



Lieblings-Rezepte vom Ammersee

WAS UNTERNEHMER*INNEN AM SEE
GERNE KOCHEN UND BACKEN.





LIEBLINGSREZEPTE AUF EINEN BLICK

Aloe Soul Light Smoothies (Angela Troch, Utting).....	10, 11
Eggs Benedict auf Rucola (Ammersee Biohof, Familie Ernst, Utting).....	12, 13
Ammerseer Smørrebrød (purecontent, Angelika Mühleck, Utting).....	14, 15
Walkhütt-Toast (Walkhütt Wellnessmassagen + Seminare, Kerstin Mally, Utting)	16, 17
Thailändische Kokussuppe (Biomarkt La Vida, Familie Haslauer, Utting).....	18, 19
Bärlauch-Pesto mit Penne (Sparkasse Landsberg-Dießen, Geschäftsstelle Utting).....	20, 21
Wirsing-Zitronen-Pasta (Ines Wallum, Konzept & Design, Schondorf).....	22, 23
Ammersee-Saibling in Zitronen-Sahne-Soße (HILD Kosmetik & Make-Up, Utting)	24, 25
Shrimps-Pfanne mediterran mit Zitrone (Beckenbauer Marketing, Utting)	26, 27
Ammersee-Renke Müllerin Art (Segelschule Marx, Utting)	28, 29
Gebratener Pulpo mit Süßkartoffelpüree (Jolle Utting).....	30, 31
Streicher's Gemüsestrudel (Gärtnerei Streicher, Utting).....	32, 33
Ammerseer Gemüsetorte (Weyer GmbH, Utting)	34, 35
Geröstete Pastinaken und Süßkartoffeln (Fashionwerft Mode & Cafébar, Utting)	36, 37
Linsen-Mangold-Curry (Anja Ostermann, Fotografie, Utting)	38, 39
Zucchini-Mozzarella-Auflauf (Armin Klöbel, Versicherungen, Immobilien, Utting).....	40, 41
Kichererbsencurry (Robert Kastenberger, Chiropraktiker, Schondorf)	42, 43
Morocco-Ziegenkäse-Burger (Ziegenbande, Franziska Eigner, Utting).....	44, 45
Schlampampus (EDEKA Erath, Utting).....	46, 47
Rinderrouladen (VR Bank Landsberg-Ammersee eG, Geschäftsstelle Utting)	48, 49
Fejuada mit Gemüse (Texas Trading, Windach).....	50, 51
Kohlroulade (Apotheke am Dorfbrunnen, Dr. Ursula Koch, Utting)	52, 53
Kalbsrahmgulasch mit Bandnudeln in Nussbutter (Art Nouveau Friseure, Schondorf).....	54, 55
Bayrische Creme ganz kaiserlich (Kaiser Haustechnik, Utting).....	56, 57
Apfelstrudel (Müller & Polz, Steuerberater, Büro Utting).....	58, 59
Schokoladen-Würfel (Ammersee-Apotheke, Carina Hafner, Utting).....	60, 61
Apfelmus-Kuchen (Garten Bronder, Herbert Bronder, Utting)	62, 63
Kaiserschmarrn (Agentur Springer, Johann Springer, Schondorf)	64, 65



Köstliche Ammersee-Küche...

...ist das, was wir Ihnen mit dieser Rezept-Broschüre überreichen. Anlässlich der 900 Jahre Feier in Utting haben wir unsere Mitglieder und auch weitere Unternehmer gefragt, welche Lieblingsrezepte sie haben.

Denn auch für uns Unternehmer ist das Kochen Entspannung von der täglichen Arbeit. Als klein- und mittelständische Unternehmen sind wir der Motor der Wirtschaft und stellen den größten Teil der Arbeits- und Ausbildungsplätze. Als inhabergeführte Unternehmen fühlen wir auch eine andere Verantwortung für unsere Mitarbeiter als viele Großunternehmen. Wir sind eine Familie.

Der Bund der Selbständigen (BDS) vertritt unsere Interessen gegenüber der Politik, informiert die Mitglieder tagesaktuell mit den neuesten Entwicklungen, die uns betreffen und wir führen bei unseren regelmäßigen Treffen einen intensiven Austausch untereinander. Der BDS bietet seinen Mitgliedern attraktive Einkaufsvorteile, die den jährlichen Mitgliedsbeitrag schnell übertreffen können.

Der Gemeinde Utting gratulieren wir herzlich zum 900jährigen Jubiläum. Wir sind stolz auf unseren Wohnort am schönen Ammersee. Wir arbeiten, wo andere Urlaub machen!

Lassen Sie es sich schmecken!

Niklas Weyer

1. Vorsitzender
BDS Ortsverband
Ammersee Nordwest

Uttingoo
seit 1122





SELBSTÄNDIGE AM AMMERSEE

Arbeiten, wo andere Urlaub machen – das ist die größte Motivation der Selbständigen am Ammersee.

Der Bund der Selbständigen in Bayern, kurz BDS Bayern, das sind über 15.000 Selbständige, im größten branchenübergreifenden Verband zusammengeschlossen und als einziger Verband überall vor Ort vertreten. Und Heimat des Mittelstands seit 1974. Aufgeteilt in über 300 Ortsverbände ist der BDS bayernweit tief verwurzelt. Und ist zugleich die Stimme der Unternehmer zur Politik, sei es Bundes-, Landes- oder Lokalpolitik.

Unser Ortsverband BDS Ammersee Nord-West umfasst die Ortschaften Utting, Schondorf, Greifenberg, Eching, Stegen und Inning. Weitere Ortsverbände gibt es in Herrsching und Dießen. Wir sind eine gesunde Mischung aus Einzelhändlern, Handwerkern, Freiberuflern, medizinischen Berufen, Agenturen und Selbständigen aller Art und aus allen Branchen. Und genau das ist unsere Stärke: Die Vielschichtigkeit der Unternehmen, alles klein- und mittelständische Unternehmen, der Austausch untereinander, sich gegenseitig helfen und unterstützen.

Dabei unterstützt der BDS Bayern durch kostenfreie Rechtsberatung, wenn mal Streit ins Haus steht, attraktiven Einkaufsbedingungen sowie stets aktuellen Unternehmer-Informationen aus der Landes- und Bundespolitik.

In regelmäßigen Veranstaltungen treffen wir uns, zum fachlichen Austausch, Firmenbesuchen oder auch einfach nur zum lockeren Gespräch oder gemeinsamen Freizeit-Aktivitäten. Mit knapp 100 Mitgliedern ist unser Ortsverband ein breites Bild der Selbständigen am Ammersee.

Möchten Sie mehr wissen oder gar mitmachen? Dann klicken Sie auf www.bds-ammersee.com



UNSERE MOTIVATION

WIR AM AMMERSEE...

...sind stolz auf unsere Region und möchten die hier wohnenden Selbständigen unterstützen und die Orte lebenswert machen bzw. erhalten.

WIR SIND DIE WIRTSCHAFT...

...denn der BDS ist der einzige Wirtschaftsverband, der in den Kommunen vertreten ist und hier die Interessen der Selbständigen wahrnimmt. Wir bringen die Unternehmer zusammen, denn gemeinsam sind wir stark und können unsere Interessen vertreten.

WIR SIND DIE UNTERNEHMER...

...im Sinne des Wortes. Wir suchen den Kontakt zu Gesprächspartnern, die aktiv sind und etwas bewegen wollen. Wir suchen und geben Rat untereinander, nehmen Anregungen für unser eigenes Unternehmen auf, um uns ständig zu verbessern.

BDS. WISSEN. SERVICE. NETZWERK.



Das Beste aus der Natur gibt es mitten in Utting bei Angela Troch. Sie vertraut dabei auf die Kraft der Aloe Vera, die seit Jahrtausenden als wahrer Geheimtipp für Schönheit und Wohlbefinden gilt. Rund um die Themen natürliche Schönheit, Vitalität, Wohlfühlkörper und Lebensenergie bietet Angela Troch mit Aloe Vera und ihrem Soul Light Konzept wunderbare Programme an. Eine ausführliche Beratung und individuelle Betreuung während der Programme sichern Spaß, Leichtigkeit und ein erfolgreiches Ergebnis. Da es in den Programmen um Leichtigkeit geht, gibt es dabei immer Rezepte mit Geheimzutaten, die schnell und effektiv in den Alltag integriert werden können. Sichern Sie sich auf jeden Fall einen Beratungstermin bei Angela Troch.

Angela Troch, Jahnstr. 1c, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 0171/333 22 66, E-Mail: forever@angela-troch.com

www.angela-troch.de



Rezept für 1-2 Personen,
Zubereitungszeit 10 Minuten

Aloe Soul Light Smoothies – Ihre Gesundheitsampel

Zutaten

Smoothie rot

- 150 g Himbeeren
- 1 Birne
- 150 ml stilles Wasser
- etwas Honig
- Geheimzutat
- 50 ml Aloe Berry

Smoothie gelb

- 150 g Mango
- 1 Maracuja
- 150 ml stilles Wasser
- Geheimzutat
- 50 ml Aloe Mango

Smoothie grün

- 1 Handvoll Babyspinat
- 1 Apfel
- 1 Birne
- 150 ml stilles Wasser
- Geheimzutat
- 20 ml Aloe Vera Gel pur

Zubereitung

Zuerst Obst und Grünes in den Mixer geben. Wasser und die wertvolle Geheimzutat hinzugeben. Alles schön cremig mixen und gleich frisch genießen.

Natürlich sind alle Zutaten auch freestyle - je nach Geschmack und Saison - austauschbar. Auch die Geheimzutat können Sie in Bio-Obstsft oder Wasser austauschen. Es wäre aber wirklich schade!

Gerne lade ich Sie zu einem persönlichen Aloe Vera Tasting bei Ihrer Aloe-Fee am Ammersee ein. Ich freue mich auf Sie!



