

Waldviertel

Es ist Mitte Juli im Waldviertel. Eine einsame Gegend nordwestlich von Wien. Zwischen dunklen Tannenwäldern wird hier seit 700 Jahren eine legendenumrankte Kulturpflanze angebaut: *Papaver somniferum* – der Schlafmohn. Der Tau der kühlen Nächte und die heißen Sonnentage lassen hier den Mohn besonders prächtig gedeihen.

Tief im Wald liegt das kleine Dorf Armschlag mit 30 Häusern und knapp 100 Einwohnern. Um ihrem Dorf nach langem wirtschaftlichen Niedergang eine Perspektive zu geben, belebten die Bauern eine alte Tradition neu: den Mohnanbau. Im Sommer verwandelt die Mohnblüte die Felder um Armschlag in ein wogendes weiß-lila-rotes Gemälde.



Der junge Bauer Markus Weinmann geht stolz durch seine üppig blühenden Mohnfelder. Aber die Sorge, daß Sturm und Hagel ihm die Mohnnernte zerstören, begleitet ihn den ganzen Sommer. Er hat erst vor kurzem den Hof von seinem Vater übernommen. Dem Vater fällt es noch immer schwer, daß er das Zepter aus der Hand geben mußte. Denn der Sohn hat eigene Pläne, will neues ausprobieren. Der Vater ist damit nicht immer einverstanden. Auch Schwiegermutter und Schwiegertochter müssen sich in der Küche arrangieren. Denn im Bauernhaus der Weinmanns wohnen die Jungen und Alten unter einem Dach.

Der Waldviertler Graumohn hat einen feinen, milden Geschmack und einen hohen Fettgehalt. Suchtgefahr besteht höchstens für Romantiker und Feinschmecker – denn der Morphingehalt der hier angebauten Mohnsorte ist äußerst gering. Bis auf Opium machen die Waldviertler fast alles aus dem Schlafmohn: Mohn-Kuchen, Mohn-Nudeln, Mohn-Schnaps, edles Mohn-Öl, Mohn-Honig und sogar Mohn-Handcreme.

Mohnzelten

„Zelten“ heißt im süddeutsch-österreichischen Raum ein flaches Gebäck. Am bekanntesten sind die Lebzelten (Lebkuchen). Theresia Weinmann sagt einfach „Abgezwickte“ zu Ihrem Kartoffel-Mohn-Gebäck für ein leichtes Mittag- oder Abendessen.

Zutaten für 4 Portionen:

Teig:

300 g mehligkochende Kartoffeln,
200 g zimmerwarme Butter,
500 g Mehl,
¼ TL Backpulver,
2 EL Schlagsahne,
2 Eier

Mohnfüllung:

100 g Butter,
200 g geriebener Mohn,
150 g Zucker oder Honig,
1 Vanillezucker,
¼ TL Zimt,
1 EL Rum



Kartoffeln waschen und gar kochen. 3-4 min im offenen Topf stehen lassen, heiß pellen und durchdrücken. Sie benötigen etwa 250 g durchgedrückte Kartoffeln. Noch heiß mit den restlichen Zutaten zu einem Teig verkneten. Dabei die Eier zuletzt zugeben und das Backpulver mit dem Mehl durchsieben, damit es sich gleichmäßig verteilt. Den Teig, der glatt sein sollte, fingerdick ausrollen. Das geht leichter auf Backtrennpapier, mit dem Sie die Zelten auch einfacher auf ein Blech heben können.

Während die Kartoffeln kochen, vermischt man für die Mohnfüllung die zerlassene Butter gründlich mit den restlichen Zutaten. Beiseite stellen. Die Hälfte des Teiges mit der Mohnfüllung bestreichen und die andere Hälfte darüber klappen. Dann den Teig mit einem Holzstab in gleich große, rechteckige Stücke teilen („abzwicken“) – wie in unserem Film gezeigt. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C ungefähr 15 min backen. Heiß servieren.

Tip:

- Durchgedrückte Kartoffeln sofort weiterverarbeiten. Wenn man sie stehen läßt, nehmen sie Feuchtigkeit aus der Luft auf.

Rinderbraten mit Waldviertler Knödl

Die Waldviertler Knödl sind eine in ganz Österreich bekannte Spezialität, die nicht ganz einfach herzustellen ist. Probieren Sie diese lockeren Knödel erst einmal aus, bevor Sie Gäste dazu einladen. Wenn sie beim ersten Mal nicht gelingen, einfach noch einmal versuchen.

Zutaten für 4 Portionen:

Rinderbraten:

4 Möhren,
¼ Sellerieknolle,
2-3 mittelgroße Zwiebeln,
3-4 EL geschmacksneutrales Pflanzenöl,
1500 g Rinderbraten,
Salz,
Pfeffer,
200 g Sauerrahm



Knödel:

1 kg mehligkochende Kartoffeln,
2 EL Hartweizengrieß,
Salz,
Stärkemehl nach Bedarf

Karotten und Sellerie schälen, Zwiebeln abziehen. Fein hacken. In dem Öl kurz anbräunen. Nehmen Sie dafür einen gut schließenden Bräter, der den Braten gerade faßt. Das angebräunte Gemüse aus dem Topf heben. Den Braten mit Salz und Pfeffer würzen. Den Braten in das Öl geben, von allen Seiten scharf anbraten. Man gibt das Gemüse zurück zum Fleisch, gießt Wasser auf und läßt den Braten etwa 90-120 min auf kleinster Flamme schmoren. Zwei- bis dreimal wenden. Den Braten herausheben, warm stellen. Geben Sie den Sauerrahm zu dem Gemüse. Alles mit dem Mixstab pürieren. Das Gemüse bindet die Sauce. Abschmecken.

