

# Zu Tisch im Salzkammergut

---

 [arte.tv/de/articles/zu-tisch-im-salzkammergut](https://arte.tv/de/articles/zu-tisch-im-salzkammergut)

## Die Rezepte der Sendung

---

### SALZBRATEN

---

Zubereitungszeit: ca. 2 1/2 Stunden

7 - 8 Portionen

Ein Bratenim Salzbett gegart; wird besonders würzig und saftig. Auch kalt schmeckt er gut.

#### Zutaten:

---

- 2 kg ganzer Schweinenacken, ausgelöst
- 1,5 kg Natursalz - z.B. Alpensalz (Bergkernsalz)
- Ca. 3 EL Marillensenf bzw. Aprikosensenf (im Glas), ersatzweise mittelscharfer Senf
- Pfeffer aus der Mühle

#### Zubereitung:

---

Fleisch unter kaltem Wasser abbrausen und trocken tupfen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und das ganze Salz darauf verteilen. Das Fleisch mit Pfeffer würzen und auf der Oberfläche mit Senf bestreichen. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Das eingeriebene Stück Fleisch auf das Salzbett legen und in den Backofen auf die mittlere Schiene schieben. Bei Ober- und Unterhitze ca. 2 Stunden garen. Den fertig gegarten Braten ca. 10 bis 15 min. ruhen lassen, bevor er in Scheiben geschnitten, serviert wird.

**Tipp:** Damit der Salzbraten nicht trocken wird, sollte leicht marmoriertes Fleisch verwendet werden. Unbedingt Backpapier auf das Blech legen, sonst wird die Reinigung hinterher zur Schufterei. Das verkrustete Salz setzt sich ohne Papier extrem auf dem Backblech fest. Der Backofen sollte während der Garzeit nicht geöffnet werden, damit die Hitze nicht verloren geht. Das Fleisch sollte in der Mitte eine Kerntemperatur von 75 Grad erreichen.

### KÄSE-PILZ-SAUCE

---

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

4 - 6 Portionen

Üppig, aber köstlich!

**Tipp:** Die Sauce erst ca. 30 Minuten bevor der Salzbraten fertig ist, zubereiten.

#### Zutaten:

---

- 300 g Frischkäse, Natur
- 150 g Kräuterfrischkäse
- 1 kleine Zwiebel
- 40 g Rapsöl
- 500 g Steinpilze oder Champignons
- 100 ml Milch
- 300 ml Sahne
- 1 EL Gartenkräuter, gehackt (z.B. Schnittlauch, Petersilie, Basilikum)
- Pfeffer
- Salz
- Muskat

### **Zubereitung:**

---

Die frischen Steinpilze oder Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden. Steinpilze nicht waschen, sonst verlieren sie Aroma. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die gehackte Zwiebel darin glasig dünsten. Die geschnittenen Steinpilze dazu geben und kurz mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Sahne und Milch angießen und die Sauce erhitzen, aber nicht kochen. Dann den Frischkäse dazugeben und dabei ständig rühren. Anschließend die Sauce pürieren. Gartenkräuter darüber streuen und die Sauce zum Salzbraten reichen.

### **KARTOFFELSALAT**

---

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten und Zeit zum Durchziehen

4 Portionen

### **Zutaten:**

---

- 1 kg festkochende Kartoffeln
- 1 mittelgroße rote Zwiebel
- 1 Bund Schnittlauch
- ca. 60 ml Öl, z.B. Rapskernöl
- 1 TL Honig
- 2 TL Estragonsenf oder anderen scharfen Senf
- 50 ml Weißweinessig
- Salz
- Pfeffer

### **Zubereitung:**

---

Schnittlauch unter kaltem Wasser abbrausen, trocken schütteln und in kleine Röllchen schneiden. Die Kartoffeln kochen, schälen und noch warm in etwas dickere Scheiben schneiden. Mit Salz, Pfeffer und etwas scharfem Senf abschmecken. Zwiebel abziehen, klein schneiden und zu den Kartoffeln geben. Essig und Öl untermengen und zum Schluss mit Honig geschmacklich abrunden. Schnittlauch darüber streuen. Den Salat mischen und abgedeckt etwas ziehen lassen.

