Line cake plate with baking paper.

Adjust to ca. 22 – 24 cm (8½ – 9½ in) diameter

Spread dough evenly in cake tin and press down firmly.

Soak in cold water for 15 min., remove excess water and dissolve in a pot with 1 tablespoon of water. Do not boil.

Stir all ingredients until creamy. Add a small part of the mixture to the gelatine and mix well. Then add the remainder to the yoghurt mixture.

Quarter the cherries and fold under the mixture.

Whisk until stiff and carefully fold under the mixture.

Pour the yoghurt mixture into the form and transfer it to a refrigerator for ca. 4 hours until it goes solid.

Whisk the cream with the cream stabiliser until stiff and garnish the cake to taste.



# Fruit bread

## Ingredients

|                                       |                  |
|---------------------------------------|------------------|
| 150 g (5 1/2 oz)                      | apricots, dried  |
| 150 g (5 1/2 oz)                      | plums, dried     |
| 120 g (4 oz)                          | dried bananas    |
| 140 g (5 oz)                          | crude sugar      |
| 1 tablespoon                          | cinnamon         |
| 1/2 tablespoon                        | cardamom         |
| 1 pinch                               | allspice         |
| 50 ml (2 fl oz)                       | maple syrup      |
| 700 – 800 ml                          | water            |
| (1 pint 5 fl oz –<br>1 pint 12 fl oz) |                  |
| 40 g (1 1/2 oz oz)                    | yeast (1 cube)   |
| 1 kg (2 lb 4 oz)                      | rustic flour     |
| 1 tablespoon                          | salt             |
| 150 g (5 1/2 oz)                      | walnuts, chopped |

|                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| Bake:              | 45 – 50 min.        |
| Top / bottom heat: | 190° C (gas mark 5) |
| Hot air:           | 180° C (gas mark 4) |

## Preparation

Cut into small squares.

Bring sugar, spices, syrup, water together with finely chopped dried fruit to the boil and let the mixture cool off.

Dissolve in the cooled fruit water.

Put into mixing bowl.

Add salt and nuts, then fruit water and knead in a food processor. The dough should be viscous and moist. Let the dough rise for 3–4 hours at room temperature until it has tripled in size. Then transfer dough into the greased cake tin. Leave to rise again until the dough almost fills the entire tin.

Remove the bread from the tin as soon as it is done.

## Tip

This bread is delicious with cheese.



## Herb salt

### Ingredients

|   |                  |
|---|------------------|
| 1 | leek             |
| 2 | carrots          |
| 1 | onion            |
| 1 | small celery     |
| 2 | cloves of garlic |

|                           |          |
|---------------------------|----------|
| 20 g ( $\frac{3}{4}$ oz)  | chervil  |
| 20 g ( $\frac{3}{4}$ oz)  | marjoram |
| 20 g ( $\frac{3}{4}$ oz)  | lovage   |
| 40 g ( $1\frac{1}{2}$ oz) | parsley  |
| 500 g (1 lb 2 oz)         | salt     |

### Preparation

Cut into small rings.  
Quarter and cut finely.  
Cut into rings.  
Chop finely.  
Chop finely.

Dry all vegetables at 50° C – 60° C.  
We recommend to process the different vegetables in different drying trays, as they all have different drying times.

Dry all herbs at ca. 40° C. Drying time:  
ca. 5 hours.

Put salt, dried vegetables and herbs into a pestle and mortar and grind very finely.  
Fill the herb salt into small pots.

## Tip

Herb salt can be used in various applications and gives your dishes the smell of fresh vegetables and herbs.

## Mushroom powder

### Ingredients

|               |                        |
|---------------|------------------------|
| 400 g (14 oz) | field mushrooms, white |
| 400 g (14 oz) | field mushrooms, brown |
| 100 g (3½ oz) | porcini mushrooms      |

### Preparation

Slice finely and dry until really brittle.

Then grind finely using a pestle and mortar.  
This powder has a very intensive, strong and delicious flavour.

### Tip

Use the mushroom powder to season risottos, meat balls and meat gravy – simply fantastic!





## Impressum

*Herausgeber:*  
A. & J. Stöckli AG,  
Netstal

*Rezepte:*  
Mariann Münzberg,  
Obstalden

*Redaktion:*  
A. & J. Stöckli AG,  
Netstal

*Gestaltung:*  
barragraphics,  
Lachen

*Foto:*  
S+K Werbefotografie,  
Zürich



A. & J. Stöckli AG  
CH-8754 Netstal  
+41 55 645 55 75  
e-mail: [haushalt@stockli.ch](mailto:haushalt@stockli.ch)  
[www.stockliproducts.com](http://www.stockliproducts.com)