

FAMILIE TRAFÖIER



Zu Gast im  
**KUPPELRÄIN**

**Gelebte Nachhaltigkeit in der Sterneküche**

PHILOSOPHIE  
REZEPTE  
INSPIRATIONEN

**ATHESIA**

FAMILIE TRAFÖIER



Zu Gast im  
**KUPPELRAIN**  
Gelebte Nachhaltigkeit in der Sterneküche

PHILOSOPHIE  
REZEPTE  
INSPIRATIONEN

# 11 Einleitung

Authentisch .....	12
Ethik .....	13
Ein schön gedeckter Tisch .....	15
Lebensmittel .....	17
Vinschgau und der Wein .....	18

# 25 Frühling

<b>Die ersten Küchen- und Wildkräuter, die im Frühling in unserem Garten zu finden sind .....</b>	<b>26</b>
<b>Die Rose .....</b>	<b>28</b>
Gebeizter Vinschger Saibling, Kohlrabi und Buttermilch ....	30
Tortelli mit Ziegenfrischkäse und Erbsencreme .....	32
Bio-Huhn, grüner Spargel und Blumenkohl .....	34

## FRÜHLINGS-TELLERDESSERT

Joghurt mit Himbeeren und kandierten Rosenblüten ...	36
Weinbegleitung zum Frühlingmenü .....	40

Kandierte Frühlingsblumen .....	42
Karottenkuchen mit Frühlingsblumen und Eierlikörcreme .....	44
<b>Der Löwenzahn .....</b>	<b>46</b>
Ostereier natürlich färben .....	48
Osterhasen aus Hefesüßteig .....	54
Frühlingshafte Pralinen .....	60
Vinschger Honigtrüffel mit Zitronenthymian .....	62
Himbeertrüffel .....	64
Marzipanpraline mit karamellisierten Mandeln und ligurischer Zitrone .....	66
Nougatosterhasen .....	68
Eierlikörhäschen und -eier .....	70

# 73

## Sommer

Lachsforelle, bunte Rohnen und Tomatenfond .....	74
Kräutergerste mit blauen Kartoffeln und Pfifferlingen .....	76
Pasta .....	78
Grüne mit Melanzane gefüllte Tortelli auf Peperonicreme und Oliven .....	80
Dreierlei vom Schnalser Jungrind, Meraner Pfeffer, Sellerie und Karotten .....	84

### SOMMER-TELLERDESSERT

Vinschger Marille, Mango und Passionsfrucht .....	88
Weinbegleitung zum Sommermenü .....	92

Biskuit-Omeletts mit Vinschger Marille .....	96
Vinschger-Marillen-Knödel mit Vanillesauce .....	100
Selbst gemachtes Eis am Stiel mit Vinschger Kirschen .....	104
Bunte Frucht- und Blütensalze aus Gartenschätzen .....	106
Sommerliche Kaffeetafel im Freien .....	108
Rosmarin-Crème-brûlée .....	110
Vinschger-Himbeer-Herzen .....	110
Panna cotta mit Vinschger-Marillen-Fruchtspiegel .....	112
Käsekuchen mit Erdbeersauce .....	114
Zitronenröllchen .....	116
Haselnusseis am Stiel .....	118
Himbeereis am Stiel .....	118

# Inhalt

# 121 Herbst

<b>Kabis (Weißkohl)</b> .....	122
Kastaniensuppe mit Buchweizenknödeln. ....	124
Mit Kürbis gefüllte Tortelli, Kürbiskerne und Käsefonduta. . .	126
Zweierlei vom Reh mit Pastinake und Birne .....	128

## HERBST-TELLERDESSERT

Bio-„Arabica“-Kaffee, Piemonteser Haselnüsse und weiße Schokolade.....	130
Weinbegleitung zum Herbstmenü .....	134

Quittensenf .....	136
<b>Strudel mit Vinschger Äpfeln</b> .....	140
Apfelstrudel mit Ziehteig .....	142
Apfelstrudel aus Mürbeteig .....	143
<b>Rohren (Rote Bete)</b> .....	144
<b>Hippen</b> .....	146
Hippenröllchen .....	147
Verschiedene Hippenornamente .....	147
<b>Holunder-Balsamicoessig</b> .....	148
<b>Traditionelle Südtiroler Krapfen</b> .....	150
<b>Südtiroler Kastanienherzen</b> .....	154
<b>Himbeeren</b> .....	158
<b>Himbeertörtchen mit Preiselbeeren und Vinschger Ziegenjoghurt</b> .....	160
<b>Waldhimbeerlikör</b> .....	164