ANGELA TROCH
Aloe Vera



Als Ammersee Biohof haben wir zwischen Utting und Schondorf 2018 das erste Bio-Hühnermobil selbst gebaut und bereits damals mit Hühnern aus Bruderhahnaufzucht hochwertige Naturland – Bioeier produziert. Über die Jahre sind verschiedene Mehle, Öle, Suppen und Fleischprodukte dazu gekommen, die wir heute am Verkaufspavillon zwischen Utting und Schondorf vermarkten. Der Anspruch dabei war immer klar: regional herstellen und regional vermarkten. So lässt sich zu jedem Zeitpunkt sicherstellen, dass das Wohlergehen der Tiere und das biologisch richtige Verarbeiten der Pflanzen gesichert ist. Zusammen mit dem Hochseilgarten Ammersee, dem Ammersee Labyrinth ExOrnamentis, dem Ammersee Blumenpflücken und der Ammersee Winery bildet der Ammersee Biohof die Familie des Abenteuer Ammersee, das Kindern und Erwachsenen zu gleichen Teilen ein Abenteuer ermöglicht.

Ammersee Biohof, Familie Ernst, Verkaufsautomat Schondorfer Str. 22,
86919 Utting am Ammersee, Tel. 08192/93 46 83, E-Mail: info@ammersee-biohof.de

www.ammersee-biohof.de



Rezept für 1 Portion,
Zubereitungszeit 15 Minuten

Eggs Benedict auf Rucola

Zutaten

- 2 EL Essig
- 2 Bio - Eier
- 6 Scheiben Räucherschinken oder Speck
- 2 halbe Semmeln, Brötchen oder fertige Toast (Tipp: dunkle Semmeln mit Walnüssen)
- 2 EL Sauce Hollandaise (selbst gemacht schmeckt's am besten, für 2 EL geht auch die praktische Fertig-Lösung)
- Eine Handvoll Rucola
- Etwas Butter
- 1 Prise Salz und Pfeffer
- 1 EL klein gehackte frische Gartenkräuter

Fun Fact

Queen Elisabeth II gab in einem Interview bekannt, dass Eggs Benedict zu ihrem Lieblingsfrühstück gehört.

Zubereitung

Die Eier pochieren: Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, den Essig hineingeben und das Ganze etwas abkühlen lassen bis das Wasser simmert. Die Eier zur Vorsicht erst einmal in eine Schüssel schlagen, damit die Dotter heil bleiben. Das heiße Essigwasser im Kreis rühren, bis sich ein Strudel bildet. Hierin die Eier geben und für 3 bis 4 Minuten im heißen Wasser lassen, anschließend herausfischen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Den Speck in der Pfanne oder im Backofen auslassen bis er kross ist. Die Semmelböden toasten und die Sauce Hollandaise erwärmen. Rucola waschen und abtropfen lassen. Die getoasteten Semmelböden buttern und darauf aus Rucola ein Nest bauen. Die pochierten Eier in das Rucolanest setzen. Über jedes Ei einen Esslöffel warme Sauce Hollandaise geben. Den krossen Speck über die Soße legen und wie einen Scheiterhaufen auftürmen. Dann Salz, Pfeffer und frische Kräuter darüberstreuen.



Ammersee
BIOHOF



Bild: darrenjackinfotos.de

Ich bin ein Nordseekind. Meine Sommer fanden am Meer statt. Wenn ich abends heimkam, windzerzaust und glücklich, machte meine Mutter oft Smørrebrød. Wir liebten das Frische daran, das Würzige. 1996 zog es mich nach Süddeutschland. Schön war es hier! Aber mir fehlte das Meer. Dann 15 Jahre Starnberger See. Schon besser. Doch erst seit ich in Utting lebe, fühle ich mich wieder zu Hause.

Als neues Ammerseekind möchte ich etwas für unsere Region tun! Ich bin Texterin, Fachjournalistin, Buchautorin. Meine Agentur purecontent bringt Firmen in die Presse und liefert den Text für Broschüren, Websites, Social Media. Gern auch für Unternehmer:innen vom See! Sie möchten privat ein Buch schreiben, Artikel, eine Kolumne? Ich übernehme das für Sie! Als Ghost Writer schreibe ich in Ihrem Namen, in Ihrem Stil und bringe in die Welt, was Sie ihr zu sagen haben.

purecontent, Angelika Mühleck, Dr.-Kersten-Weg 2, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 0151/2124 8469, E-Mail: hello@purecontent.de

www.purecontent.de



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 15 Minuten

Ammerseer Smørrebrød

Zutaten

Für das Fischpflanzlerl

- 500g weiße Fischfilets
- 1 Zwiebel, fein gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 2 EL frische Petersilie, fein gewiegt
- 1 Ei
- 1 EL Paniermehl
- 1 Prise Salz, weißer Pfeffer, Muskat – kräftig würzen
- 1 TL Senf, mittelscharf
- Olivenöl zum Braten

Für das Smørrebrød

- 8 Scheiben körniges Vollkornbrot (z. B. Bio-Dinkel-Vollkorn von Kasprowicz)
- 8 Fischfrikadellen/Fischpflanzlerl
- 1 Glas Thomy Gourmet Remoulade
- 4 Tomaten
- 1 grüner Salat/Salatherz
- 1 frische Kresse

Zubereitung

Die Fischfilets waschen, abtrocknen, in Streifen schneiden und in einem Mixer fein hacken. Das Fischhack in eine Schüssel geben, die übrigen Zutaten der Reihe nach hinzufügen und zu einem Teig verkneten. Daraus 8 Fischfrikadellen formen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pflanzlerl in etwa 5 Minuten bei mittlerer Temperatur auf beiden Seiten goldbraun braten.

Die Bratscheiben auf großen Tellern anrichten und mit der Gourmet-Remoulade bestreichen. Salatblatt auflegen. Fischfrikadellen halbieren und nebeneinander auf den Salat setzen. Mit der Remoulade bestreichen. Tomaten in gleich große Scheiben schneiden. Auf jedem Fischpflanzlerl eine Tomatenscheibe platzieren und mit einem Tupfer Remoulade versehen. Kresse auf den Tupfer geben. Fertig ist das superschnelle Nationalgericht der Dänen!

Ein echter Glücklichermacher.

purecontent
content. presse. ghost writing.



In der Wellnessbranche geht es um Berührung, Wohlbefinden, Loslassen, Blockaden lösen und noch viel mehr. Wir sind die kleine Insel im Alltag, die man gerne aufsucht, um sich von Stress zu befreien und alles, was einen belastet, abzustreifen. Dabei ist es das Zuhören, Spüren und die Empathie, die für uns beim Gespräch und der anschließenden Massage eine große Rolle spielt. Unsere Gäste kommen mit Zuversicht und gehen mit Urvertrauen und einem Strahlen in den Augen. Wir gehen mit unseren Gästen gemeinsam den Weg des Loslassens über einen langen Zeitraum. Bei diesem Prozess werden sie von uns immer begleitet, egal ob während oder nach der Anwendung. Unsere „Arbeit“ hört dabei nie auf: es ist für uns Berufung und Leidenschaft, mit jeder Berührung Ruhe und Entspannung in den Körper zu bringen, um so Blockaden zu lösen. **Atme und glaube an die Kraft des Loslassens** ist einer unserer Leitgedanken.

Walkhütt, Wellnessmassagen und Seminare, Kerstin Mally und Andreas Mally-Geißbauer,
Am Dorfbrunnen 8, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 0170/88 00 597, E-Mail: walkhuettn@t-online.de

www.walkhuettn.com



Rezept für 2 Personen,
Zubereitungszeit 45 Minuten

Walkhütt-Toast

Zutaten

- 4 Toastbrotseiben
- 2 Veggie-Patty
- 2 Ziegencamembert
- 500g grünen Spargel
- Krautsalat
- Grüner Salat als Deko
- Mayo

Rezept Patty (2–3 Stück)

- 200g Kidneybohnen (Dose)
- ½ rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Maiskörner
- 1 EL Mehl
- ½ TL Kreuzkümmel gemahlen,
Cayennepfeffer nach Belieben,
½ TL Paprikapulver, etwas Salz

Zubereitung

Kidneybohnen abgießen. Ein Drittel der Bohnen ganz lassen, den Rest zerstampfen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken – in Pfanne anschwitzen und mit den restlichen Zutaten und Gewürzen mit der Bohnenmasse und den ganzen Bohnen mischen. Hände anfeuchten, Pattys formen, anschließend zusammen mit dem Camembert und dem grünen Spargel grillen. Toastbrot kurz anrösten. Alles auf Tellern anrichten. Guten Appetit!





Unser Familienunternehmen existiert seit 1968 und hat sich im Laufe der Jahre von einem kleinen Reformhaus zu einem echten Bio-Markt entwickelt. Unser Ziel ist es, Kunden ein Wohlfühl-Einkaufserlebnis in freundschaftlicher Atmosphäre zu bieten. Dabei ist es uns besonders wichtig, durch Transparenz und Information sowie mit Qualität und Mehrwert unserer Bioprodukte zu überzeugen. Denn gesunde, hochwertige Lebensmittel in Bio-Qualität sind für uns eine Herzensangelegenheit.

Biomarkt La Vida, Schondorfer Str. 15a, 86919 Utting am Ammersee, Tel. 08806/7749

www.biomarkt-lavida.de



Rezept für 4 Portionen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Thailändische Kokossuppe

Zutaten

- Kokosöl zum Anbraten
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 2 Karotten
- 1 Paprika
- 1/2 Bund Lauchzwiebeln
- 200g Zuckerschoten
- 1 Stück Ingwer, ca. 4cm
- 2 Zitronengrassstangen
- 1 Chili
- 1 Dose Kokosmilch
- 1 Liter Hühnerbrühe
- 1 Limette
- 1/2 Bund Koriander
- 2 EL rote Currypaste
- 2 TL Curry
- 1 Knoblauchzehe
- Salz, Pfeffer
- 1 TL Agavendicksaft

Zubereitung

Die Hähnchenbrustfilets in mundgerechte Stücke schneiden und im Kokosöl anbraten. Dann Knoblauch, Chili und Ingwer kleinhacken und mitbraten. Curry dazugeben und kurz weiter braten. Mit Brühe und Kokosmilch aufgießen. Zitronengras mit dem Fleischklopfer plattklopfen und zur Suppe geben.

