

## Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah?

Schwerpunkt-Thema dieses Programms sind die Netzwerke von „Frau Kaufmann“. Wenn ich über die vielen Möglichkeiten der regionalen Zusammenarbeit nachdenke, muss ich auf dieses viel strapazierte Goethe-Zitat zurückgreifen, denn passender kann man meine Philosophie kaum ausdrücken.

### **Regionale Produzenten: Kochen im Einklang mit der Natur**

Bei den Zutaten, die bei „Frau Kaufmann“ in den Kochtopf kommen, bin ich sehr wählerisch. Sie müssen frisch und jahreszeitlich aktuell sein und mit natürlichen Methoden in der näheren Umgebung hergestellt werden. Da nur reifes Obst und Gemüse eine gute Qualität haben können, ist nicht alles zu jeder Zeit verfügbar. Auch beim Fleisch muss man Kompromisse machen und sich nach dem Angebot richten. Das ist nicht schwierig, denn man braucht nicht immer genau das, was im Rezept steht. Überraschungen beim Einkaufen können ein Glücksfall sein und die Phantasie beim Kochen anregen.

Bei der Auswahl der Produzenten nehme ich mir Zeit und vertraue weniger auf formale Zertifikate als auf meine persönlichen Eindrücke. Da ich wissen will, wie meine Zutaten hergestellt werden, ist mir der direkte Kontakt zu den Menschen wichtig, die hinter den Produkten stehen. Die führende österreichische Ernährungswissenschaftlerin Hanni Rützler bringt meine Überzeugungen treffend auf den Punkt, wenn sie die zukünftigen Geschmacksrichtungen unseres Essens mit Nähe, Emotionalität, Identität und Sinn beschreibt.

Die Liste meiner regionalen Produzenten findet sich unter [www.frau Kaufmann.at](http://www.frau Kaufmann.at).

### **Bregenzerwälder Handwerk: Regionale Wertschöpfung**

Bei der Einrichtung von „Frau Kaufmann“ habe ich voll auf die Betriebe aus der Region gesetzt. Sie erfüllen jene hohen Ansprüche an Funktion und Gestaltung, die mir auch fürs Kochen ein Anliegen sind. Vom Zimmerer über den Maler bis zum Polsterer kamen ausschließlich Bregenzerwälder Handwerker zum Einsatz. Mit Küchenaccessoires und Kleinmöbeln, die ich in meinem künftigen Laden verkaufen will, sollen die Kooperationen noch vertieft werden.

### **Juppokaschto: Früh-Stubat im Engel**

Ein kultureller Beitrag zur Vernetzung in der Region ist der „Juppokaschto“, mit dem der Verein „einfach wälderisch“ am 5. März startet. Jeden ersten Samstag im Monat wird dieser historische Kasten für die Bregenzerwälder Tracht bei „Frau Kaufmann“ im Engel geöffnet. Der „Juppokaschto“ ist einerseits Möbel für Juppenteile und andererseits Symbol für gesellige Begegnungen. Dazu werden Getränke und einfache Speisen angeboten.

Die Veranstaltungsreihe von März bis Juli steht unter dem Motto „**Die Juppe von Kopf bis Fuß**“. An den Juppokaschto-Samstagen können alle Interessierten den Engel auch außerhalb einer Kochrunde besuchen. **Nähere Informationen unter [www.waelderisch.at](http://www.waelderisch.at).**

## Aus dem „Frau Kaufmann“-Gästebuch:

*Das wunderschöne Ambiente vom Engel und die vielen Kleinigkeiten, die liebevoll von dir hergerichtet wurden, haben diese Kochrunde zu einem ganz besonderen Teamabend gemacht. Nicht zu vergessen, dass eine typische Wälderköchin mit dem natürlich-herzlichen Charme alle für sich begeistern konnte!*  
**Patricia Eugster, Schreiber Foods Europe Wangen**

*Wälderisch kurz und bündig: Das Weihnachtessen bei dir war ein echtes Erlebnis – weiter so!*  
**Helmut Dietrich und Much Untertrifaller, Architekten**

*Ein toller Abend in bezaubernden Räumlichkeiten. Heimische Produkte und traditionelle Rezepte haben uns zum Nachkochen animiert. Wir kommen gerne wieder.*  
**Harald Pritzi, Raiffeisenlandesbank Bregenz**

*Bis zum Haubenkoch dürfte es zwar noch ein bisschen dauern, das war aber auch nicht das Ziel unserer Einsteigerkochrunde. Gelernt und gelacht haben wir sehr viel. Vor allem hat das unter Profianleitung selbst Gekochte hervorragend geschmeckt. Frau Kaufmann hat sich als geniale und geduldige Lehrmeisterin erwiesen.*  
**Siegfried Mäser, PR-Berater**

**Falls Sie selbst Appetit auf Kochen und Essen bei „Frau Kaufmann“ haben oder einen Gutschein für eine Kochrunde verschenken wollen, bin ich für Sie da:**

#### **Karin Kaufmann**

Frau Kaufmann  
A-6863 Egg, Buchenrain 339  
+43 (0)676 49 54 144  
[karin@frau Kaufmann.at](mailto:karin@frau Kaufmann.at)  
[www.frau Kaufmann.at](http://www.frau Kaufmann.at)

MIT UNTERSTÜTZUNG VON



Europäischer Landwirtschaftsfonds  
für die Entwicklung des ländlichen  
Raums: Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete.



