

WINTER 2023/24

# fruchtiger

DAS **FRUCHTHOF** MAGAZIN FÜR GENIESSER  
DER GENIESSERMARKT

EINFACH BESSER

BROTBUBEN | FRANKS OLIVEN | FRISCHEPARADIES | HÖRTNAGL | RESTAURANT FISCHIFF | THAI KITCHEN

DER SPEZIALITÄTEN-MENÜ-ABEND IM HAUBENRESTAURANT FISCHIFF

# EIN GENUSS-ABEND DER EXTRAKLASSE

DAS RESTAURANT  
FISCHIFF-TEAM ENT-  
FÜHRT SIE IN EINE MIT  
VIEL FINGERSPITZEN-  
GEFÜHL ABGESTIMMTE  
GESCHMACKSWELT.  
GENIESSEN SIE EIN  
EXKLUSIVES, EIGENS  
FÜR DIESEN ABEND  
KREIERTES, MEHR-  
GÄNGIGES MENÜ.

SAMSTAG, 20.01.2024  
KRUSTENTIER-MENÜ

SAMSTAG, 20.04.2024  
FRÜHLINGS-MENÜ

SAMSTAG, 18.05.2024  
SPARGEL-ERDBEER-MENÜ



RESERVIERUNG UNTER TEL. 0512/262664-20

Limitierte Teilnehmerzahl! Kosten: 120 €, Weinbegleitung wird auf Wunsch angeboten.

## An jedem ersten Montag im Monat...

...GIBT ES MIT GENUSSKARTE\*

### -15 % AUF DAS GESAMTE SORTIMENT IM FRISCHEPARADIES!



\* Ihre persönliche Genusskarte können Sie kostenlos online unter [www.fruchthof.at](http://www.fruchthof.at) oder direkt im Markt beantragen. Mit Genusskarte profitieren Sie von regelmäßigen Angeboten und besuchen unsere Veranstaltungen und Events zum ermäßigten Preis.



AM 8. DEZEMBER VON  
10.00 – 16 UHR GEÖFFNET!

## Liebe Geniesserinnen, liebe Geniesser!

**DER FRUCHTHOF IST SEIT JEHER** weit mehr als ein Lebensmittelhandel. Mehr als ein Geschäft. Die Produkte, die Sie bei uns finden, sind handverlesen. Das Sortiment im FrischeParadies wird regelmäßig erweitert und jedes der neuen Produkte, das wir in unsere Genussfamilie aufnehmen, wird von uns getestet. Und das macht uns viel Freude. Genauso, wie es uns Freude macht, neue Produkte zu kreieren, zu erschaffen: Bäckermeister Markus Lener, der seine Handwerkskunst in die Entwicklung neuer Brot- und Gebäcksorten steckt. Sabine Triebert, die mit viel Liebe neue Dips und Soßen kreiert. Hörtnagl, der seiner Linie, ausschließlich heimisches Fleisch für seine Spezialitäten zu verwenden, treu bleibt. Chefkoch Reinhard Hamun, der mit seinem Team im Fischiff aus besten Produkten spannende Kreationen erschafft.

**ALL DAS MACHT UNS BESONDERS.** Und deshalb sind wir mehr als „nur“ ein Geschäft. Wir sind ein Team aus Experten, aus leidenschaftlichen Handwerkskünstlern. Und genau das möchten wir Ihnen vermitteln, wenn Sie den Fruchthof betreten: Kommen Sie mit Neugierde. Lassen Sie sich überraschen und verführen. Lassen Sie sich verzaubern von der prallen Vielfalt, von besten Produkten, von einzigartigen Lebensmitteln. Haben Sie Freude an Genuss – so wie wir.

Ihr Fruchthof-Team

SAVE THE DATE

### Komm zum Gewürz- tasting!

Am 12. Dezember 2023 & 16. Jänner 2024,  
jeweils von 14–15 Uhr, nehmen wir euch mit  
auf eine Geschmacksexpedition und zeigen euch,  
wie der Einsatz von Gewürzen ein Gericht auf ein  
neues Level bringt.

Anmeldung im Fruchthof unter  
Tel. 0512 262664. Max. 15 Teilnehmer,  
die Teilnahme ist kostenlos.

Siehe Seite 10

#### Impressum.

Herausgeber: Fruchthof Handels GmbH, Josef-Wilberger-Str. 19, 6020 Innsbruck, Tel. 0512-262664, [office@fruchthof.at](mailto:office@fruchthof.at), [fruchthof.at](http://fruchthof.at);  
Konzept, Grafik & Redaktion: storylines – Sonja Niederbrunner, Friedhofweg 7, 6063 Rum, [office@storylines.at](mailto:office@storylines.at), [storylines.at](http://storylines.at);  
Fotos: Andreas Friedle ([andreasfriedle.at](mailto:andreasfriedle.at)); Sonja Niederbrunner. Druck: Druckerei Ferdinand Berger & Söhne GmbH

fruchtiger

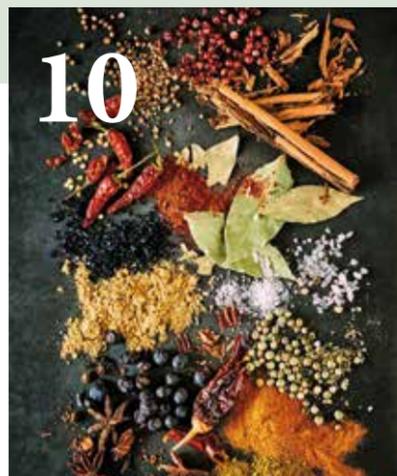
4



6



10



12



# Einfach BESSER

## WAS MACHT DEN UNTERSCHIED?

Wir, der Fruchthof, heften uns gerne an die Fahnen, dass unsere Produkte besser sind, unsere Auswahl größer, die Vielfalt enorm. Andere halten dagegen: Aber das hat auch seinen Preis. Wir sagen: Es hat seinen Wert. Und am Ende ist billiger gekauft oft teurer bezahlt. Wir erklären, weshalb das so ist und zeigen Ihnen einige unserer unglaublich vielen Produkte, auf die wir stolz sind – wenn Sie sie probiert haben, werden Sie verstehen, warum.