# 167 Winter

Rindstatar, Radicchio, Fenchel und schwarzer Knoblauch ...	168
Pochiertes Ei mit Kartoffelschaum, Spinat und Speck-Popcorn.....	170
Entenbrust mit Topinambur, Polenta und Bio-Kräuterseitlingen .....	174
Sauce – Grundrezept.....	176

## WINTER-TELLERDESSERT

Vinschger Birne, Kokosnuss, Fleur de Sel und Zartbitterschokolade .....	178
Weinbegleitung zum Wintermenü .....	182

Südtiroler Zelten .....	184
<b>Weihnachten</b> .....	<b>190</b>
Walnusslebkuchen .....	192
<b>Weihnachtsbäckerei</b> .....	<b>194</b>
Funkelnde Schneeflocken oder Schneebumen .....	196
Goldglänzende Weihnachtsterne .....	198
Feine Marzipan-Erdbeer-Herzen .....	200
Duftende Kaffeesterne.....	202
Spitzbuben und -madelen .....	204
Omas Vanillekipferl .....	206
„Eisenbahner“ .....	208
Mürbes Schokoladenspritzgebäck .....	210
Zuckerschneeflocken .....	212

<b>Hinweise und Informationen, die beim Lesen und Kochen hilfreich sein könnten</b> .....	<b>216</b>
<b>Kleines Küchenlexikon</b> .....	<b>217</b>
<b>Autoren</b> .....	<b>218</b>
<b>Register</b> .....	<b>220</b>

# Inhalt







# Einleitung



# Authentisch

Aller Anfang ist schwer. Das musste das junge Paar Sonya und Jörg erfahren, als es 1988 das Kuppelrain in Kastelbell übernahm. Das Gasthaus war, gelinde gesagt, etwas abgewirtschaftet. Und die Lage war auch nicht gerade vorteilhaft, so abseits vom Dorfkern. Sie sollten eine Pizzeria daraus machen, riet ein Wirtschaftsberater. Doch die beiden wollten etwas Eigenes aufbauen, nach ihren Vorstellungen – und ernteten dafür bestenfalls ein mitleidiges Lächeln.

Aber wie das halt so ist bei richtigen Vinschgern wie Sonya und Jörg: Sie haben Fantasie, Fleiß und ein starkes Durchhaltevermögen. Vielleicht sprang auch ein Funke des Genius Loci, also der besonderen Aura des Ortes, auf das junge Paar über.

Das Kuppelrain war nie ein Ortsgasthaus mit honorigem Dorfpublikum. Als das Unternehmen Montecatini die Druckstollen für das E-Werk baute, fanden sich dort die italienischen Arbeiter *per un bicchiere* ein. Das Kuppelrain hatte ein ganz besonders Publikum – wer weiß schon, warum? –,



nämlich Künstler und Originale: Robert du Parc, Hans Ebersperger, Karl Frühauf und Karl Plattner kehrten hier ein; der *Lottermaler* Alois Kupe- rion zahlte mit einem *Bildl* sein *Glasl* und der ewig klamme Sigmund Graf Hendl hatte weder *Bildl* noch Budget, bekam trotzdem sein *Glasl* und ließ halt aufschreiben.

Die besondere Aura des Ortes hat viel vom Vinschgau und seinen Gegensätzen. Die Kargheit des Sonnenbergs steht im Kontrast zum verschwenderischen Grün und Orte der Stille und Idylle existieren gleich neben dem Durchgangsverkehr, den es hier schon immer gab: Er hat die Menschen geformt, ihren Blick geschärft und ihnen Mut gemacht für Neues.

