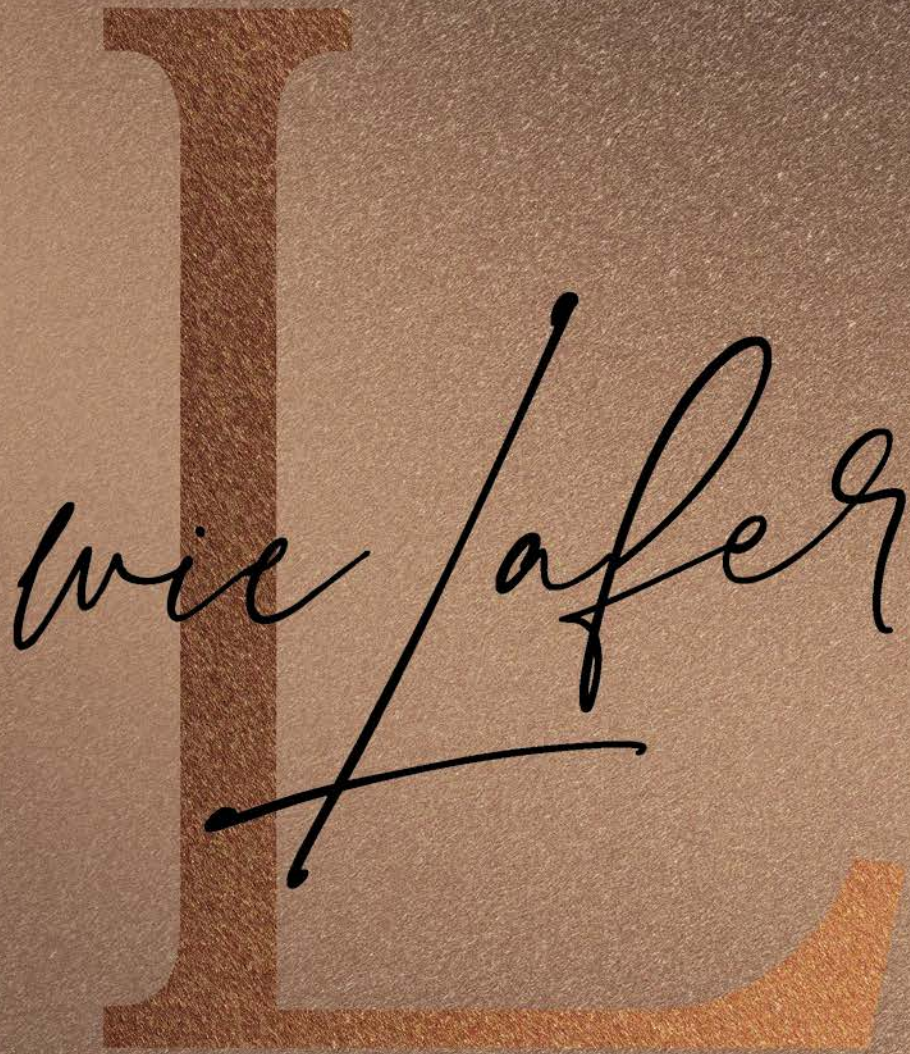


JOHANN LAFER



100 Lieblingsgerichte

GU



Inhalt

Vorwort	7
Suppen	9
Kleine Gerichte	43
Fisch	93
Fleisch	135
Vegetarische Gerichte	181
Desserts und Gebäck	233
Register	282
Impressum	288



Liebe Leserinnen und Leser,
 liebe Kochbegeisterte,

ich freue mich sehr, meine Erfahrungen, mein Können und vor allem meine Freude und Passion für den guten Geschmack mit Ihnen zu teilen! Jeder kann kochen – mit den richtigen Produkten, ein bisschen Geduld und Genauigkeit und nicht zuletzt mit meiner Hilfe. In diesem Buch habe ich meine 100 persönlichen Lieblingsrezepte zusammengestellt. Nach über 50 Jahren als Meisterkoch können Sie nun meine Küche erleben: regionale Spezialitäten und Rezepte aus aller Welt, Klassiker und aktuelle Trends, einfache Zubereitungen und raffinierte Geschmackserlebnisse, Deftiges und Feines, Grundrezepte und ihre Variationen und natürlich süße Verführungen.

Dabei steht für mich immer die extreme Sorgfalt bei der Erstellung der Rezepte im Mittelpunkt. Sind die Lebensmittel leicht zu bekommen? Geht es einigermaßen schnell? Sind es klassische Speisen, aber neu interpretiert? Ich möchte, dass Ihnen das Nachkochen der Rezepte gelingt und Sie sich »ein bisschen Lafer« nach Hause holen können. Ich teile mit Ihnen meine Kochleidenschaft und weihe Sie in das Geheimnis meines Erfolgs ein: die Kunst der einfachen Küche. Die Kunst, mit einfachen Mitteln alle zu begeistern – Familie, Freunde und Gäste.

Ich danke meinen treuen Fans und möchte weiterhin Menschen für gutes Essen begeistern und Ihnen den Spaß am Kochen vermitteln! Teilen Sie meine kulinarische Leidenschaft mit mir. Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Nachkochen und schöne Lafer-Momente mit Familie, Freunden und Gästen!

Dazu lädt Sie ganz herzlich ein,

Ihr Johann Lafer



Sülze



Zugegebenermaßen nicht jedermanns Sache – aber wer Aspick grundsätzlich gerne mag, sollte sich einen Ruck geben und sich daran versuchen. Und es ist gar nicht so aufwendig, wie es auf den ersten Blick vielleicht erscheint. Sie müssen keineswegs unbedingt eine ausgeprägte filigrane oder künstlerische Ader haben, um mit reizvollen Sichteinlagen zu arbeiten.



Gemüsesülze

Für 6–8 Portionen: 1 rote Paprika | 1 gelbe Paprika | 3–4 Möhren | 2 Stangen Staudensellerie | 3 Stangen weißer Spargel | 200 g grüne Bohnen | 2 Lorbeerblätter | ½ Bund glatte Petersilie | ½ Bund Liebstöckel | ½ TL schwarze Pfefferkörner (zerstoßen) | 3 TL grobes Salz | 2–3 EL Sojasauce | 10 Blatt weiße Gelatine | 1 TL Öl für die Form
Außerdem: Eiswasser | 1 Terrinenform (1 l Inhalt) | Frischhaltefolie



1 Paprika, Möhren, Sellerie, Spargel und Bohnen schälen bzw. putzen und waschen. Die Gemüse je nach Größe längs halbieren oder in Streifen schneiden.



2 700 ml Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Lorbeer, Kräuter und Pfeffer dazugeben, mit dem Salz würzen und 3 Minuten köcheln lassen.



6 Die Gelatineblätter 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Den Sud erhitzen.



7 Die Gelatine gut ausdrücken und im heißen Sud auflösen. Auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.