Während der Braten schmort, Kartoffeln waschen und gar kochen. 3-4 min im offenen Topf stehen lassen, heiß pellen und durchdrücken. Noch heiß mit Grieß und Salz zu einem Teig verkneten. Nach und nach soviel Stärkemehl dazugeben, daß man einen glatten festen Teig erhält, der sich von der Wandung der Schüssel löst. Mit nassen Händen Knödel formen, die etwas größer als Tennisbälle sind. Man legt sie in leicht kochendes Salzwasser. Etwa 15 min ziehen lassen. Sofort mit dem Rinderbraten auftragen.

Tip:

- Knödel immer im offenen Topf in fast kochendem Wasser ziehen lassen. Der Topf sollte so breit sein, daß die Knödel, wenn sie etwas aufgehen, nicht aneinander stoßen.

Waldviertler Karpfen mit Petersilien-Erdäpfeln

Das feste Fleisch des Karpfen, das bei frei lebenden Exemplaren oft einen leicht modrigen Geschmack hat, bekommt durch Zitronensaft und säuerliche Äpfel eine frische Note.

Zutaten für 4 Portionen:

Karpfen:

2 Karpfenfilets à 400 g,
2 Knoblauchzehen,
2 Zitronen,
50 g Weizenmehl zum Panieren,
Salz,
Pfeffer,
½ EL edelsüßer Paprika,
100 g zerlassene Butter,
1 großen, säuerlichen Apfel,
1 mittelgroße Zwiebel



Apfel/Zwiebel:

2 säuerliche Äpfel,
2 mittelgroße Zwiebeln,
3-4 EL Butter

Petersilienkartoffeln:

500 g kleine festkochende Kartoffeln,
3-4 EL Butter,
½ Bund glattblättrige Petersilie

Knoblauch im Mörser zu einer Paste zerstampfen. Zitronen auspressen. Die Karpfenfilets mit dem Knoblauch einreiben, mit dem Zitronensaft beträufeln. Paniermehl, Salz, Pfeffer und roten Paprika vermischen. Eine Auflaufform mit wenig Butter ausstreichen. Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen, in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen, in (halbe) Ringe schneiden. Beides in die Auflaufform geben und gleichmäßig verteilen. Die Filets in der Panade wenden und abklopfen, damit sie nur von einer dünnen würzigen Mehlschicht überzogen sind. Mit der Hautseite nach unten in die Form legen. Mit der zerlassenen Butter beträufeln und bei 220 °C im vorgeheizten Ofen etwa 20 min braten. Die Filets sollten fest sein, aber nicht zerfallen. Während des Bratens zwei- bis dreimal mit Butter beträufeln.

Währenddessen die als Beilage gedachten Äpfel schälen, Zwiebeln abziehen. Das Kerngehäuse austechen, Äpfel in Scheiben schneiden, Zwiebel in (halbe) Ringe. In Butter leicht anschwitzen, bis die Zwiebeln glasig sind. Die Kartoffeln in Salzwasser kochen, sofort pellen und in etwas Butter rundherum goldbraun braten. Mit feingehackter Petersilie bestreuen. Beides zu den Karpfenfilets reichen.

Tip:

- Am besten gelingen Petersilienkartoffeln, wenn sie ganz gleichmäßig geformt sind. Bitten Sie Ihren Gemüsehändler, entsprechende Exemplare herauszusuchen.

Waldviertler Mohnnudeln

Ein absoluter Favorit für Kinder und andere Naschkatzen. Lassen Sie, wenn Kinder mitessen, den Rum weg und üben Sie auch beim Zucker Zurückhaltung. Der Kartoffelteig sollte schon noch zu schmecken sein.

Zutaten für 4 Portionen:

Teig:

500 g mehligkochende Kartoffeln,
150 g Weizenmehl,
Salz,
1 Ei

Fertigstellung:

30 g zerlassene Butter,
nach Geschmack: geriebener Mohn,
Zucker,
Vanillezucker,
Rum,
Puderzucker zum Bestäuben



Kartoffeln waschen und gar kochen. 3-4 min im offenen Topf stehen lassen, heiß pellen und durchdrücken. Noch heiß mit den restlichen Zutaten zu einem Teig verkneten. Dabei die Eier zuletzt zugeben. Längliche Nudeln formen, in kochendes Wasser geben, Hitze reduzieren und 5-10 min ziehen lassen. Machen Sie eine Garprobe. Die Nudeln abseihen und in zerlassener Butter schwenken. Mohn, Zucker, Vanillezucker darüber streuen; evtl. Rum darüber träufeln. Vorsichtig schwenken. Mit Staubzucker bestreut servieren.

Tip:

- Ganz raffiniert werden die Mohnnudeln, wenn Sie ganz wenig von dem gemahlten Mohn unter die Kartoffelmasse geben.