Und Neues wollten Jörg und Sonya mit ihrem Kuppelrain. Die Aufbaujahre waren kein Zuckerschlecken, um im kulinarischen Jargon zu bleiben. Aber so wie bei den Gegensätzen im Tal das Schöne überwiegt, überwog auch bei ihnen der Erfolg alle Anfangsmühen. Begegnungen verflochten sich zu Lebenslinien. Zur ersten Vinschger Weinkost nahm Pepi Tischler Sonya mit: Du verstehst etwas von Wein! Und wie! Über die Vinschger Weine verliebte sich Sonya in den Wein. So sehr, dass sie als erste Frau Italiens vom Michelin Guide Italy mit dem Sommelier Award 2022 ausgezeichnet wurde. Wo Kontraste sind, entsteht Charakter. Eine starke Persönlichkeit spricht aus den Texten in diesem Buch, fest verwurzelt und doch mit Weitblick und Lust auf Neues. Hier spricht eine Frau, die ihren Weg gefunden hat und sich für alles Kreatürliche engagiert, die ohne kulinarisches Chichi Dinge beim Namen nennt. Berührend sind die Kindheitserinnerungen, die Prägung durch die Eltern, besonders die Lebenseinstellung ihrer Mutter begleitet Sonya bis heute. Ethik am Herd ist keine Marketingfloskel wie vielleicht andernorts, sondern gelebtes Handeln. Sonya und ihre Familie sind mutig neue Wege gegangen. Die Rezepte sind kompositorische Kunstwerke, authentisch und gern mit einem Hauch Fernweh veredelt. Garniert mit einer Prise Poesie.

*Sebastian Marseiler*

# Ethik

Wir setzen auf Ethik in der Aufzucht und Verwendung von Fleisch sowie auf die heimische Produktion. Vor vielen Jahren kam ein schneidiger Milchbauer aus dem Schnalstal im Kuppelrain vorbei und pries seine kleinen Mini-Milchkälbchen an, die er für unseren Speiseplan schlachten lassen würde.

Ich fragte ihn beiläufig, ob er sich nicht schäme, uns so ein Angebot zu machen, und ob er unseren Standpunkt und unsere Lebenseinstellung nicht kenne. Er erschrak über meine Worte, die sicherlich nicht sehr nett waren. Aber wenn es ums Tierwohl geht, kenne ich keinen Kompromiss. Seit ich denken kann, haben meine Mutter und ich immer wieder Tiere gerettet, gesund gepflegt und ihnen eine Heimat gegeben – das ist bis heute so geblieben.

Walter, der Milchbauer vom Millnhof, hat sich meine Standpauke sehr zu Herzen genommen. Er gibt seine acht Wochen alten Kälbchen oder die kleinen Stiere nicht mehr an den Schlachthof ab. Es kam so weit, dass er andere Milchbauern dazu gebracht hat, ihm die Tiere zu überlassen, um sie aufzuziehen. Einige glückliche dürfen sogar bei der Mutter bleiben, bis sie groß und stark sind. Die Jungtiere leben so bei guter Luft und auf grünen Wiesen mit Blumen und Wildkräutern länger in Freiheit – selbst wenn es nur auf Zeit ist. Aber diese Tiere sehen die Sonne, den Mond und erleben die Natur –, das bedeutet für uns Respekt gegenüber den Schlachttieren.

Warum erleben kleine Kälbchen/Stiere, aber auch Milchlämmer und Kitze so viel Leid? Damit eine Kuh ihre Milchleistung hält, muss sie kalben. Ist das Kälbchen ein Stier, hat es so gut wie keine lange Überlebenschance. Im Alter von drei Wochen wird es abgeholt, zusammen mit anderen Tieren in Viehtransporter gepfercht und in die Versteigerungshalle gefahren. Die Mehrzahl der versteigerten Tiere wird gemästet und mit acht Wochen geschlachtet.

Für viele dieser Tiere in Südtirol ist der Schlachthof die Endstation, was oft eine Gnade ist, wenn man die unzumutbaren Zustände und das Tier-

leid beim Weitertransport der Tiere sieht. Denn sobald das Kälbchen oder auch eine brave Kuh, die ihr Leben lang Milch produzieren musste, bei der Versteigerung ankommt, endet die Verantwortlichkeit des Bauern. Er bekommt keine Information, wohin das Tier verkauft wurde oder was mit ihm weiter passiert.

Eine andere Sache, die wir nicht gutheißen, ist das weiße Kalbfleisch, dessen Produktion bei uns in Südtirol Gott sei Dank mittlerweile verboten ist. Es ist nicht nur nicht gesund, denn das weiße Fleisch deutet auf einen Eisenmangel und Blutarmut hin, sondern – und wir werden nicht müde, darauf hinzuweisen – das rosarote Fleisch eines älteren Tieres schmeckt auch viel besser!

Mit dieser Ansicht sind wir nicht allein, denn in den Augen vieler Restaurantbetreiber ist weißes Kalbfleisch nicht nur eine große Verschwendung, da ein so kleines, junges Tierchen nur wenig Fleisch bringt, sondern sie finden es auch moralisch verwerflich.