Möhren und Paprika in feine Streifen schneiden. Zuckerschoten in mundgerechte Stücke schneiden. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden und zur Suppe geben. Ca. 10 Minuten kochen, das Gemüse sollte noch bissfest sein.

Mit der Currypaste, Salz, Pfeffer, Limettensaft und Agavendicksaft würzen. Zum Schluss den Koriander dazu und servieren.





Bereits seit dem Jahr 1934 gibt es in Utting eine Sparkassen-Geschäftsstelle. Somit ist die Sparkasse seit 88 Jahren ein bedeutender Bestandteil der Ammersee-Gemeinde. In den vielen Jahrzehnten hat sich das typische Bankgeschäft ständig weiterentwickelt. Die besondere Verbundenheit mit Utting und speziell mit den Menschen, die hier leben und den Betrieben, die hier ansässig sind, hat sich jedoch nie verändert und ist seit jeher ein besonderes Markenzeichen der Sparkasse. Sie ist heute ein modernes Kreditinstitut und steht ihren Kunden bei allen Fragen rund um Finanzierung, Vorsorge, Versicherung und Zahlungsverkehr kompetent zur Seite. Ob bei einer persönlichen Beratung vor Ort oder mit ihrem Online- bzw. Mobile-Banking-Angebot.

Sparkasse Landsberg-Dießen, Geschäftsstelle Utting, Bahnhofstr. 26,
86919 Utting am Ammersee, Tel. 08191/124-2380, E-Mail: service@sparkasse-landsberg.de

www.sparkasse-landsberg.de



Rezept für 3-4 Personen,
Zubereitungszeit 20-25 Minuten

Bärlauch-Pesto mit Penne

Zutaten

- 1 Bund Bärlauch (beim Selbstpflücken: Achtung Verwechslungsgefahr)
- 1 mittlere Zwiebel
- Nach Geschmack 1-2 Stangen Frühlingszwiebel
- Olivenöl
- 50g Parmesan (frisch gerieben)
- 50g Pinienkerne (oder Walnüsse)
- Ziegenfrischkäse (Rolle)
- Gemüse- oder Hühnerbrühe (50-100 ml)
- Evtl. ein Schuss Weißwein
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Zwiebel, Frühlingszwiebel klein schneiden – in Öl andünsten. Aus gewaschenem und geschnittenem Bärlauch, Olivenöl, Meersalz, Pfeffer, geriebenem Parmesan, Pinienkernen (oder Walnüssen) mit Pürierstab Pesto herstellen. Pesto zu den Zwiebeln in die Pfanne geben. Mit Brühe (und evtl. Schuss Weißwein) ablöschen. Mit Ziegenkäserollen, geriebenen Parmesan (und evtl. Schuss Sahne) binden. Würzen mit Salz, Pfeffer. Gekochte Penne (oder andere Nudeln) in die Pfanne zum Pesto geben. Verrühren – Fertig!

Mit Cocktailtomaten oder frischen Kräutern dekorieren.



Ich bin spezialisiert auf Markendesign, Markenpositionierungen und Markenführung. Mit großer Leidenschaft entwickle und gestalte ich klare, starke und eindeutige Marken-Botschaften. Ob einzelnes Firmenlogo, komplette Geschäftsausstattung, Verpackungen oder Responsive Webdesign – schon seit Jahren betreue und berate ich große und kleine Marken. Mit einem Netzwerk von eingespielten Partner*innen arbeite ich dabei Hand in Hand. Ich durchleuchte die Ideen und Wünsche meiner Kunden vom ersten Moment bis zum fertigen Auftritt. Sinnvolle Konzepte und ästhetisch anspruchsvolle Umsetzungen bilden die Grundlage meiner Arbeit. Funktion, Klarheit und die Liebe zum Detail zeichnen meinen Stil aus.

Ines Wallum, Konzept & Design, Landsberger Str. 3, 86938 Schondorf
Tel. 0172/857 39 39, E-Mail: info@ines-wallum.de

www.ines-wallum.de



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Wirsing-Zitronen-Pasta

Zutaten

- 4 EL Pinienkerne
- 400g Wirsing
- 1/2 Bund Schnittlauch
- 2 Bio-Zitronen
- 400g Nudeln, z.B. Orecchiette
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 50 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Sahne
- 30g Parmesan am Stück
- Schwarzer Pfeffer
- Salz



Zubereitung

Reichlich Salzwasser für die Pasta aufkochen. Die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne goldbraun rösten. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Wirsing putzen – den Strunk dabei keilförmig herausschneiden – und in ca. 5 mm feine Streifen hobeln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Schale der Zitronen fein abreiben, Saft auspressen. Nudeln im kochenden Salzwasser bissfest garen. Inzwischen Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Wirsing darin bei mittlerer Hitze 3 Min. andünsten. Brühe und Sahne dazu gießen. Kurz aufkochen und 3-4 Min. köcheln lassen, bis der Wirsing gar ist, aber noch Biss hat. Pasta abgießen und gut abtropfen lassen, mit 8-10 EL Zitronensaft und 2 TL Zitronenabrieb unter den Wirsing mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Nudeln auf tiefen Tellern anrichten, mit Schnittlauch und Pinienkernen bestreut servieren. Zum Schluss Parmesan darüberreiben.

Ines Wallum
Konzept & Design





Abseits von Alltag und Hektik kann man sich in Utting seit 2004 eine kleine Auszeit gönnen. In ruhiger Ortsrandlage befindet sich das Kosmetikstudio HILD Kosmetik & Make-Up. Hier führt Inhaberin Birgit Hild hochwertige Gesichtsbehandlungen mit Wohlfühleffekt durch. Dabei kommen Produkte der Fa. Grandel Kosmetik bis hin zu bio-zertifizierter Gesichtspflege der Fa. TEAM Dr. Joseph zum Einsatz. Mittels einer eigens dafür entwickelten Signature-Methode erleben Sie einen Kurzurlaub ganz in Ihrer Nähe. Professionelle Make-Ups werden mit bio-zertifizierter Zuii-Organic Blütenkosmetik erstellt. Ganz leicht und ganz natürlich! Ebenso leicht, ganz natürlich - und vor allem regional - ist mein Lieblingsgericht. Hier verrate ich Ihnen, wie es geht

HILD Kosmetik & Make-Up, Schönbachstr. 20, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/9 58 91 81, E-Mail: kontakt@hild-kosmetik.de

www.hild-kosmetik.de



Rezept für 2 Personen,
Zubereitungszeit 20 Minuten

Ammersee-Saibling in Zitronen-Sahne-Soße

Zutaten

- 400-500g frische Ammersee Saibling-Filets
- 40g Butter
- 1 mittelgroße unbehandelte Zitrone (Saft und Raspel)
- 3-4 Stängel glatte Petersilie, gehackt
- 1 Becher Schlagsahne
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Die Fischfilets ungewürzt in der Butter langsam braten. Darauf achten, dass Butter und Fisch nicht zu heiß werden, damit sie nicht verbrennen. Sobald der Fisch fertig ist, die Flamme ganz klein stellen. Sahne und ca. 3 EL vom frischen Zitronensaft (je nach Geschmack auch mehr) zufügen und ca. 4-5 Min. einköcheln lassen. Petersilie zugeben und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Ungefähr dreiviertel der geraspelten Zitronenschale über dem Fisch verteilen und sofort servieren.

Dazu schmeckt mir am besten gekochter Grünkern, in den ich die restlichen Zitronenraspel untermische und Gemüse.





Beckenbauer Marketing ist die digitale Branding-Agentur für Zahnärzte, Apotheken und Dienstleister. Unter der Regie von Esther Beckenbauer arbeiten ausschließlich Experten auf ihrem Gebiet. Auf der Basis eines authentischen Unternehmensprofils konzipiert sie den entsprechend zielführenden, individuellen Weg aus dem Marketingdschungel, der dann mit dem BM-Team step-by-step umgesetzt wird. So entsteht nicht nur ein klares und verständliches Gesamtbild des Unternehmens für Kunden und Mitarbeiter, sondern eine besondere Qualität in Struktur, Design, Content, Programmierung und SEO-Optimierung, die sich rechnet. Der Erfolg unserer Kunden bestätigt unser Konzept. Im Online-Ranking landen die vom BM-Team entwickelten Webseiten unter dem relevanten Keyword stabil auf Seite 1.

Beckenbauer Marketing, Tel. 0172 /610 15 68, E-Mail: mail@beckenbauer-marketing.de

www.beckenbauer-marketing.de



Rezept für mindestens 5 Personen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Der Duft des Südens – Shrimps-Pfanne medi- terran mit Zimtnote

Zutaten

- 1,6kg tiefgefrorene Shrimps
- 250g Butter
- Olivenöl
- 1 - 2 Knoblauchzehen
- Salz
- 1 gestr. TL Zimt
- Peperoncino
- 250ml Weißwein
- Fenchel
- rote Spitzpaprika
- Basmatireis
- Salz
- Iranischer Safran
- diverse Kräuter

Zubereitung

Nach einem Rezept von Robert Beckenbauer:
Die Shrimps im leicht angetauten Zustand in einer großen Pfanne bei leichter Hitze auftauen lassen. Den anschließenden Sud wegschütten. Die Shrimps zur Seite legen und in der gereinigten Pfanne Butter und Öl erhitzen. Die Shrimps anschließend wieder hinzugeben, erhitzen und gleichmäßig wenden bis die Schalen rot werden. Kleingeschnittenen Knoblauch in der Mitte der Pfanne in einem Butternest anbraten, während die Shrimps am Rand der Pfanne weiterköcheln. Zimt über den Buttersud verteilen, vermengen und mit den Shrimps verrühren. Zum Abschluss mit einem Glas Weißwein und etwas frischem Zitronensaft ablöschen und mit Peperoncino harmonisch abschmecken. In der Zwischenzeit den Safran in eine Schale mit warmem Wasser geben. Gemüse kleinschneiden und in einer separaten Pfanne mit Salz und schwarzem Pfeffer in Öl und Butter anrösten. Den Basmatireis kochen, anschließend mit Safranwasser vermengen und mit dem gerösteten Gemüse mischen.