### **APFELSCHLANGL**

---

Zubereitungszeit: ca. 1 1/2 Stunden und mindestens eine Stunde für den Teig zum Kühlen.

ca. 8 - 10 Portionen

Ein österreichischer Klassiker, der dem Apfelstrudel Konkurrenz macht.

**Tipp:** Apfelschlangl ist eine typische österreichische Mehlspeise, aber **kein** Apfelstrudel, bei dem der Teig hauchdünn ausgezogen wird. Hier wird die Apfelfüllung in einen etwas dickeren Mürbeteig eingeschlagen. Das ist einfacher und geht schneller. Bioäpfel müssen nicht unbedingt geschält werden

---

## Zutaten:

### Für den Mürbeteig:

- 300 g Weizenmehl oder Vollkornmehl
- 2 TL Backpulver
- 200 g zimmerwarme Butter
- 100 g brauner Zucker
- 1 Prise Salz
- 2 Eier
- 2 bis 3 EL Milch (bei Dinkel Vollkornmehl nach Bedarf etwas mehr, denn es braucht Flüssigkeit)
- Abgeriebene Schale einer Biozitrone

### Für die Füllung:

- 1 kg leicht säuerliche Äpfel (z.B. Cox Orange)
- 50 g Zucker
- 1 TL Zimt
- Ca. 2-3 EL Rosinen, nach Geschmack
- 1 EL Strohrum 80%
- 2 Eier, zum Einpinseln
- Puderzucker zum Bestreuen

### Der Mürbeteig:

Der Teig kann mit der Hand oder mit einer Küchenmaschine geknetet werden. Mehl und Backpulver in eine Schüssel sieben. Butter in Flöckchen dazugeben. Salz, Zucker, Eier, Zitronenschale und etwas Milch dazugeben und alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Bindet sich der Vollkornteig nicht gut, noch einige Tropfen Milch dazu geben. Teig in Folie wickeln und mindestens 2 Stunden kalt stellen.

### Die Füllung:

In der Zwischenzeit die Äpfel schälen vierteln oder achteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Rosinen unter kaltem Wasser gründlich abwaschen. Geschnittene Äpfel mit Zucker, Zimt, Rum und Rosinen vermischen. Wer keine Rosinen mag, einfach weglassen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, halbieren und auf einer bemehlten, glatten Arbeitsfläche jeweils rechteckig ausrollen. Darauf achten, dass der Teig nicht zu dünn ausgerollt wird. Der Teig muss jetzt rasch verarbeitet werden. Mit einem Teigrädchen 3-4 Streifen, ca. 2 cm breit, abschneiden und zur Seite legen

für das Teiggitter. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Apfelfüllung auf dem Teig verteilen und dabei einen ca. 5 cm breiten Rand lassen. Die Ränder einschlagen, damit die Apfelfüllung eingebettet ist. Eier aufschlagen und verquirlen. Nun die Teigländer mit verquirltem Ei bestreichen. Jetzt kann über den Belag ein Gitter aus Teigstreifen gelegt und leicht festgedrückt werden. Mit restlichem Ei bestreichen und bei 180 Grad (Heißluft) ca. 30 bis 40 min. backen, bis der Apfelschlangl eine schöne, gold-braune Farbe hat. Mit Puderzucker bestreuen und mit geschlagener Sahne servieren. Der Apfelschlangl kann warm oder kalt gegessen werden.



Apfelschlangl

## **DIE LECHPARTIE**

---

findet seit hundert Jahren am Altausseer See und am Grundlsee statt. Lech kommt vom Laichen. Das „Erntedankfest der Fischer“ wird jedes Jahr zur Laichzeit der Fische gefeiert. Für diese Spezialität aus dem Salzkammergut werden fangfrische Saiblinge mit Bergkernsalz eingerieben und mariniert. Vor dem Braten werden sie auf Holzspieße gesteckt und am offenen Feuer über Buchenholz gebraten und gleichzeitig geräuchert. Direkten Kontakt mit den Flammen gibt es nicht, die Kunst liegt an der gleichmäßigen Verteilung der Hitze. Darum werden die Spieße immer wieder umgesteckt. Die Fische sind nach ca. 10 Minuten gar. Dazu werden Folienkartoffel serviert, die in der Glut gebraten werden.



Die Lechpartie - Das „Erntedankfest der Fischer“