Daher essen wir und auch unsere Gäste im Kuppelrain kein Fleisch, das auf diese Weise erzeugt wird. Wir Verbraucher müssen sensibler werden, die Augen aufmachen und bereit sein, einen angemessenen Preis zu bezahlen, damit sich etwas ändert.

Wenn man bedenkt, dass Kühe, die keine Milchleistung bringen müssen, eine Lebenserwartung von 20 Jahren haben, (Hochleistungs-)Milchkühe jedoch nur siebeneinhalb Jahre leben, dann wird man nachdenklich. Damit der Milchbauer seine Kühe liebevoll begleiten kann und nicht auf Turbomilch setzen muss, braucht es mehr Wertschätzung für das Tier und das Produkt. Schon deshalb wäre es an der Zeit, dass der Verbraucher für einen Liter Milch auch das Doppelte bezahlt. Der Mehrwert sollte dem Bauern zugutekommen, der meistens mit der ganzen Familie auf dem Hof arbeitet und, um seine Kosten zu decken, alles aus den armen Kreaturen herausholen muss. Momentan ist der Verdienst eines kleinen Viehbauern jedenfalls zu gering. Es wäre mein Traum, dass der Milchbauer das gleiche Einkommen erhält

# Die Rose

Über die Rose gibt es unendlich viele Geschichten und Märchen. Sie gilt als Königin der Blumen und wird so oft besungen wie kaum eine andere Pflanze. Die Wildrose existiert seit Millionen von Jahren und wurde vor Jahrtausenden von den Menschen veredelt und als Zierpflanze kultiviert. Im antiken Griechenland galt sie als Symbol für Liebe und Schönheit. Allerdings kann die Rose dem Liebhaber mit ihren Dornen auch Schmerzen zufügen, denn es gibt keine echten Rosen ohne Stacheln. Doch Rosen sind nicht nur schön anzuschauen, sie besitzen auch wertvolle Heilkräfte, die wir nutzen können.

Ich erinnere mich gerne an meine Kindheit und Jugend zurück. Damals haben meine Eltern mit Begeisterung Gärten angelegt und unser Zuhause war innen und außen immer voller Blumen, die Rose durfte dabei natürlich nicht fehlen. Als ich ein junges Mädchen war, zeigte mir meine *Mam*, wie ich sie liebevoll nannte, die von ihr gesammelten Blumensträußchen und Gestecke, die sie mit viel Liebe und Hingabe zusammengestellt hatte, um unser Zuhause schön zu dekorieren. Manchmal half ich ihr dabei, obwohl ich diese Aufgabe eher langweilig fand. Heute denke ich oft an diese Zeit und die Worte meiner Mutter, die sagte: „Weißt du, Sonnele, heute brauchst du das Wissen, wie man die Blumen steckt, vielleicht nicht, aber

wenn du es später einmal brauchen solltest, dann kannst du darauf zurückgreifen und selber schöne Blumendekorationen zusammenstellen.“ Als ob meine geliebte Mama geahnt hätte, dass die Herstellung von Blumenschmuck einmal zu meiner täglichen Aufgabe werden würde.

Wenn ich in der warmen Jahreszeit am Morgen den Garten vor unserem Haus betrete und mich die Rosen in vielerlei Farben und Formen anlachen, geht mir das Herz auf. Und auch unsere Gäste tragen, wenn sie an den Rosen vorbei zu uns ins Restaurant kommen, ein Lächeln im Gesicht. Vielleicht ist es nur die Vorfreude auf einen schönen Abend, vielleicht aber auch, weil sie die Königin der Blumen mit ihrem Duft geküsst hat.



# Gebeizter Vinschger Saibling, Kohlrabi und Buttermilch

## Saibling

400 g Saiblingsfilets

200 g Salz

20 g Zucker

100 ml Apfelsaft

30 ml Wasser

Olivenöl

Die Saiblingsfilets entgräten, vom Fett befreien und die Haut ablösen.

Zucker und Salz vermischen und den Saibling darin wenden. Auf einen Teller geben, mit Frischhaltefolie abdecken und 4 Stunden im Kühlschrank beizen.

Anschließend den Saibling von der überschüssigen Beize befreien und in einen Behälter mit Rand legen. Mit Apfelsaft und Wasser übergießen und 2 weitere Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Den Saibling aus der Flüssigkeit nehmen, trocken tupfen und mit Olivenöl bestreichen. Bis zum weiteren Gebrauch kalt stellen.