**GAGGENAU**

**mary rose**  
AUSTRIA



**Frau  
Kaufmann**

Kochen lernen wie zu Hause.

# Kochen für jeden Tag

März – Juli 2011

Wir kochen die 4-Gang-Menüs nach alten Rezepten, original oder mit zeitgemäßen Änderungen. Die Beilagen richten sich nach dem aktuellen Marktangebot.

Jeder ist bei allen Gängen dabei, kocht entweder selbst oder schaut einfach zu. Die Gerichte werden laufend gegessen, wenn sie fertig sind.

Die Kochrunde beinhaltet die Rezepte, einen Aperitif, das Menü mit Weinbegleitung sowie eine Kostprobe für zu Hause.

**Die Termine sind jeweils am Mittwoch von 17.30 bis ca. 22.30 Uhr, zum Teil zusätzlich am Donnerstag.**

## 21 Kalb, Knödel und Vanille

Meine Mama kocht mit uns das begehrteste Hochzeitsessen der Wohlstandsgesellschaft der 50er und 60er Jahre. Wer etwas auf sich hielt, musste es auftischen. Damals hat man montags geheiratet und schon vor der Messe im Gasthaus eine Morgensuppe gegessen, das üppige Menü folgte am Mittag.

**Frühlingssalat  
Hochzeitsuppe mit Backerbsen, Brät- und Leberknödel  
Gefüllte Kalbsbrust, Kalbsnierenbraten, Reis und Gemüse  
Charlotte**

**Mi 16. 3. 11, mit Weinbegleitung: € 124,-  
Do 17. 3. 11, mit Weinbegleitung: € 124,-  
Frühbucherpreis bis 28. 2. 11: € 109,-**

## 22 Geflügel, Bärlauch und Polsterzipfel

Bei mir kommen nur die Wälderhennel von Karl-Heinz Karu aus Sulzberg auf den Teller. Er füttert sie hauptsächlich mit Getreide statt mit dem günstigeren Mais, dadurch wird die Haut schön weiß und das Fleisch etwas dunkler und saftiger.

**Bärlauchschaumsuppe  
Geflügelleber-Mousse, Gemüse-Sülze, selbst gemachtes Toastbrot  
Huhn mit Gemüse im Wok, unter der Haut gefülltes Huhn mit Jus  
Polsterzipfel**

**Mi 30. 3. 11, mit Weinbegleitung: € 112,-  
Frühbucherpreis bis 28. 2. 11: € 99,-**

## 23 Fisch, Zitrone und Gugelhupf

Fische schmecken am besten, wenn sie fast noch zappeln, wenn man sie in die Pfanne wirft. Man muss essen, was anbeißt, frisch aus dem Bodensee natürlich. Wenn sich mal ein Fischer mit einer schönen Forelle aus der Bregenzerach bei mir meldet, kommen Ostern und Weihnachten zusammen.

**Zitronenschaumsuppe  
Gebackener Fisch mit Zitronenmayonnaise  
Forelle und Felchen mit Petersilienjus, Morchelkuchen  
Gugelhupf**

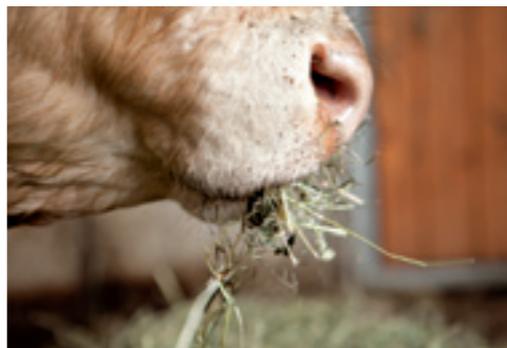
**Mi 13. 4. 11, mit Weinbegleitung: € 124,-  
Frühbucherpreis bis 28. 2. 11: € 109,-**

## 24 Käse, Liebstöckel und Rhabarber

Wer einen eigenen Garten hat, ist achtsamer mit Naturprodukten. Mir geht es zum Beispiel so beim Rhabarber. Er hat bei mir einen guten Halbschattenplatz. Wenn er jedes Jahr praktisch von selbst wieder kommt, ernte ich ihn fast ehrfürchtig.

