

## **Soulfood – Die Theater-Kochshow**

Wiener Küche mit Schauspieler und Sänger Hans Neblung und Gastgeber Lars Tietje  
14. Februar 2023 im Fischkochstudio Bremerhaven

### Frittatensuppe: das österreichische Original

*Die Zutaten gelten für 4 Portionen.*

2 Eier  
250 ml Milch  
150 g Mehl  
1 Prise Salz  
Pfeffer  
5 El Pflanzenöl  
1 ½ l Rinderbrühe  
½ Bund Petersilie  
½ Bund Schnittlauch

1. Für die Frittaten die Eier zusammen mit der Milch verrühren. Dann das Mehl nach und nach untermischen. Alles mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Teig zu Pfannkuchen ausbacken. Pfannkuchen auf Küchenpapier abtropfen lassen und in Streifen schneiden.
2. Rinderbrühe kurz aufkochen und mit Salz, Pfeffer, Schnittlauch und Petersilie abschmecken. Dann die Frittaten zugeben und servieren

## Wiener Heringsschmaus

Die Zutaten gelten für 7 Portionen.

500 g Hering  
500 g Kartoffeln (festkochend)  
5 Karotten  
1 Ei  
170 g Erbsen  
1 Zwiebel  
350 ml Rapsöl  
1 Prise Salz  
1 Prise Pfeffer  
1 TL Senf  
5 Essiggurken  
2 Becher Joghurt

1. Die Heringe werden aus der Packung genommen, unter kaltem Wasser abgewaschen und in mundgerechte Stücke geschnitten.
2. Währenddessen lassen Sie die Kartoffeln in einem Topf mit heißem Salzwasser für 20-25 Minuten kochen. Sobald sie gar sind, werden sie entnommen und in Scheiben geschnitten.
3. Die Karotten werden geschält und in kleine Würfel geschnitten. Die Zwiebel wird ebenfalls geschält und in fein gehackt. Zuletzt wird noch der Apfel entkernt und gemeinsam mit der Gurke in kleine Stücke geschnitten.
4. Alle Zutaten kommen nun in eine große Schüssel und werden gut miteinander vermischt.
5. Für die Mayonnaise wird das Ei mit dem Mixer aufgeschlagen. Anschließend wird unter stetigem Rühren das Öl hinzugegossen. Anschließend wird Salz, Pfeffer und Senf abgeschmeckt und alles mit dem Joghurt verrührt. Zuletzt wird die Mayonnaise in die Schüssel geleert und alles gut vermischt.

### Wiener Fiakergulasch

600 g Rindfleisch (Waldschinken)  
600 g Zwiebel(n), feinblättrig geschnitten  
100 g Öl  
2 TL Paprikapulver (Rosenpaprika)  
1 Schuss Essig  
1 TL Salz  
4 Ei(er)  
4 Stück(e) Wurst (Frankfurter), kleine  
4 Gurke(n) (Pfeffergurkerl, Gewürz o. Essiggurkerl)  
etwas Butter (Fett), zum Anbraten

1. Pflaumen entkernen und in grobe Stücke schneiden. Anschließend in einem Topf mit Zucker vermengen und Wasser dazugeben, bis die Pflaumen damit abgedeckt sind. Die Mischung ca. 15-20 Min. einkochen lassen.
2. In der Zwischenzeit Mehl, Milch, Eier und Salz in einer großen Schüssel zu einem Teig vermengen.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen und mit einer Schöpfkelle kleine Portionen des Teigs in die Pfanne geben und von beiden Seiten goldbraun braten.
4. Nun das Pflaumenkompott mit etwas Zimt abschmecken und mit Palatschinken servieren.

### Alt-Wiener Semmelknödel

*Die Zutaten gelten für 4 Portionen.*

5 Semmel(n), altbacken (ca. 270 g)  
250 ml Milch  
1 Ei(er)  
Salz  
1 große Zwiebel(n), fein gehackt  
1 Bund Petersilie, fein gehackt  
70 g Butter  
50 g Mehl, griffiges

Die Semmeln in 1 cm große Würfel schneiden und mit gesalzener Eiermilch übergießen. Durchmischen und einige Zeit ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln in Butter goldbraun rösten. Die Zwiebeln mit Butter und Petersilie unter die Semmelmasse mengen, zum Schluss das Mehl leicht daruntermischen. Mit nassen Händen Knödel formen und diese 15 Minuten leicht in Salzwasser köcheln lassen. Nicht abdecken.

Tipp: Knödel zerfallen nicht so leicht und bleiben schön rund, wenn in das Kochwasser etwas Stärkemehl gegeben wird.

Unser Tipp: Man kann aus einem Teil Knödelwasser entweder eine gute Suppe machen oder das Wasser zum Gemüse Aufgießen verwenden.

## Palatschinken mit Zwetschgenröster

Die Zutaten gelten für 4 Portionen.

6 Zwetschge  
3 EL Zucker  
125 g Mehl  
250 ml Milch  
2 Eier  
1 TL Salz  
Wasser  
Zimt  
Öl zum Braten

1. Zwetschge entkernen und in grobe Stücke schneiden. Anschließend in einem Topf mit Zucker vermengen und Wasser dazugeben, bis die Zwetschge damit abgedeckt sind. Die Mischung ca. 15-20 Min. einkochen lassen.
2. In der Zwischenzeit Mehl, Milch, Eier und Salz in einer großen Schüssel zu einem Teig vermengen.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen und mit einer Schöpfkelle kleine Portionen des Teigs in die Pfanne geben und von beiden Seiten goldbraun braten.
4. Nun das Zwetschgenkompott mit etwas Zimt abschmecken und mit Palatschinken servieren.