## Kohlrabi

500 g Kohlrabi

150 ml Apfelessig

250 ml Wasser

20 g Zucker

10 g Salz

1 Lorbeerblatt

Den Kohlrabi putzen, in etwa 1 mm dicke Scheiben schneiden und in ein Weckglas (à 500 ml) schichten.

Die restlichen Zutaten in einem Topf einmal aufkochen lassen und den Sud über den Kohlrabi gießen. Das Glas gut verschließen und mindestens 24 Stunden ziehen lassen.

## Buttermilch

300 ml reine Buttermilch

10 ml Holunderblütensirup

10 ml Apfelessig

Salz

Buttermilch, Holunderblütensirup und Essig verrühren und mit Salz abschmecken.

## Zum Anrichten

4 Radieschen

frische Kräuter

frischer Meerrettich

Den Saibling in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden.

In die Mitte eines jeden Tellers 4–5 Scheiben legen. Den Kohlrabi links und rechts dazulegen und alles mit dünnen Radieschenscheiben und Kräutern garnieren.

Frischen Meerrettich darüberhobeln und die Buttermilch nach Geschmack am Tisch angießen.







# Pasta

Die Herstellung von Nudelteig ist sehr einfach und man braucht nur wenige Zutaten. Man kann entweder alles auf einmal in eine Rührschüssel geben und in der Küchenmaschine mit dem Knethaken zu einem Teig verkneten oder man verknetet die Zutaten per Hand so lange, bis der Teig geschmeidig ist. Anschließend muss der Teig wenigstens 1 Stunde gut verpackt ruhen. Wir vakuumieren unseren Teig dazu, aber daheim kann man ihn einfach in Klarsichtfolie wickeln.

Den fertigen Nudelteig kann man bis zur Weiterverarbeitung 1-2 Tage im Kühlschrank lagern oder einfrieren und 24 Stunden vor der Verwendung langsam im Kühlschrank auftauen lassen.

Besonders schön sind eingefärbte Nudelteige, für die es in diesem Buch einige Beispiele gibt.

## Klassischer Nudelteig – Grundrezept

Für etwa 6 Portionen

250 g Weizenmehl  
250 g Hartweizenmehl  
4 Bio-Eier  
10 ml Olivenöl  
1 TL Salz  
evtl. kaltes Wasser

## Veganer Wildkräuternudelteig

Für etwa 7 Portionen

200 g blanchierte und pürierte Wild- oder Gartenkräuter  
100 g blanchierter und pürierter Spinat  
250 g Weizenmehl  
250 g Hartweizenmehl  
10 ml Olivenöl  
1 TL Salz  
evtl. kaltes Wasser

## Dinkelnudelteig

Für etwa 6 Portionen

250 g Dinkelmehl  
250 g Hartweizenmehl  
4 Bio-Eier  
10 ml Olivenöl  
1 TL Salz  
evtl. Wasser

## Veganer roter Nudelteig

Für etwa 7 Portionen

250 g gekochte und fein pürierte Rohnen (Rote Bete)  
250 g Weizenmehl  
250 g Hartweizenmehl  
10 ml Olivenöl  
1 TL Salz  
evtl. kaltes Wasser



### **Brauner Nudelteig**

Für etwa 6 Portionen

- 200 g Weizenmehl
- 250 g Hartweizenmehl
- 50 g ungesüßtes Kakaopulver
- 4 Bio-Eier
- 10 ml Olivenöl
- 1 TL Salz
- evtl. kaltes Wasser

### **Kloazen-Nudelteig**

Für etwa 7 Portionen

- 250 g Weizenmehl
- 250 g Hartweizenmehl
- 100 g Kloazenmehl (Mehl aus getrockneten Birnen)
- 4 Bio-Eier
- 10 ml Olivenöl
- 1 TL Salz
- evtl. kaltes Wasser

# Haselnusseis am Stiel

► Für etwa 5 Stieleisformen (à 90 ml)

150 ml Sahne

70 g Zucker

40 g pasteurisiertes Bio-Eigelb

85 g Haselnusspaste

Die Sahne steif schlagen und kalt stellen. Zucker und Eigelb mit der Küchenmaschine cremig aufschlagen und die Haselnusspaste unterrühren. Die geschlagene Sahne vorsichtig unterheben und die Masse in Stieleisformen füllen. Die Eisstiele hineinstecken und etwa 4 Stunden einfrieren.

## Anrichten

temperierte Zartbitterkuvertüre (70%)

geröstete, zerkleinerte Piemonteser Haselnüsse

Das Eis aus den Formen nehmen und in die temperierte Kuvertüre tauchen. Mit Haselnüssen garnieren.