BECKENBAUER
MARKETING



Von der Kahnpartie bis zum Karibiktörn, vom Einsteiger-Segelkurs bis zum Hochseeschein – für das alles haben Sie einen Ansprechpartner, wenn Sie unser Ausbildungszentrum in Utting zu Ihrer seglerischen Heimat machen. Gerade darin wollen wir uns von vielen Mitbewerbern unterscheiden: nicht einzelne Kurse anzubieten, wo dann oft schon die Praxis zur gerade abgeschlossenen Theorie fehlt, sondern alle Bestandteile einer vollständigen Ausbildung. Obwohl bei uns – gewohnheitsmäßig - die „Segelschule“ oft oben ansteht, spielt auch die solide Motorboot-Ausbildung eine große Rolle. Auch die meisten Segelscheine werden ja erst durch den Motor-Teil zum echten Führerschein. Gerade hier sollten Sie darauf achten, wie und wo die Praxis gelehrt wird: nur wenige können Ihnen, wie wir, die Ausbildung mit dem schuleigenen Motorboot am schuleigenen Steg bieten.

Segelschule Marx, Seestr. 17, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/7704, E-Mail: marx@segelschulemarx.de

www.segelschulemarx.de



Rezept für 1 Person,
Zubereitungszeit 15 Minuten

Ammersee-Renke Müllerin Art

Zutaten

- 1 Renke
- Saft einer Zitrone
- Salz, Pfeffer
- Paniermehl
- Öl für die Pfanne

Zubereitung

Paniermehl auf einen großen Teller streuen, so dass der Boden deutlich bedeckt ist. Öl in die Pfanne geben. Die Renke küchenfertig vorbereiten. Von innen und außen mit Salz und Pfeffer bestreuen und innen mit etwas Zitronensaft beträufeln. Die Renke von beiden Seiten im Paniermehl wenden. In die heiße Pfanne geben und die Hitze reduzieren. Von jeder Seite etwa 5-8 Minuten braten.

Dazu passen: Salzkartoffeln und Salat



Im April 2017 haben wir die Jolle im Nebengebäude der Sauter Mühle als Familienbetrieb eröffnet. Seit versuchen wir jeden Tag, den Gästen wunderschöne Stunden zu bereiten. Egal ob allein, zu zweit oder gemeinsam mit Freunden: Bei entspannter Hintergrundmusik soll jeder das Wohlfühlklima à la Jolle genießen. Dass wir Tapas anbieten, kommt nicht von ungefähr. Unsere Gäste sollen über einen längeren Zeitraum schlemmen und sich angeregt unterhalten. Für alle, die etwas größere Portionen bevorzugen, bieten wir Suppen, Salate, Rinderlende und Lachs auf heißem Stein sowie spanische Burger. In der Jolle kann man nicht nur entspannt essen und trinken, im Obergeschoss kann man auch tagen. Unser Meetingraum verfügt über eine umfangreiche technische Ausstattung. In der Teeküche können sich die Teilnehmer selbst an Speisen und Getränken bedienen.

Jolle Utting, Mühlstr. 4a, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/957 57 77, E-Mail: info@jolle-utting.de

www.jolle-utting.de



Rezept für 3 Personen,
Zubereitungszeit 1 Stunde

Gebratener Pulpo mit Süßkartoffelpüree

Zutaten

- 500g Süßkartoffel
- 1 Zwiebel
- Salz
- Zimt
- Pimenton Picante
(spanisches Paprikapulver)
- Chili frisch
- Knoblauch
- Petersilie
- Rote Kresse
- 1 Pulpo
- Thymian
- Olivenöl
- Lorbeerblätter

Zubereitung

In einem großen Topf Salzwasser mit Lorbeerblättern, einer angeschlagenen Knoblauchzehe und Thymian aufkochen, danach die Temperatur stark reduzieren. Den Pulpo unter kaltem Wasser abspülen, in den Fond geben und bei mittlerer Hitze für ca. 1 Stunde langsam gar werden lassen. Achtung: Das Wasser darf nicht kochen, denn sonst wird der Pulpo hart. Er ist weich, wenn eine Gabel leicht rein und wieder rausgeht. Den Pulpo aus dem Topf nehmen und zerteilen. Olivenöl mit Knoblauch und Chili in einer Pfanne heiß werden lassen und die Arme des Pulpo darin anbraten bis sich leichte Röstaromen bilden.

Für das Püree Süßkartoffeln schälen, würfeln und mit Zwiebel in Olivenöl andünsten, mit Wasser ablöschen, Salz und Chili hinzugeben und weichkochen. Wasser abgießen und die Süßkartoffeln pürieren. Um die richtige Konsistenz zu erreichen nach und nach die Flüssigkeit der Kartoffeln wieder hinzugeben. Mit einer Prise Zimt und Pimento Picante würzen.





Die Gärtnerei Streicher ist eine Gärtnerei mit Tradition und dem Anspruch, Qualitätsprodukte und Service auf höchstem Niveau zu bieten. Bereits 1875 wurde durch Josef Streicher die Gärtnerei in Utting gegründet. Heute möchten alle im Team den Kunden die Freude an Pflanzen vermitteln. Alle Kunden sollen ein gutes Gefühl dabei haben, zu wissen, wie und wo die Produkte wachsen.

Gärtnerei, Obst-, Gemüse- und Blumenladen Josef Streicher
Holzhauserstr. 11, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/75 20, E-Mail: info@gaertnerei-streicher.de

www.gaertnerei-streicher.de



Rezept für 3-4 Personen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Streicher's Gemüsestrudel

Zutaten

Strudelteig

- 370g Mehl
- 1 Ei
- ½ TL Salz
- 40g neutrales Öl
- 120g warmes Wasser
- 1 EL Essig

Füllung

- 800g Gemüse, z.B. Lauch, Karotten, Mangold, Zucchini
- 2 Eier
- 200g Käse gerieben
- 100g Sahne
- ½ TL Salz
- 1 TL Gemüsebrühe
- 3 Prisen Muskat
- Olivenöl oder zerlassene Butter

Zubereitung

Backofen auf 200 °C vorheizen. Alle Strudelteig-Zutaten zu einem Teig verarbeiten. Gemüse in kleine Stücke schneiden; Käse, Eier, Sahne, Salz, Gemüsebrühe und Muskat zugeben und verrühren. Strudelteig grob ausrollen und auf einem bemehlten Geschirrtuch weiter ausrollen, bis er die passende Dicke erreicht hat. Dieser sollte so dünn sein, dass man durchsehen könnte. Den Teig mit zerlassener Butter oder Olivenöl bestreichen. Die Gemüsefüllung darauf geben und die Ränder einklappen, dann den Strudel mithilfe des Tuches aufrollen. Mit der Nahtseite nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech in Hufeisenform legen, mit Olivenöl bestreichen. Den Strudel ca. 30 Minuten bei 200°C backen.

Dazu schmecken eine Tomatensoße und ein frischer, gemischter Streicher-Salat.



Seit 1958 ist der Name WEYER in der Flughafenbranche ein fester Begriff für qualitativ hochwertige Produkte und exzellenten Service. Unsere Aufgabe ist, im Flughafen für einen reibungslosen Ablauf und sicheren Start der Flugzeuge beizutragen. Als Handelsvertretung für Flughafenbedarf sind wir Marktführer mit mehreren Produkten, beliefern alle großen und viele kleinere Flughäfen in Zentraleuropa. Neben den großen Herstellern führen wir auch Eigenentwicklungen und -produktion, auch mehrere Patentanmeldungen. Auf unsere Produkte stoßen Sie im Flughafen bereits beim Check-In in der Warteschlange, sehen sie am Flugzeug wie Flugzeugschlepper, Bodenstromgeräte, Klimageräte, Bremsklötze und vieles mehr. Hobby und Beruf vereint – als Privatpilot fliegt Niklas Weyer mit seiner Porsche-Mooney seit 1987 direkt auf und zu seinen Kunden.

Weyer GmbH, Schönbachstraße 2, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/95 83 50, E-Mail: info@weyer.aero

www.weyer.aero



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 20 Minuten

Ammerseer Gemüsetorte

Zutaten

- 50g Butter
- 200g Dinkelmehl
(Asam-Mang-Mühle, Weil)
- Körniger Senf (Unser Land)
- Gemüse (Gärtnerei Streicher):
2 Zwiebeln, 2 Karotten,
1 Lauch, 1 Zucchini, 5
Champignons,
1 Tomate, 1 Knoblauchzehe
- 1/8l Frischmilch
- 3 Ammersee Bio-Eier
(Ernst, Utting)
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss
- 175g Bio-Bergblumenkäse
Andechser Natur (alternativ
Käse von der Ziegenbande)

Zubereitung

Backofen auf 200°C oder 180°C Umluft vorheizen.

Für den Teig

Mehl mit Salz, Pfeffer, Senf, ca. 50 g Butter oder Margarine, ca. 100ml Wasser und einem Eigelb zu einem Knetteig verarbeiten. Backform mit etwas Fett ausstreichen und Teig einlegen. Rand seitlich hochführen, damit Flüssigkeit nicht austreten kann.

Für den Belag

Alles Gemüse kleinschneiden und in Olivenöl andünsten, in Form einfüllen. 2 Eier, 1/8 l Milch, Salz, Pfeffer, Muskat verquirlen und über das Gemüse geben. Geriebenen Käse darüber streuen.

30 Minuten bei 180-200°C backen. Für richtigen Bräunungsgrad in den letzten 5 Minuten ggfs. den Grill dazuschalten.



Fashionwerft - En Vogue am Ammersee

Authentischer Look für Frauen und Männer von ausgesuchten Labels mit ethischen Werten für Wind und Wetter, den Job, den Urlaub, das Konzert und die Stegparty - das ist die Fashionwerft. Dazu gibt es in unserer kleinen Cafébar Cappuccino & Co, alles BIO, versteht sich. Wir achten bei unserer Auswahl auf nachhaltige und hochwertige Fertigung und suchen immer auch das Besondere für unsere Kunden: kleine Produzenten aus Südtirol, Farbenfrohes aus Amsterdam, Jeans von True Religion Germany, Gemütliches aus Wien, Knalliges aus Bologna, Herrenklamotten aus Kopenhagen, Yogawear und Hipbes aus Starnberg, Münchner Understatement, die AmmerseeClassics ... Ein bisschen ähnelt die Fashionwerft jetzt einer kleinen Boutique auf Korsika, gefüllt mit den unterschiedlichsten Teilen, leiser französischer Musik und einem Hauch Espresso in der Luft.

