

Sachsen / tafeln auf

Sonderveröffentlichung

Es ist angerichtet

Sächsisch köstlich – ab dem 20. Oktober kann jeder nachkochen, was zwischen Lausitz und Erzgebirge auf den Tisch kommt, denn dann startet nicht nur die Heimatwoche des KONSUM DRESDEN, sondern auch der Verkauf des neuen Kochmagazins der Sächsischen Zeitung und des KONSUM DRESDEN.

Die Sachsen haben aufgetafelt! Rund 400 Rezepte kamen bei der Sächsischen Zeitung, 43 haben es ins neue Kochmagazin geschafft, ausgewählt von einer Jury, in der neben dem Profikoch Kai Kochan auch der Schauspieler Tom Pauls, der Autor Peter Ufer und KONSUM-Vorstand Roger Ulke saßen. „Die Auswahl war gar nicht so einfach“, sagt Kai Kochan. „Unser Hauptkriterium war: Die meisten Zutaten sollen aus der Region kommen. Oft sind es zudem die simplen Sachen, die wunderbar schmecken.“ Ab 20. Oktober kann sich jeder Hobbykoch davon überzeugen, wie lecker die Rezepte sind, denn das Kochmagazin ist dann zum Start der Heimatwoche im KONSUM DRESDEN in allen Märkten für 3,95 Euro erhältlich sowie online bestellbar unter www.editionsz.de. Auch in jedem SZ-Treffpunkt gibt es die Rezeptesammlung – wer mag, ergattert hier ab dem 26.10. gleich das Kombipaket: Für 12,90 Euro gibt es zum Kochmagazin einen handgefertigten Buchhalter aus Holz dazu, der einzeln 11,95 Euro kostet. In der Neustädter Markthalle wird es während der Heimatwoche zahlreiche Verkostungen geben – und natürlich auch Signier- und Kochstunden mit Peter Ufer und Kai Kochan. Am Donnerstag,



den 20. Oktober, signieren Tom Pauls und Peter Ufer von 11 bis 12 Uhr das Magazin, während Kai Kochan etwas Leckeres am Herd zaubert. Spannend wird es auch, schließlich steht mittags die Kür der drei besten eingesandten Rezepte an. Am Freitag, den 21. Oktober, übernimmt Gourmetkoch Mario Pattis ab

11.30 Uhr den Kochlöffel. Wer in der Woche keine Zeit hat, im KONSUM DRESDEN vorbeizuschauen, hat dann am Samstag, den 22. Oktober die Chance dazu: Von 13 bis 14 Uhr steht in der Neustädter Markthalle noch einmal das Duo Peter Ufer und Kai Kochan bereit, um zu signieren und zu kochen. Für ganz Ungeduldige gibt es

jetzt schon unten auf dieser Seite einen kleinen Einblick ins Heft: Jens Hamburger aus Bautzen hat mit seinem „Erbgericht“-Karpfen aus dem Seenland mit Knoblauchsoße gepunktet. Und Renate Golze wärmt mit ihrer Sächsischen Kürbissuppe jede herbstwettergeplagte Seele. **Guten Appetit!**

Hier is(s)t Heimat

Vom 17. bis 22. Oktober feiert KONSUM DRESDEN in allen KONSUM- und Frida-Märkten die 5. Heimatwoche mit zahlreichen Aktionsangeboten und Verkostungen aus dem Regionalsortiment.

„Wir zeigen unseren Kunden, wie vielfältig heimische Produkte sind,“ erklärt Roger Ulke, Vorstandsmitglied der KONSUM DRESDEN eG, die Intention der Heimatwoche. „Wir setzen uns nachhaltig dafür ein, die sächsische Wirtschaft zu stärken und arbeiten mit vielen unserer regionalen Partner schon jahrelang vertrauensvoll zusammen. Erzeugnisse aus Sachsen überzeugen nicht nur durch kurze Transportwege und transparente Herstellung, sondern auch durch ursprünglichen, aromatischen Geschmack und echte Frische.“

Das Highlight der diesjährigen 5. Heimatwoche ist die Hauptveranstaltung in der Neustädter Markthalle: Vom 20. bis 22. Oktober erwarten die Besucher hier Live-Cooking-Darbietungen, von den Gourmet-Köchen Kai Kochan und Mario Pattis sowie Autogrammstunden von Autor Peter Ufer und zahlreiche feine Kostproben von sächsischen Herstellern. Kommen Sie vorbei und entdecken Sie selbst, wie lecker Heimat ist!