# Himbeereis am Stiel

► Für etwa 5 Stieleisformen (à 90 ml)

150 ml Sahne

30 g Zucker

40 g pasteurisiertes Bio-Eigelb

85 g Himbeerpüree

Die Sahne steif schlagen und kalt stellen. Zucker und Eigelb mit der Küchenmaschine cremig aufschlagen und das Himbeerpüree unterrühren. Die geschlagene Sahne unter die Himbeermasse heben und die Masse in Stieleisformen füllen. Die Eisstiele hineinstecken und etwa 4 Stunden einfrieren.

## Anrichten

temperierte weiße Kuvertüre

fettlösliche rosa Lebensmittelfarbe

Zuckerstreusel

Die temperierte Kuvertüre mit der rosa Farbe vermischen. Eventuell mit dem Stabmixer vorsichtig mixen, dabei darauf achten, dass keine Luft eingearbeitet wird.

Das Eis aus den Formen lösen, in die Kuvertüre tauchen und mit Zuckerstreuseln garnieren.



## WEINBEGLEITUNG ZUM HERBSTMENÜ

### **Weißwein**

#### → *Südtirol Vinschgau Solaris*

Zu den Gerichten des Herbstmenüs passen ein Vinschger oder auch eine Cuvée aus Solaris, Muscaris und Sauvignier Gris. Das sind neue PIWI-Weißweinsorten, d.h. Weine aus Rebsorten mit einer starken Widerstandsfähigkeit gegen den Echten und Falschen Mehltau. Wegen dieser Resistenz können PIWI-Rebsorten nachhaltig angebaut werden. Die Vinschger PIWI-Weine sind etwas ganz Besonderes und – zumindest die guten – rar.

Der Anbau dieser gegen Pilzerkrankungen sehr widerstandsfähigen Sorten ist ein sehr wichtiger Bestandteil einer ökologischen, biodiversen und – nicht zu vergessen – klimafreundlichen Landwirtschaft. Da die Reben sehr robust sind, brauchen sie außer Pflege nicht viel mehr. Bis heute sind etwa 40 verschiedene Sorten bekannt. Wenn man sich mit diesen Rebsorten auseinandersetzt, fängt man an, diese Weine zu lieben. Manche sind beim Trunk etwas gewöhnungsbedürftig und noch ausbaufähig. Aber sie tragen wesentlich zum nachhaltigen, naturnahen und zukunftsfähigen Weinbau in unserer wunderschönen Kulturlandschaft bei.

### **Rotwein**

#### → *Südtiroler Lagrein Riserva*

Der Lagrein ist hier in Südtirol zu Hause, es ist ein Rotwein der Extraklasse. Sorgfalt, die richtigen Lagen, optimale Bodenbedingungen und viel Können im Keller bringen herausragende, kräftige Weine hervor. Die Kombination aus intensiven Aromen – Herzkirschen, Beerenfrüchte und der Duft von Schokolade – und konzentrierten samtigen Tanninen, aber auch der robuste Körper machen diesen Wein zu einem Genuss für Rotweinliebhaber. Es ist beeindruckend, welche außergewöhnlichen großen Lagrein-Gewächse es in Südtirol gibt und wie gut die Lagerfähigkeit dieser Weine ist.







# Sauce – Grundrezept

1 kg Knochen oder Karkassen  
(Rind, Reh oder Ente, je nachdem welche Sauce  
zubereitet wird)  
300 g Bio-Karotten  
3 Zwiebeln  
300 g Knollensellerie  
10 ml Sonnenblumenöl  
1 kg Fleischabschnitte  
(Rind, Reh oder Ente, je nachdem welche Sauce  
zubereitet wird)  
100 g Tomatenmark  
100 ml Balsamicoessig  
750 ml Rotwein  
3 l Wasser  
10 g Pfefferkörner  
10 g Wacholderbeeren  
2 Lorbeerblätter  
Salz  
Maisstärke



## Schritt 1

Knochen bzw. Karkassen im Backofen bei 170–180 Grad Umluft etwa 30–40 Minuten schön braun rösten.



## Schritt 4

Das Tomatenmark hinzufügen und leicht mitrösten.



## Schritt 7

Die Knochen, Pfefferkörner, Wacholderbeeren und Salz zum Saucenansatz geben.



### Schritt 2

Karotten, Zwiebeln und Knollensellerie putzen und in grobe Würfel schneiden. Das Öl in einem großen Topf erhitzen und das Gemüse darin rösten.