Fashionwerft Mode & Cafébar, Am Dorfbrunnen 6, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/92 40 762, E-Mail: info@fashionwerft.com

www.fashionwerft.com



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Geröstete Pastinaken und Süßkartoffeln mit Kapernvinaigrette

Zutaten

- 4 Pastinaken
- 4 mittelgroße rote Zwiebeln
- 120 ml Olivenöl
- 4 Zweige Thymian
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 Knoblauchknolle quer halbiert
- 2 mittelgroße Süßkartoffeln
- 30 Kirschtomaten halbiert

Für die Kapernvinaigrette

- 2 EL Zitronensaft
- 4 EL kleine Kapern
- 1/2 TL Ahornsirup
- 1/2 TL Dijonsenf
- 2 EL Olivenöl
- 1/2 TL Salz

Zubereitung

Den Backofen auf ca. 190°C (Umluft) vorheizen. Die Pastinaken putzen und in etwa 5 cm lange und ca. 1,5 cm breite Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und in je 6 Spalten schneiden. Die Pastinaken mit den Zwiebeln in eine Schüssel geben, Olivenöl, Thymian, Rosmarin, Knoblauch, 1TL Salz, Pfeffer hinzufügen und vermischen, danach alles auf einem Backblech verteilen und 15 Min. rösten. In der Zwischenzeit die Süßkartoffeln quer halbieren und die Hälften der Länge nach in 6 Spalten schneiden. Die Süßkartoffeln zu den Pastinaken geben und alles zusammen weitere 20 Min. rösten. Sobald das Gemüse gar ist (goldbraune Färbung) die halbierten Tomaten untermischen und weitere 10 Min. in den Ofen damit. In der Zwischenzeit die Vinaigrette vermischen und über das fertige, heiße Gemüse geben. Das Ganze noch ein bisschen vermengen ... und Bon Appetit.

Dazu passt hervorragend ein Glas Bio Rosé.





Gute Fotos sind Wegbegleiter und Basis eines perfekten Auftritts.

Ob Business-Porträt, Reportage, Firmendokumentation oder Hochzeit: Die Details im großen Ganzen zu sehen und festzuhalten ist Kunst und Handwerk zugleich. Dabei begleite ich meine Privat- und Businesskunden gerne persönlich und mit offenen Augen für ihre individuellen Geschichten.

Professionelle Fotos machen den Unterschied

Als ausgebildete Fotografenmeisterin, dank langjähriger Erfahrung aus der Zeit in einem renommierten Münchner Studio - und seit vielen Jahren nun als Selbstständige, biete ich Ihnen ein spannendes und umfangreiches Portfolio. Erleben Sie den Unterschied.

Anja Ostermann Fotografie, Johann-Sedlmeir-Str. 1, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 0160/956 35 123, E-Mail: mail@anja-ostermann.de

www.anja-ostermann.de



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Linsen-Mangold-Curry

Zutaten

- 500g Mangold, frisch von der Gärtnerei Streicher – so wunderschön bunt
- 4 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Stücke Ingwer, ca. 2-3cm
- 500g rote Linsen (Bio)
- 4 EL Butter
- 4 EL Sesam
- 2 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Kurkuma
- 800ml Kokosmilch
- 800ml Gemüsebrühe
- Salz
- 4 EL Zitronensaft von einer frischen Bio-Zitrone

Zubereitung

Den Mangold putzen und waschen. Die Stiele würfeln und die Blätter in Streifen schneiden. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen. Zwiebeln würfeln, Knoblauch und Ingwer fein hacken. Die Linsen in einem Sieb durchspülen und abtropfen lassen. Die Butter erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer darin glasig anschwitzen. Sesam, Kreuzkümmel und Kurkuma dazugeben und kurz mitbraten. Linsen, Mangold, Kokosmilch und Brühe dazugeben. Mit Salz würzen und alles etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze kochen. Vor dem Servieren das Linsen-Mangold-Curry mit Salz und Zitronensaft abschmecken. So mega-lecker!!!!

Wir können uns glücklich schätzen, so wunderbare Produkte regional einkaufen zu können. Viel Spaß beim Nachkochen wünsche ich euch!



Anja Ostermann
FOTOGRAFIE



Wir bieten Dienstleistung und Service zu allen Versicherungsfragen und -themen. Mit Ihnen vergleichen wir Preis und Leistung und suchen aus dem riesigen Marktangebot das Passende für Sie aus. Bei Vermietung oder Verkauf Ihrer Immobilie unterstützen wir Sie gerne mit unserem Fachwissen und unserer Erfahrung.

Armin Klöbel, Versicherungs- und Immobilienmakler, Bahnhofstr. 9a,
86919 Utting am Ammersee, Tel. 08806/1451, E-Mail: armin@kloessel.de

www.kloessel.de



Rezept für 4 Portionen,
Zubereitungszeit 20 Minuten

Zucchini-Mozzarella-Auflauf

Zutaten

- 1 mittelgroße Zwiebel (50g)
- 2 Zehen Knoblauch
- 500g Tomatenfruchtfleisch in Stücken
- 2 EL Öl
- Salz, weißer Pfeffer
- 600g Zucchini
- 1/8l Sonnenblumenöl
- 1 Bund Basilikum
- 300g Mozzarella
- 100g frisch geriebener Parmesan
- 2 Eier

Zubereitung

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein schneiden. Das Tomatenfruchtfleisch in einem Sieb abtropfen lassen. Im heißen Öl Zwiebel und Knoblauch anschwitzen, die Tomatenstücke zugeben, salzen und pfeffern und zugedeckt einkochen lassen.

Die Zucchini waschen und putzen, in etwa 1/2cm dicke Scheiben schneiden. Die Zucchinis Scheiben portionsweise in Sonnenblumenöl anbraten. Auf Küchenpapier entfetten. Das Basilikum kurz waschen, ausschütteln und die Blättchen in Streifen schneiden. In eine entsprechend große Ofenform 3-4 EL Tomatensauce verteilen, drauf Gemüsescheiben, salzen und pfeffern, darüber Mozzarellascheiben, Basilikum und Parmesan und mit der Tomatensauce bedecken. So verfahren, bis alle Zutaten aufgebraucht sind.

Die oberste Schicht mit den verquirlten Eiern begießen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C auf der unteren Einschubleiste ca. 25-30 Minuten backen.



Die Menschen, die Hilfe beim Chiropraktiker suchen, sind meist ziemlich frustriert vom konservativen Behandlungsansatz und suchen einen alternativen Ausweg aus der Abwärtsspirale aus Schmerzen, Verspannungen und Stress. Viele fühlen sich unflexibel und steif. Sie beklagen den Verlust eines gutes Körpergefühls, fühlen sich abgekoppelt und „aus der Spur“. Haltungsverlust, verfrühter Verschleiß, Schmerzen, Abgeschlagenheit und Müdigkeit sind oft die Folgen- weil unser Gehirn dauernd versucht, das Optimum wiederherzustellen und dafür einen hohen Aufwand braucht. Meine Aufgabe als Chiropraktiker ist es, Störungen in der Wirbelsäule zu korrigieren – für bessere Haltung, weniger Schmerzen und mehr Beweglichkeit. Je früher wir damit beginnen unseren Organismus präventiv zu stärken, desto besser.

Robert Kastenberger, St. Jakob's Bergerl 2, 86938 Schondorf am Ammersee
Tel. 08192/ 9972593, E-Mail: robert@chirilounge.de

www.chiroammersee.de



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 20 Minuten

Kichererbsencurry für viel Veggie Power

Zutaten

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- daumengroßes Stück Ingwer
- 1 Paprika
- 1 Zucchini
- 1 - 2 Karotten
- 1 Dose Kokosmilch
- 1 1/2 TL Salz
- 2 gehäufte TL Currypulver
- 2 gehäufte EL Chashewmus
(bei Nussallergie alternativ Tahin)
- 400g Kichererbsen
(aus dem Glas)
- Koriander

Zubereitung

Zwiebel, Knoblauchzehen klein schneiden, Ingwer raspeln und in Öl anrösten. Paprika, Zucchini, Karotten klein schneiden und zusammen mit den Gewürzen, dem Chashewmus und der Kokosmilch dazugeben und ca. 10 min auf mittlerer Flamme köcheln lassen. Kichererbsen dazugeben und 5 min mitkochen lassen. Mit frischem Koriander bestreuen.

Guten Appetit, Frau Schmid!



CHIROPRAKTIK LOUNGE
AMMERSEE
CAPE OF LIFE



Wir sind ein kleiner Familienbetrieb am Westufer vom Ammersee und ein eingespieltes Team: Bei uns packt jeder mit an. Wir lieben und leben Landwirtschaft im Einklang mit der Natur und sind aus Überzeugung biozertifiziert. Nicht nur die artgerechte Haltung, sondern auch die schadstofffreie Ernährung unserer Ziegen liegt uns am Herzen. Bei allem, was wir machen, achten wir sehr auf Qualität und Nachhaltigkeit. Und das schmeckt man in jedem Bissen. Überzeugt euch selbst und besucht uns! Ihr findet uns von Mai bis Oktober jeden Samstag vom 9-12.30 Uhr auf dem Uttinger Wochenmarkt oder jeden Donnerstag von 14-18 Uhr auf dem Inninger Wochenmarkt.

