



24 Niedertemperatur-Garen – schonend gelingt das perfekte Fleisch-Gericht



84 Edles Süsspchen von Koch-Profi Sascha Huber



37 Linsen – köstliche Kreationen mit den Hülsenfrüchten



52 Heiße Brote – coole Ideen



76 Trockenfrüchte – süße Desserts für jedermann



80 Bienenstich – step by step zum Kuchenklassiker



20 JoJo-Effekt ade – jeden vierten Tag schlemmen



72 Meister-Pâtissier Josef Haslinger verführt mit Süßem



42 Entdecken Sie mit uns die kulinarischen Geheimnisse Indiens

INHALT

COVERFOTO: THERESA SCHREMS

REZEPTE

FÜR IMMER SCHLANK

- Provenzalischer Suppentopf mit Huhn 17
- Gedämpftes Gemüse mit Rahm-Sauce und Topinambur-Püree 18
- Gedünsteter Kabeljau mit Couscous 19
- Steak mit Rotwein-Schalotten und Pilz-Tagliatelle 20

LOW & SLOW. NIEDERTEMPERATUR-GAREN

- In Knoblauch-Chili-Öl confierter Lammrücken 24
- Rindsrückensteak in chinesischer Gewürzkruste 25
- Geimpfter Zitronenkablsbraten im Papier geschmort 26
- Im Rotweinfond pochirtes Rindsfilet 28

LINSENVIELFALT

- Teller-Linsen mit Räuchertofu und Briocheknödel 34
- Rotes Linsencurry mit Huhn, Kokos und Chili 35
- Linsensalat mit Ceviche 36
- Linsensuppe mit Kreuzkümmel 37
- Eintopf von schwarzen Linsen und Kaninchen 38

KINDER KOCHEN

- Wir braten im Wok – Hühnerfleisch mit Gemüse 41

HEISSE BROTE

- Bruschetta mit Zucchini, Paradeisern und Oliven 49
- Naanbrot mit Currygarnelen und Ananas 50
- Baguette mit Pilzen & Taleggio; Schwarzbrot mit Prosciutto 51
- Club-Sandwich 52

EASY COOKING

- Karotten-Kokossuppe mit Ingwer 61
- Brokkoli-Karfiolaufguss; Gemüsenockerln auf Blattspinat 62
- Barschfilet mit Wurzelgemüse 63
- Scharfe Nudeln mit Schweinsfilet 64
- Biskuit-Omelette mit Äpfeln 65

KREATIVE DESSERTS

- Mascarponecreme mit Weichselgelee 69
- Glacierte Kokosterrine 70
- Nougat-Schichttorte mit Zuckerglasur 71
- Blätterteigschnitten mit Karamellcreme und Früchten 72

SÜSSE FRÜCHTCHEN

- Weißes Kaffeeparfait mit Krokant und Trockenfrüchten 75
- Trockenfrucht-Röllchen mit Traminerschaum 76
- Wäschermadl-Spieße 77

16

KOCHSCHULE

- Bienenstich 80

WENN PROFIS KOCHEN

EIN MENÜ VON SASCHA HUBER

- Fasanenbrust am Zimtspieß 83
- Mostsuppe mit Zanderpofesen 84
- Rehfilet mit Topinamburgröstl 86
- Süßes vom Apfel; Apfel-Mousse; Apfel-Camparigelee 88

KOLUMNEN

HABLESREITER & STUMMERER

- Food Design – Kartoffelchips 10

WERNER GRUBER

- Kulinarische Physik – Wissenschaft und Kochen 12

MARION STEINER-BINDER

- Gesund mit Genuss – Schlank in den Sommer 14

STORIES

CHRISTOPH WAGNER

- Gusto-Stückerln – Gourmets an der guten Luft 30

KOCHI. DIE GEWÜRZSTADT

- Auf Entdeckungstour im südlichen Indien 42

UNTERWEGS IM LAMMERTAL

- Herliche Einblicke ins Salzburger Land 54

KLAUS EGLES WEINPLAUDEREI

- Cabernet Sauvignon: Das Maß aller Dinge 90

BASICS

- Editorial 6
- Aktuell: Neues aus der Welt der Kulinarik 10
- Potpourri & Bücher 96
- Küchen-Style: Two in One 94
- Must have des Monats: Suppen-Memory 95
- Vorschau, Impressum 98

½ JAHR GUSTO um nur € 17,-. Details lesen Sie bitte auf Seite 89.