### Schritt 3

Fleischabschnitte dazugeben und ebenfalls schön rösten.



### Schritt 5

Mit Balsamicoessig ablöschen und die Flüssigkeit vollständig verkochen lassen.



### Schritt 6

Mit Rotwein und Wasser aufgießen.

### Schritt 8

Die Sauce mindestens 5 Stunden köcheln lassen. Je länger sie köchelt, desto intensiver wird die Jus.

### Schritt 9

Die Sauce durch ein Passiertuch gießen und auf etwa 1 Liter einreduzieren.

### Schritt 10

Falls die Konsistenz zu flüssig ist, die Sauce mit etwas Maisstärke binden.

Die Sauce kann – je nach Geschmack – noch mit Preiselbeeren, Zartbitterkuvertüre, Honig, Portwein oder Balsamicoessig verfeinert werden.



WINTER-TELLERDESSERT

**Vinschger Birne, Kokosnuss,  
Fleur de Sel und  
Zartbitterschokolade**

▷ Für etwa 4–6 Personen

### Schokoladenbrösel mit Fleur de Sel

- 40 g Butter
- 55 g Mandelmehl
- 40 g Weizenmehl
- 30 g Zucker
- 10 g Maisstärke
- 1 Prise Zimt
- 1 gute Prise Fleur de Sel
- 30 g Kakaopulver

Butter schmelzen und zusammen mit den restlichen Zutaten in die Küchenmaschine geben. Mit dem Flachrührer zu einer bröseligen Masse verrühren. Falls die Masse zu klebrig ist, noch etwas Mandel- oder Weizenmehl einarbeiten. Eventuell die Masse in ein Sieb geben und so lange schütteln, bis die Brösel schön rund sind.

Brösel auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche verteilen und im Backofen bei 160 Grad Umluft 17 Minuten backen.

### Kokos-Espuma

- 1 Blatt (5 g) Gelatine
- 300 g Kokospüree
- 200 ml Sahne
- 1 EL Rum

Gelatine etwa 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Kokospüree und Rum in eine Schüssel geben.

Die gut ausgedrückte Gelatine mit etwas von der Kokos-Rum-Mischung in einem kleinen Topf vorsichtig erwärmen, bis sie sich aufgelöst hat. Vorsichtig unter die restliche Kokos-Rum-Mischung rühren. Die kalte Sahne zufügen und vermischen.

Die Flüssigkeit durch ein Sieb in einen Sahnesyphon gießen und nacheinander zwei Sahnekapselfen aufschrauben. Gut schütteln und kalt stellen.

### Vinschger Birnen

- 200 ml Wasser
- 50 g Zucker
- 2 Sternanis
- ¼ Zimtstange
- ¼ Vanilleschote
- 1 Bio-Zitrone, Saft und Schale
- 2 Vinschger Birnen

Wasser, Zucker, Sternanis, Zimt, Vanille, Zitronensaft und -abrieb in einem Topf verrühren.

Die Birnen waschen, schälen und mit einem Parisienne-Ausstecher kleine runde Kugeln ausstechen.

Die Birnenkugeln in den Topf geben und alles 2 Minuten kochen lassen. Vom Herd nehmen, mit einem Deckel abdecken und auskühlen lassen. Bis zur Verwendung kalt stellen.

### Dunkle Namelaka

- ½ Blatt (2,5 g) Gelatine
- 185 g Zartbitterkuvertüre (70%)
- 100 ml Milch
- 10 g flüssige Glukose
- 200 ml kalte Sahne

Gelatine etwa 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Die Zartbitterkuvertüre hacken und in eine Schüssel geben.

Die Milch aufkochen und die Glukose sowie die gut ausgedrückte Gelatine dazugeben und so lange rühren, bis sich die Gelatine aufgelöst hat. Die Milch-Gelatine-Mischung nach und nach über die Schokolade gießen und mit einem Gummispatel so lange rühren (Achtung: immer nur in eine Richtung!), bis eine homogene Masse entstanden ist.

Die kalte Sahne dazugeben und mit einem Stabmixer untermixen. Die flüssige Masse in einen Behälter umfüllen und mit Klarsichtfolie abgedeckt mindestens 12 Stunden (oder über Nacht) kalt stellen. Danach sollte die Namelaka die perfekte, spritzfähige Konsistenz haben. Wenn nicht, die Masse in der Küchenmaschine aufschlagen.