Ziegenbande, Franziska Eigner, Schmiedberg 10, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/959 19 40, E-Mail: servus@ziegenbande.de

www.ziegenbande.de



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 20 Minuten

Moricco-Ziegenkäse-Burger

Zutaten

- 1 Burger-Bun pro Person
- 4 Salatblätter
- 1 Ziegen-Moricco (Ziegen-Ricotta-Mozzarella), alternativ Mozzarella
- einen Klecks Mango-Ananas-Chutney
- 2 EL grobes Salz/Fleur de Sel
- Öl zum Anbraten
- je Burger 1-2 Gurkenscheiben
- je Burger 1 Tomatenscheibe
- je Burger 1 Klecks Tsatsiki
- je Burger 1 Klecks Weißkraut und Blaukraut, fein gehobelt
- frische Kräuter nach Wahl z.B. Rosmarin, Oregano, Thymian, Basilikum

Zubereitung

Die Burger-Buns aufschneiden und mit der Schnittfläche nach unten kurz in einer beschichteten Pfanne ohne Fett knusprig anrösten. Die frischen Kräuter fein hacken, mit dem Fleur de Sel vermischen und in eine flache Schüssel geben. Den Käse in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden und in einer beschichteten Pfanne mit ein wenig Öl auf beiden Seiten schön knusprig anbraten. Anschließend den noch heißen Käse in der Kräuter-Salz-Mischung wälzen. Auf den Boden des Burgers einen Klecks Tsatsiki und etwas fein gehobeltes Weißkraut geben. Salatblatt auflegen und darauf Gurken- und Tomatenscheiben legen. Auf das Gemüse kommt der angebratene Käse, darauf ein Klecks Chutney und zum Abschluss noch etwas fein gehobeltes Blaukraut.

Den Burger mit Gurken-Sauerrahm-Salat genießen.





Seit 2008 habe ich den Edeka in Utting übernommen und bin seitdem verantwortlich für zehn Vollzeitkräfte, fünf Teilzeitkräfte und mehrere Aushilfskräfte. Mein Großvater hat vor mir einen EDEKA-Markt geführt und ich wollte diese Tradition weiterführen. Ich freue mich bei meiner Tätigkeit sehr über den täglichen Kundenkontakt und den Umgang mit den vielen verschiedenen Menschen, daher bin ich trotz meiner vielen organisatorischen Aufgaben häufig in unseren Verkaufsräumen zu finden: Denn Verkaufen macht mir Spaß, ebenso wie unsere Kunden bei uns begrüßen zu dürfen! Und ich gehe auch deshalb jeden Tag mit Freude in die Arbeit, da unser Team einfach toll ist!

EDEKA Erath, Industriestraße 2 a, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/9346, E-Mail: edekautting@gmx.de

www.edeka-erath.de



Rezept für 3-4 Personen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Schlampampus

Zutaten

- 500g Hackfleisch
- 1 - 2 Zwiebeln
- 2 - 3 Knoblauchzehen
- 200g Bohnen (Prinzessbohnen oder Bobbybohnen)
- 1 Stange Lauch
- 250g Weißkraut
- Gemüse nach Belieben (z.B. Paprika, Zucchini, Karotten)
- 250ml Brühe
- Salz, Pfeffer, Paprikapulver
- 200ml Sahne

Zubereitung

Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in einer großen Pfanne andünsten, danach das Hackfleisch in die Pfanne geben und anbraten. Knoblauchzehen klein schneiden und dazu geben. Bohnen in 4 bis 5 cm lange Stücke schneiden, Lauch und Weißkraut in dünne Streifen schneiden, sonstiges Gemüse auch klein schneiden und alles in die Pfanne geben. Brühe dazu geben, Deckel auf die Pfanne und ca. 25 Minuten bei mäßiger Hitze kochen lassen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und zum Schluss die Sahne einrühren.

Als Beilage eignen sich Reis oder Nudeln.



Die VR-Bank Landsberg-Ammersee eG vereint Tradition und Moderne: Wir sind die älteste und mit einer Bilanzsumme von 1 Milliarde Euro und 24 Standorten zugleich größte Genossenschaftsbank zwischen Ammersee und Lech. Seit mehr als 135 Jahren sind wir dank unserer fast 200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ein dauerhafter, verlässlicher und starker Finanzpartner. Wir stehen für Nähe und genossenschaftliche Werte; unsere Mitglieder und Kunden begeistern wir jeden Tags aufs Neue durch unsere ausgeprägte Serviceorientierung und die nachhaltige genossenschaftliche Beratung. Wir interessieren uns für die Menschen in der Region und deren Ziele; auch deshalb sind wir eine „Mitgliederbank“: Mehr als 19.000 Kunden sind Teilhaber „ihrer“ Bank und haben damit auch einen bedeutenden Anteil am Erfolg. Ganz im Sinne unserer Gründerväter sind wir für unsere Kunden auch heute noch in der Fläche präsent, denn „wir sind und bleiben da, wo unsere Kunden sind“.

VR Bank Landsberg-Ammersee eG, Schondorfer Str. 2, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08191/291-0, E-Mail: info@vr-ll.de

www.vr-ll.de



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Rinderrouladen

Zutaten

- 4 Scheiben Rinderrouladen
- 8 Scheiben durchwachsener Speck
- 1 Zwiebel
- 2 Gewürzgurken
- Salz, Pfeffer, Senf

Zum Schmoren

- 50g Fett
- 1 Zwiebel
- Wurzelwerk (Karotten, Sellerie grob geschnitten)
- etwa 3/8 bis 1/2 l Flüssigkeit

Zubereitung

Die Fleischscheiben salzen, pfeffern, mit Senf bestreichen, mit je 2 Speckscheiben belegen, feingehackte Zwiebeln und eine längs halbierte Gewürzgurke darauf geben, aufrollen und mit Rouladennadeln befestigen.

Rouladen in heißem Fett von allen Seiten anbräunen, Zwiebel und Wurzelwerk zugeben, mit anbräunen, mit kochender Flüssigkeit aufgießen. In geschlossenem Topf ca. 1 Stunde gar schmoren, im Dampfdrucktopf 25 – 30 Minuten. Nach dem Garen Rouladen aus der Soße nehmen und Nadeln entfernen. Soße durch Sieb streichen, eventuell mit Soßenbinder binden, aufkochen lassen, abschmecken und über angerichtete Rouladen gießen.



Seit 1991 importiert TEXAS TRADING hochwertige Produkte für die Rinder- und Pferdehaltung aus USA. Der in Utting gegründete Betrieb zog 1994 nach Windach, um dem zunehmenden Platzbedarf der wachsenden Firma gerecht zu werden. Großtierhalter schätzen die funktionalen Lösungen für Weide und Stall von TEXAS TRADING. Selbst Zoos nutzen die Produkte für ihre Tiere, bis hin zum Elefanten auf der Wiegeplattform. Schlussendlich wird die zunehmende Wildschweinplage eine Herausforderung für Landwirte und Tierhalter. Wie vor 150 Jahren in den USA werden Fest- oder Elektrozäune gebaut, um freilebende Tiere von der Verwüstung landwirtschaftlicher Nutzflächen abzuhalten. Mittlerweile ist die dritte Generation der Familie Reich und Riedel im Betrieb tätig. Vieles aus dem Sortiment ist nicht nur im Onlineshop verfügbar, sondern auch direkt in Windach vorrätig. Schauen Sie doch einfach mal im Ladengeschäft vorbei.

Texas Trading GmbH, Landsberger Str. 33, 86949 Windach
Tel. 08193 9313-0, E-Mail: info@texas-trading.de

www.texas-trading.de



Rezept für 4 Portionen,
Zubereitungszeit 40 Minuten

Fejuada mit Gemüse

Zutaten

- 500g Wammerl
- 2 Dosen Kidneybohnen (je 400g)
- 1 Karotte
- 1 Pastinake
- 1 Stange Lauch
- 2 Tassen Reis
- 1 Scheibe Knollensellerie

Zubereitung

Das Wammerl (roher Schweinebauch ohne Knochen) abschwarten, mit einem scharfen Messer in 1 cm große Würfel schneiden und mit der Schwarte zusammen ausbraten, bis das Fleisch knusprig braun ist. Das Gemüse schälen, den Sellerie in Würfel, die Pastinake und Karotte in dicke Scheiben schneiden. Zum Wammerl geben und kurz mitbraten. Beide Dosen Bohnen hinzugeben, jede Dose einmal mit Wasser auffüllen, die Bohnenreste dabei herauswaschen und das Gericht mit insgesamt 800ml Wasser aufgießen. Den rohen Reis zugeben, mit Salz und Tabasco kräftig würzen. 20 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen, nach 10 Minuten den in Ringe geschnittenen Lauch hinzufügen. Ggf. Wasser nachgießen, die Schwarte entfernen, evtl. mit Petersilie verzieren und servieren.

Dies ist eines unserer Familiengerichte, welches meine Eltern von ihrer Auslandstätigkeit in den 1960er Jahren in Brasilien mitgebracht haben. Das Rezept wurde im Laufe der Zeit weiterentwickelt und wird bei uns immer gerne gegessen.





Seit der Gründung im Jahr 1995 steht die Apotheke am Dorfbrunnen für eine einfühlsame und fachkompetente Beratung der Kunden. Die Kunden als Mensch stehen bei uns im Mittelpunkt. Zusätzliche Schwerpunkte sind Homöopathie und Naturheilkunde, Ernährungsberatung, Inkontinenzversorgung, Versorgung mit Kompressions- und Stützstrümpfen, Präventionsmaßnahmen, Beratung zu vorbeugenden Maßnahmen. Produkte der pflegenden Kosmetik runden unser umfangreiches Angebot ab.