**Liebstöckelschaumsuppe  
Nudeln mit Morcheln und Spargel  
Käsekuchen, Spinat-Käseknödel, Blattsalate  
Zweierlei vom Rhabarber**

**Mi 27. 4. 11, mit Weinbegleitung: € 99,-  
Frühbucherpreis bis 31. 3. 11: € 89,-**



## 25 Rind, Spargel und Topfen

Die meisten im Handel erhältlichen Topfen eignen sich nur für Topfenwickel. Das Beste, was einem Topfen passieren kann, ist hingegen, von der Familie Kohler in Au ohne Chemie hergestellt zu werden.

**Liebstöckel-Mousse  
Spargel mit Sauce Hollandaise, Kartoffeln  
Gespickter Rindsbraten, Rösti, Gemüse  
Dreierlei vom Bregenzerwälder Topfen**

**Mi 11. 5. 11, mit Weinbegleitung: € 124,-  
Frühbucherpreis bis 31. 3. 11: € 109,-**

## 26 Kalb, Spargel und Erdbeere

Von unserer Zeit in der Spargelstadt Lüneburg sind wir verwöhnt. Wir wohnten neben einem Spargelfeld und holten das Gemüse jeden Tag taufisch. Nach 24 Stunden wurde der Spargel nur noch für Suppe verwendet.

**Kalbstatar mit frischem Toastbrot  
Spargelschaumsuppe  
Kalbskarree im Ganzen, Kalbsschnitzel  
mit Salbei, Kartoffeln, Gemüse  
Zweierlei von der Erdbeere**

**Mi 25. 5. 11, mit Weinbegleitung: € 124,-  
Do 26. 5. 11, mit Weinbegleitung: € 124,-  
Frühbucherpreis bis 31. 3. 11: € 109,-**

## 27 Kitz, Kartoffel und Kirsche

Das Kitzfleisch bekomme ich von Urs Schwarz. Er ist Personalmanager in der Leuchtenindustrie und züchtet in seiner Freizeit auf einer abgelegenen Alpe im Lecknertal Burenziegen. Sein abendliches Fitnessprogramm im Sommer: ins Gsäß laufen und Ziegen füttern.

**Klare Suppe vom Kitz  
Croque Monsieur mit Kitzschinken  
Ragout und Kotelett vom Kitz, Kartoffelgratin  
Zweierlei von der Kirsche**

**Mi 8. 6. 11, mit Weinbegleitung: € 112,-  
Frühbucherpreis bis 31. 3. 11: € 99,-**

## 28 Schwein, Kohlrabi und Nudeln

Bei der Zubereitung dieses Kultmenüs der modernen Damen der 50er Jahre begleitet uns die Langenegger Schweinefleisch-Produzentin Sonja Gmeiner. Sie beschreibt das Leben ihrer Ferkel auf dem Weg zum Schnitzel und klärt uns über wertvolle Gustostücke jenseits der teuren Filets auf.

**Liebstöckel-Mousse  
Kohlrabischaumsuppe  
Hamburger vom Jungschwein  
Mailänder Schnitzel mit Tomatennudeln  
und Erbsen  
Gebrannte Vanillecreme**

**Mi 29. 6. 11, mit Weinbegleitung: € 112,-  
Frühbucherpreis bis 31. 3. 11: € 99,-**

## Das Einmaleins: Kochen für Einsteiger

Manchmal kommt mir vor, viele beginnen beim Kochen mit dem schwierigen Wurzelziehen, bevor sie das wesentlich einfachere Zusammenzählen beherrschen.

Für alle, die sich mit den Grundfertigkeiten der Alltagsküche auseinandersetzen und einfach Freude am Kochen erleben wollen, biete ich die dreiteiligen Einsteiger-Kochrunden an.

Auf der Speisekarte stehen Gerichte wie Klare Suppen, Grießknödel, Spätzle, Gemüse, Salate, Kartoffeln, Geschnetzeltes, Braten, Schnitzel, Reisfleisch, Hacklaibchen, Kompott, Hefeteig, Schokomousse und Kuchen.

**Frühling  
29. 3. / 12. 4. / 10. 5. / Di von 17.30 bis 22.30  
31. 3. / 14. 4. / 12. 5. / Do von 17.30 bis 22.30**

**Sommer  
7. 6. / 28. 6. / 5. 7. / Di von 17.30 bis 22.30  
9. 6. / 30. 6. / 7. 7. / Do von 17.30 bis 22.30**

**Drei Kochrunden mit 4-Gang-Menü,  
Aperitif, Kaffee und Rezepten: € 198,-  
mit Weinbegleitung: € 243,-**