Namelaka in einen Spritzbeutel füllen und bis zur Verwendung kalt stellen. Sie bleibt auch bei Kühlschranktemperatur spritzfähig.

# Spitzbuben und -madelen

- ▶ Für etwa 45 Stück (zusammengesetzt)
- ▶ **Backzeit:** etwa 12 Minuten bei 150 Grad Umluft

## Teig

(Mürbeteig siehe Rezept Seite 196)

Den Mürbeteig portionsweise in der Küchenmaschine mit dem Knethaken weich kneten. (Achtung: Nicht zu lange kneten, damit der Teig nicht warm wird!)

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und mit einem Spitzbuben-Ausstecher Kekse ausstechen. Bei der Hälfte noch einen kleinen Kreis in der Mitte ausstechen. Die Kekse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Backofen bei 150 Grad Umluft etwa 12 Minuten hell backen. Auskühlen lassen.

## Fertigstellung

Vinschger-Marillen-Marmelade

Staubzucker

Vinschger-Himbeer-Marmelade

temperierte Zartbitterkuvertüre

hausgemachtes Rosenblütengelee

temperierte weiße Kuvertüre

getrocknete Bio-Rosenblüten

Die Kekse können auf verschiedene Weise fertiggestellt werden:

- ▶ Mit Marillenmarmelade füllen und mit Staubzucker bestreuen.
- ▶ Mit Himbeermarmelade füllen und den Deckel (Keks mit Loch) in Zartbitterkuvertüre tauchen.
- ▶ Mit Rosenblütengelee füllen und die Deckel in weiße Kuvertüre tauchen und mit Rosenblüten verzieren.









## **Hinweise und Informationen, die beim Lesen und Kochen hilfreich sein könnten**

- ▶ Lesen Sie die Rezepte vor dem Backen oder Kochen genau durch und stellen Sie sicher, dass Sie alle Zutaten zu Hause haben.
- ▶ Die Größe der Portionen ist, bis auf einzelne Backrezepte, für einen Gang in der Menüfolge berechnet.
- ▶ Falls Sie nur ein Gericht servieren möchten, sollten Sie die Menge der Zutaten gegebenenfalls verdoppeln.
- ▶ Die Rezepte sind, falls nicht anders angegeben, immer für 4 Personen gedacht.

## Bibliografische Information

### der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet abrufbar: <http://dnb.d-nb.de>

1. Auflage 2024

© Athesia Buch GmbH, Bozen

**Lektorat:** Kathrin Kötz, Auer

**Fotos:** Julia Lesina Debiasi, Kastelbell

außer Seite 67 unten: [stock.adobe.com](https://stock.adobe.com) – A. and I. Kruk

**Design & Layout:** Athesia-Tappeiner Verlag

**Bildbearbeitung:** Typoplus, Frangart

**Druck:** Printer Trento

**Papier:** Umschlag Wibalin Buckram, Innenteil Magno Natural

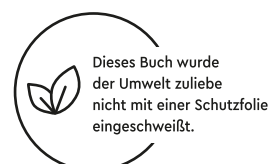
Gesamtkatalog unter

[www.athesia-tappeiner.com](http://www.athesia-tappeiner.com)

Fragen und Hinweise bitte an

[buchverlag@athesia.it](mailto:buchverlag@athesia.it)

ISBN 978-88-6839-736-4





Küche, Patisserie, Weinkunde und die Philosophie der Selbstversorgung, Regionalität, Saisonalität und Nachhaltigkeit – diese Bereiche kombiniert Familie Trafoier nicht nur in diesem Buch, sondern jeden Tag aufs Neue in ihrem Restaurant Kuppelrain. Verwurzelt, naturverbunden, bodenständig – die Mentalität, die die gesamte Familie lebt, spiegelt sich in den zahlreichen Rezepten, den Geschichten und auch den Fotos wider. Tauchen Sie ein in eine wunderschöne Welt, in der jedes Lebewesen seinen Platz hat und jedes Lebensmittel geschätzt wird.

Die einzelnen Gerichte der Menüs – eingeteilt in vier Jahreszeiten – sind sorgfältig ausgewählt und die Zubereitung Schritt für Schritt beschrieben. Jedes Kapitel beinhaltet neben köstlichen Desserts, Pralinen oder saisonale Besonderheiten wie eine kleine Weihnachtsbäckerei oder Osterleckereien.

Ob zum Nachkochen oder zur Inspiration – dieses Buch ist ein Geschenk für alle Genießer!