Wann?

20. – 22. Oktober 2016, ab 10 Uhr

Wo?

Neustädter Markthalle
Metzer Str. 1
01097 Dresden

Programm im Untergeschoss der Neustädter Markthalle:

► 20. Oktober

10 Uhr: offizielle Eröffnung der 5. Heimatwoche
11 Uhr: Autogrammstunde mit Tom Pauls & Peter Ufer
11-13 Uhr: Kochen mit Kai Kochan

12-13 Uhr: Gewinnübergabe an die Einsender vom Kochwettbewerb „Sachsen tafeln auf“

► 21. Oktober

11.30 – 14 Uhr: Kochen mit Mario Pattis

► 22. Oktober

13-14 Uhr: Autogrammstunde mit Dr. Peter Ufer
13-14 Uhr: Kochen mit Kai Kochan



Während der Heimatwoche gibt es viel zu kosten. Foto: PR

„Erbgericht“-Karpfen aus dem Seenland mit Knoblauchsoße

Zutaten für 4 Personen:

- 1200 g Karpfen, küchenfertig
 - 3 EL grobes Mehl
 - 125 g Butter
 - Salz, Pfeffer, Öl, Zitronensaft
- Zutaten Knoblauchsoße:**
(vorher zubereiten)
- 50 ml Rapsöl
 - 2 zarte Möhren
 - 1 ganze Knoblauchzwiebel
 - 2 Lorbeerblätter
 - 2 EL gehackte Petersilie
 - 10 weiße Pfefferkörner
 - 1 EL Zitronensaft, Salz

Zubereitung Karpfen:

1. Den in Portionsscheiben geschnittenen Karpfen in Mehl, das mit Salz und Pfeffer vermischt wurde, wenden und in stark erhitztem Öl ausbacken.
2. Den Fisch auf eine Platte heben, auf Salatblättern dekorieren und mit zerlassener Butter und mit Zitronensaft beträufeln.



3. Die Knoblauchsoße über den Fisch gießen.
4. Mit Salzkartoffeln oder Pommes Frites servieren.

Zubereitung Knoblauchsoße:

1. Die fein gewürfelten Möhren in erhitztem Öl anrösten.
2. Alle Knoblauchzehen abzie-

- hen, durchpressen und leicht gesalzen zu den weichen Möhren geben. 50 ml Wasser auffüllen, Lorbeerblätter und zerdrückte Pfefferkörner zugeben und kochen, bis die Soße dickt.
3. Zum Schluss mit Zitronensaft abschmecken und feine Petersilie unterziehen.

Sächsische Kürbissuppe

Zutaten:

- 600 g Kürbisfleisch
- 2 Stangen Porree
- 4 Möhren
- 1 Liter Gemüsebrühe (oder Wasser)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer (nach Geschmack)
- 1½ EL süße Sahne
- 2 EL Öl
- Petersilie
- Muskat
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

1. Kürbis schälen, Kerne und Inneres entfernen.
2. Möhren und Porree grob klein schneiden.
3. Ingwer und Knoblauch recht klein hacken (oder reiben).
4. Kürbis, Möhren und Porree in Öl leicht andünsten, Knoblauch und Ingwer dazugeben.



5. Mit Gemüsebrühe auffüllen und mit den Gewürzen abschmecken. Mindestens 20 Min. köcheln lassen, bis das Gemüse weich gegart ist.
6. Dann pürieren, 1½ EL süße Sahne hinzugeben und vor dem Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Für eine besondere Note kann man die Suppe mit Kürbiskernöl verzieren, schmeckt gut und sieht interessant aus!

präsentiert von:

SZ SÄCHSISCHE ZEITUNG

KONSUM