Apotheke am Dorfbrunnen, Dr. Ursula Koch, Am Dorfbrunnen 3, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/9 22 20, E-Mail: apotheke-am-dorfbrunnen@westufer.net

www.apotheke-utting.de



Rezept für 8 Stück,
Zubereitungszeit 40 Minuten

Kohlroulade

Zutaten

- 1 Wirsingkohl
- 500g Hackfleisch
- 1 weiße Semmel
- 1 Ei
- 2 Zwiebeln
- Kümmel, gemahlen
- Majoran
- Paprika
- Salz, Pfeffer
- 1-2 Scheiben Räucherspeck
- etwas Tomatenmark
- 1 große Zwiebel

Zubereitung

Wirsingblätter abtrennen und in kochendem Wasser 5-10 min blanchieren. Mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Für das Hackfleisch eingeweichte Semmel, Ei, eine klein geschnittene Zwiebel, Kümmel, Majoran, Paprika, Salz und Pfeffer gut vermengen. Bei den Kohlblättern die dicke Rippe raustrennen oder einschneiden. Je zwei Blätter überlappend aufeinanderlegen. Passende Hackfleischmenge einrollen und über Kreuz mit Küchengarn zubinden. Öl oder Butterschmalz in einen Bräter geben und die Kohlrouladen von allen Seiten anbraten, dann in eine Auflaufform legen. Für die Sauce Räucherspeck, Zwiebel und etwas Wirsingkohl klein schneiden. Zusammen mit etwas Tomatenmark im Bräter anbraten, mit ca. 500 ml Kohlwasser ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend zum Kohl in die Auflaufform geben. Alles zusammen ca. 2-2½ Std zugedeckt im Ofen schmoren lassen. Ggf. die Sauce ganz leicht andicken, abschmecken. Dazu passen Salzkartoffeln.

Guten Appetit

APOTHEKE
AM
Dorfbrunnen



Ein Friseurbesuch ist mehr als nur ein neuer Haarschnitt. In stilvoller und edler Atmosphäre sorgen wir für eine schöne und entspannte Zeit.

Art Nouveau Friseure, Detlev Beier, Bahnhofstr. 15, 86938 Schondorf
Tel. 08192/998 70 10, E-Mail: info@artnouveaufriseure.de

www.artnouveaufriseure.de



Rezept für 4 Personen,
Zubereitungszeit 30 Minuten

Kalbsrahmgulasch mit Bandnudeln in Haselnussbutter

Zutaten

Für das Kalbsgulasch

- 1 kg Kalbsgulasch
(2 cm große Würfel)
- 4 große Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Boskop Äpfel
- 300 ml Weißwein
- 700 ml Kalbsfond
- 400 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne
- 100 ml saure Sahne
- 2 EL Paprika edelsüß
- 2 EL Tomatenmark
- 4 Zweige Thymian und Estragon
- 3 Lorbeerblätter
- 1 Bund Petersilie
- n.B. Kümmel ganz oder
gemahlen
- n.B. Salz und Pfeffer
- Mondamin Mehlschwitze hell

Für die Bandnudeln

- 250g Bandnudeln 18mm breit
(von Tress)
- 125g Butter
- ½ Beutel gemahlene
Haselnüsse
- Salz

Zubereitung

Die Schalotten und die Äpfel mit einem Gemüsehobel hauchdünn hobeln, so verkochen sie schön. Das Fleisch in Öl kräftig anbraten, die Schalotten zugeben und kurz mit anbraten, dann das Tomatenmark und das Paprikapulver hinzugeben. Nach kurzer Zeit mit Weißwein aufgießen und etwas einkochen lassen. Danach die Fonds hinzugeben, salzen und pfeffern und die Gewürze in einem Gewürzsack mit hinzugeben, für 1,5 Stunden bei geringer Hitze leicht schmoren lassen. Wenn das Fleisch schön zart ist, die Sahne und saure Sahne hinzufügen und mit der Mehlschwitze auf die gewünschte Konsistenz binden. Die sehr fein gehackte Petersilie hinzugeben und fertig ist das Gulasch. Die Bandnudeln 8 Minuten im kochenden Salzwasser bissfest kochen und danach kalt abschrecken. Die Butter in einem großen Schmortopf flüssig, aber nicht braun werden lassen. Die Bandnudeln hineingeben und kräftig schwenken, die gemahlene Haselnüsse darüberstreuen, gut vermischen und sofort servieren, da die Nudeln sonst zu weich werden.





Die Kaiser Haustechnik GmbH unterstützt als Qualitätsdienstleister mit über 35 Jahren Erfahrung und knapp 40 Mitarbeitern Hausbesitzer und Bauherren bei den Themen Heizung, Sanitär, Solar und Energie im Landkreis Landsberg, München und Umgebung. Die angegliederte Kundendienst-Struktur deckt alle haustechnischen Reparaturarbeiten ab. Der Fokus: Energieeffiziente und fortschrittliche Lösungen zu schaffen, die langfristig einen hohen Lebensstandard sichern.

Kaiser Haustechnik GmbH, Industriestraße 25, 86919 Utting am Ammersee
Tel.: 08806/9588330, E-Mail: info@kaiser-haustechnik.com

www.kaiser-haustechnik.com



Rezept für 4-5 Portionen,
Zubereitungszeit 20 Minuten

Bayrische Creme ganz kaiserlich

Zutaten

- 2-3 Blatt weiße Gelatine
- 2 Vanilleschoten
- 3 Eigelb
- 70g Zucker
- 1 Stamperl Schnaps (kann auch weggelassen werden)
- 300 ml Sahne
- Beeren, z.B. Himbeeren oder Johannisbeeren, als optische und geschmackliche Bereicherung

Zubereitung

Die Gelatine in etwas kaltem Wasser für 5 Minuten einweichen lassen. In der Zwischenzeit die Sahne mit dem Zucker steif schlagen. Die weiche Gelatine ausdrücken und langsam in einem kleinen Topf auf dem Herd bei milder Hitze zusammen mit dem Stamperl Schnaps und 2 Esslöffel der geschlagenen Sahne erhitzen, bis die Gelatine sich aufgelöst hat. Die Vanilleschoten aufschneiden und das Vanillemark herauskratzen und der steifgeschlagenen Sahne hinzufügen, wie auch die 3 Eigelbe und die flüssige Gelatine. Mit dem Schneebesen vorsichtig alles vermengen und in eine Schüssel abfüllen. Die Bayrische Creme soll nun einige Stunden im Kühlschrank fest werden. Wer sicher gehen will, dass die Creme gelingt, der durchmischt erneut nach 1 Stunde mit dem Schneebesen die Creme.

Gutes Gelingen und Guten Appetit!



Die Steuerkanzlei MÜLLER & POLZ bietet langjährige Erfahrung in allen betriebswirtschaftlichen und steuerlichen Fragen. Bei unserer Arbeit legen wir großen Wert auf persönliche, ganz individuelle Betreuung und ein hohes Maß an Flexibilität in der Zusammenarbeit mit Ihnen. Immer mit dem Ziel, für unsere Mandanten da zu sein, wenn Sie uns brauchen. Wir vernetzen für Sie Menschen und Aufgaben! Wir können Ihnen bei vielen Aufgabenstellungen helfen. Denn in unserem Netzwerk arbeiten wir ganz eng mit Rechtsanwälten, Wirtschaftsprüfern, international tätigen Steuerberatern und anderen Experten zusammen. Vertrauen Sie einem kompetenten und zuverlässigem Partner – heute und in der Zukunft.

Müller & Polz Steuerberater, Mühlbachstr. 2, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/959 00, E-Mail: info.utting@mueller-polz.de

www.mueller-polz.de



Rezept für 2 Strudel,
Zubereitungszeit 40 Minuten

Apfelstrudel

Zutaten

- 400 g Mehl
- 200 ml Wasser (lauwarm)
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 2kg Äpfel
- 100g Semmelbrösel
- Zimt, Zucker, Rosinen
- Butter zum Bestreichen
- Puderzucker

Zubereitung

Mehl mit Wasser und Öl zu einem glatten Teig verarbeiten. Mit einem Tuch abdecken und in einer Schüssel ½ Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Äpfel schälen und in Scheiben schneiden. Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Teig teilen, ausrollen und über den bemehlten Handrücken vorsichtig ausziehen (möglichst dünn aber keine Löcher!). Dünnen Teig auf ein Geschirrtuch legen und mit der Hälfte der Äpfel, Semmelbrösel, Zimt und Zucker und Rosinen belegen und dabei etwas Rand freilassen. Mit Hilfe des Tuches vorsichtig einrollen und die Enden eindrücken. Dann den zweiten Strudel vorbereiten. Beide Strudel in den Ofen geben und ca. 50-60 Minuten backen. Während der Backzeit 2-3-mal mit Butter bestreichen.

Mit Puderzucker pudern und servieren.



MÜLLER & POLZ
STEUERBERATER



Im Herzen Uttings freut sich unser Familienunternehmen in dritter Generation Sie begrüßen zu dürfen. Bei uns finden Sie auch in schwierigen Zeiten eine zuverlässige und schnell erreichbare Anlaufstelle rund um Ihre individuellen Fragen zur Gesundheit und Gesundheitsvorsorge. Sie können aber auch per Telefon oder über unseren Online-Shop Kontakt aufnehmen und unseren kostenlosen Botendienst nutzen. Wir sind nicht nur mit unserem ganzen medizinischen und pharmazeutischen Wissen für Sie da - bei uns zählt der ganze Mensch!

Ammersee-Apotheke, Carina Hafner, Bahnhofstr. 18, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/7613, E-Mail: info@ammersee-apotheke.de

www.ammersee-apotheke.de



Ergibt ein Blech (25 x 30cm),
Zubereitungszeit 45 Minuten

Schokoladen-Würfel

Zutaten

- 6 Eier
- weiche Butter so schwer wie 3 Eier, ca. 200g
- Zucker so schwer wie 6 Eier, ca. 400g
- 75-100g dunkle Schokolade
- Mehl so schwer wie 3 Eier, ca. 200g
- Puderzucker
- 1 Päckchen Vanillezucker

Zubereitung

Dies ist ein Rezept meiner Urgroßmutter, damals hatten die Eier unterschiedliche Größen. Man wiegt also zunächst die 6 Eier mit Schale ab und berechnet so die notwendigen Zutaten.

Die Butter mit den 6 Eidottern und dem Zucker cremig rühren. Die flüssige Schokolade unterrühren. Das Mehl und den Eischnee von den 6 Eiern unterheben. Auf ein mit Butter gefettetes und mit Mehl bestäubtes Blech (ca. 25 x 30cm) geben und bei mittlerer Hitze (Umluft ca. 160°C) ca. 30 Minuten backen. Mit einem Holzstäbchen die Backprobe machen - es darf kein Teig dran kleben. Noch heiß in Würfel schneiden, die Würfel dann in Puderzucker mit einem Päckchen Vanillezucker wälzen.



Die Firma Garten Bronder wurde 1984 als Garten- und Landschaftsbau-Betrieb gegründet. Wir bieten neben der Neuanlage und Umgestaltung von Gärten auch Gartenpflege sowie Gartenplanungen an. Hierbei sind uns handwerklich einwandfreie Arbeit sowie eine individuelle Gestaltung sehr wichtig. Im Bereich Verkauf haben wir uns in den letzten zehn Jahren zu einem europaweit liefernden Partner von pflanzfertigem Sichtschutz entwickelt. Zuverlässigkeit und guter Service sind uns besonders wichtig. Unser Verkaufs- und Ausstellungsgelände bietet die Möglichkeit, eine große kreative Vielfalt an Gartenzubehör zu entdecken. Wir lieben, was wir tun – und das seit über 35 Jahren!

Garten Bronder, Herbert Bronder, Hofstattstr. 29, 86919 Utting am Ammersee
Tel. 08806/369, E-Mail: gartenbronder@t-online.de

www.garten-bronder.de



Rezept für 1 Backblech,
Zubereitungszeit 20 Minuten

Apfelmus-Kuchen

Zutaten

Mürbeteig

- 250g kalte Butter
- 150g Zucker
- 1 TL Vanillepaste oder
1 Päckchen Vanillezucker
- 2 Eier
- 500g Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Prise Salz

Füllung

- 1 Glas Apfelmus (ca. 720g)

Zuckerguss

- 150g Puderzucker
- 3 Tropfen Rum-Aroma

Zubereitung

Butter, Zucker, Vanillepaste, Eier, Backpulver, Salz in eine Schüssel geben und mit dem Knethaken zu einem glatten Teig verkneten. Teig abdecken und ca. 60 Minuten kaltstellen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen oder einfetten. Teig halbieren und auf dem Backblech ausrollen. Das Apfelmus darüber geben, gleichmäßig verteilen und einen 1 cm Rand übriglassen. Die zweite Teigportion ausrollen und auf das Apfelmus als Deckel legen. Den Deckel mehrmals mit der Gabel einstechen. Kuchen im vorgeheizten Ofen bei 180°C (Ober-/Unterhitze) für ca. 30 Minuten backen. Nach der Backzeit den Kuchen für ca. 30 Minuten auskühlen lassen.

Puderzucker mit Rum-Aroma und Wasser zu einem dickflüssigen Guss verrühren. Über den Apfelmuskuchen streichen und aushärten lassen.



Auf dem Schondorfer Dampfersteg entstand schon manch tolle Idee! Die Agentur Springer macht Werbung und begleitet Unternehmen in allen Bereichen des Marketings bis hin zu Realisierung verschiedenster Produktions- und Beschaffungsaufgaben. Nicht mehr und nicht weniger. Wir sehen uns als kompetenten und flexiblen Rundum-Partner für unsere Kunden. Wir denken und handeln extrem kunden- und lösungsorientiert und setzen auf 100%ige Qualität im Tagesgeschäft. Unsere Intention: Mit klugem Outsourcing der Marketing-Aufgaben können Sie Kosten sparen, Zeit für wesentliche Aufgaben gewinnen und eigenen Stress verringern. Denn man kann nicht in allem perfekt sein und alles allein erledigen!

Agentur Springer, Johann Springer, St. Jakob's Bergerl 2, 86938 Schondorf
Tel. 08192/998 117, E-Mail: info@springer-werbeagentur.de

www.springer-werbeagentur.de



Rezept für 2 Portionen,
Zubereitungszeit 15 Minuten

Kaiserschmarrn

Zutaten

- 2 Eier
- 2 EL Puderzucker
- 100ml Milch
- 100ml Sahne
- 125g Mehl
- 20g Zucker
- 75g in Rum eingelegte Rosinen
- 40g Butter
- 50g Mandelblättchen
- Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung

Eigelb mit Puderzucker schaumig schlagen. Milch, Sahne und Mehl darunter rühren. Etwa 30 Minuten quellen lassen. Das Eiweiß mit dem Zucker steifschlagen und mit den Rumrosinen unter den Teig ziehen. Die Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen und den Teig hineingießen. Pfannkuchen wenden, wenn die Unterseite leicht gebräunt ist. Die Mandelblättchen in die Pfanne streuen. Den Pfannkuchen mit zwei Gabeln zerreißen. Die restliche Butter zugeben und die Pfannkuchenstücke goldgelb ausbacken. Direkt aus der Pfanne mit Puderzucker bestäubt warm servieren.

Tipp: Zum Schluss 2-3 EL Marillenschnaps oder Amaretto über den heißen Schmarrn träufeln.



SPRINGER
WERBUNG · GESTALTUNG · PRODUKTION



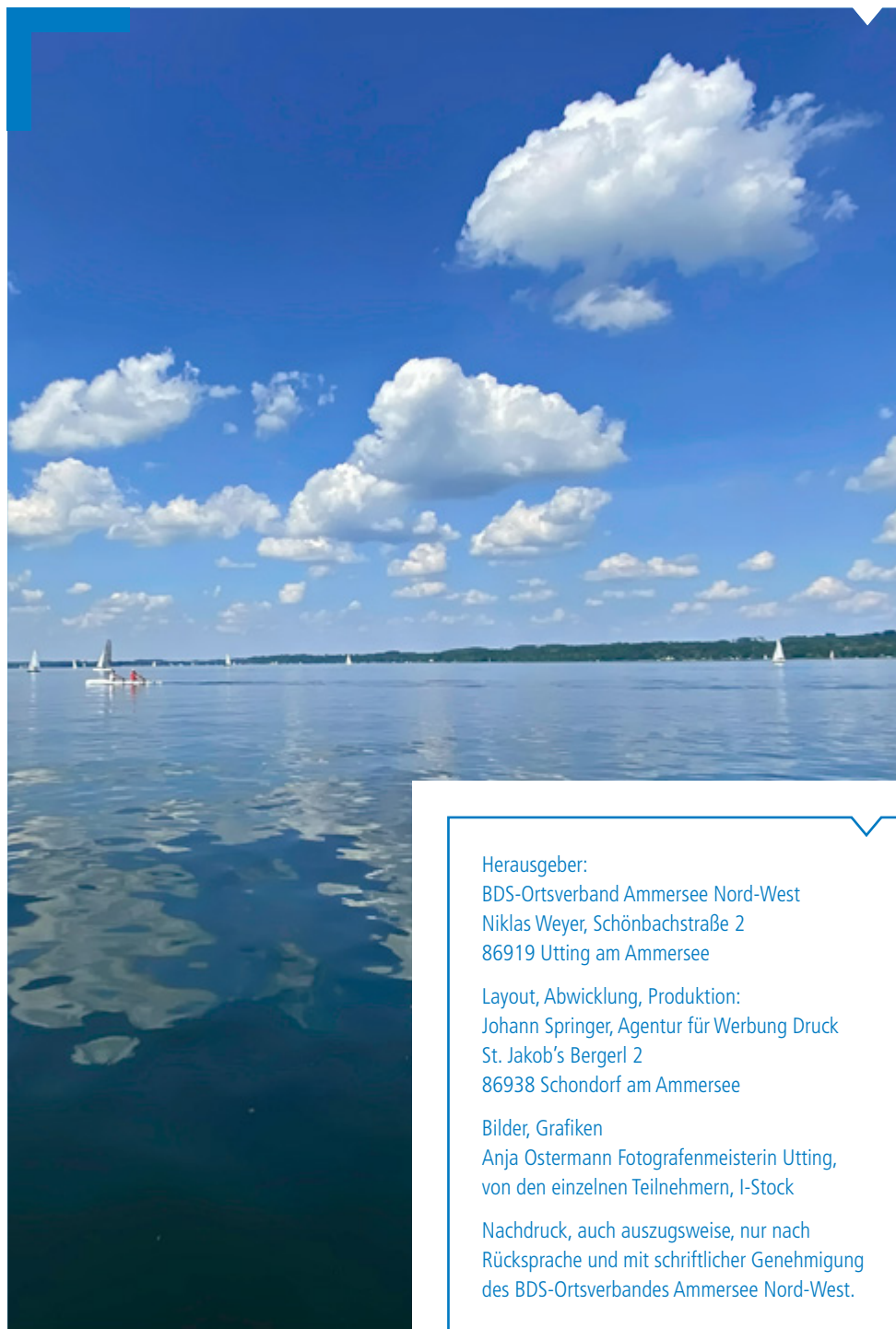
EINE BDS MITGLIEDSCHAFT ZAHLT SICH AUS!

Nehmen Sie es für bare Münze – die attraktiven Einkaufsvorteile des BDS zahlen sich für Sie aus und übertreffen auch schnell einmal den Mitgliedsbeitrag.

Sie benötigen ein neues Auto? Profitieren Sie von den attraktiven Rahmenverträgen. Neue EDV-Anlage ist fällig? Profitieren Sie von den Rabattvereinbarungen. Und viele andere Einkaufsvorteile mehr.

Sie befürchten einen Rechtsstreit? Nutzen Sie die kostenfreie Rechtsberatung und verschaffen Sie sich einen wichtigen ersten Eindruck Ihrer Ausgangslage. Oder lassen Sie Ihre Verträge prüfen, Mitarbeiter-Vereinbarungen und vieles mehr.

Profitieren auch Sie von einem starken Verband: www.bds-bayern.de – werden Sie Mitglied!



Herausgeber:

BDS-Ortsverband Ammersee Nord-West

Niklas Weyer, Schönbachstraße 2

86919 Utting am Ammersee

Layout, Abwicklung, Produktion:

Johann Springer, Agentur für Werbung Druck

St. Jakob's Bergerl 2

86938 Schondorf am Ammersee

Bilder, Grafiken

Anja Ostermann Fotografenmeisterin Utting,

von den einzelnen Teilnehmern, I-Stock

Nachdruck, auch auszugsweise, nur nach

Rücksprache und mit schriftlicher Genehmigung

des BDS-Ortsverbandes Ammersee Nord-West.