Ob Crevetten oder Riesengarnelen, Black oder White Tiger, ob frisch oder schonend tiefgefroren und damit jederzeit einsatzbereit – bei uns gibt es Garnelen in jeder Fassung, von bester Qualität aus extensiver Zucht, garantiert unbehandelt und ohne Zusätze, Antibiotika oder sonstige oft hinzugefügte, gewebeanreichernde Substanzen. Den Unterschied sehen Sie bereits bei der Zubereitung und schmecken werden Sie ihn natürlich auch.

Gutes hat seinen Preis, sagt man gemeinhin, Wir drücken es anders aus: Gutes hat seinen Wert. Manchen Dingen gestehen wir diesen Wert selbstverständlich zu – ein Ferrari ist besser als ein Kleinwagen, auch wenn beide fahren. Ein Markenprodukt beinhaltet mehr Qualität als ein No-Name-Label – ob dahinter nun ausgeklügeltes Marketing steckt oder es tatsächlich besser ist, sei dahingestellt. Doch in Sachen Lebensmitteln gilt diese Regel kaum, zumindest nicht bei unverarbeiteten bzw. unverpackten Produkten. (Übrigens: Bei uns kaufen Sie tatsächlich noch Stückware. Sie brauchen zwei Karotten und eine Zwiebel und nicht ein Kilo davon? Bitteschön, haben wir) Oft kann der Verbraucher noch eruieren, woher die Produkte kommen, nicht aber, wie sie produziert wurden. Und genau darin liegt der Unterschied. Massenware ist billig zu haben – doch billig bedeutet nicht immer auch wertig. Und wertig bedeutet auch nicht immer teuer. Es geht um eine prinzipielle Philosophie, und bei uns im Fruchthof ist die klar definiert: Klasse statt Masse. Klasse in Sachen Herkunft, in Sachen Produktion, in Sachen Qualität, Geschmack und

Frische und Klasse in Sachen Vielfalt. Genau das versuchen wir tagtäglich unter Beweis zu stellen. Denn all das macht einen Unterschied, den Sie sehen, riechen, fühlen und schmecken.

**TESTEN SIE UNS – UNS ALLE.** Der Fruchthof als Gemeinschaft mehrerer Partner hat sich voll und ganz der Qualität verschrieben. Und wer bei uns einkauft, wird es immer wieder tun. Weil bessere Lebensmittel einen Unterschied machen – nicht erst beim Essen, sondern bereits beim Einkauf und bei der Zubereitung. Beispiel gefällig? Nehmen wir Garnelen. Dieses Produkt bekommen Sie mittler-

weile überall, zumindest tiefgekühlt. Garnelen aus Massenproduktion – aufgrund der nicht artgerechten Haltung mit Antibiotika vollgepumpt – müssen schnell verfügbar sein, was bedeutet: Sie werden schnell und in Massen gezüchtet. Das geht zu Lasten der Qualität – viele erhältliche Garnelen haben nur noch einen niedrigen Eiweißgehalt, dafür aber etwas anderes: viel Wasser. Durch das Wasser erhöht sich das Gewicht, das Produkt wird also teuer. Und es hat auch Auswirkungen bei der Zubereitung: Denn in der Pfanne hat man weniger Garnele (Garverlust), dafür aber viel Wasser, und die Garnelen können nicht schön gebraten werden. Am Ende war also ein „günstiges“ Produkt teuer bezahlt. Und geschmeckt? Hat es auch nicht.

**UND DAS MACHT DEN UNTERSCHIED.** Wirklich Gutes ist wertvoll – weil es rar ist. Weil es uns als Nahrung gut tut, denn: Du bist, was du isst. Wir laden Sie ein, sich persönlich davon zu überzeugen. Und das persönlich meinen wir ernst: Wir Fruchthofianer:innen stehen Ihnen, unseren Kund:innen, jederzeit gerne mit Rat zur Seite. Und auch probieren ist bei uns erlaubt! Auf den folgenden Seiten zeigen wir Ihnen eine kleine Auswahl an Produkten, die Sie auch woanders bekommen. Aber nicht in dieser Qualität. Nicht in dieser Vielfalt. Und nicht mit diesem Geschmack. Und das macht sie besser. ■

## Good to know!

Gefrorene Garnelen gib es in verschiedenen Verarbeitungen:

- Ganze Garnelen mit Kopf, Darm und Schale
- ohne Kopf, mit Darm und Schale
- ohne Kopf, ohne Darm und mit Schale
- ohne Kopf, ohne Schale und entdarmt

Ungeschälte Garnelen eignen sich hervorragend für Zubereitung auf dem Grill oder in der Pfanne, da die Schalen Röstaromen entwickeln und das Fleisch vor zu hoher Hitze schützen und zart halten. Bei Garnelen ohne Kopf mit Schale wurde auch der Darm entfernt. Somit können Sie diese Garnelen ebenfalls in der Schale braten und danach das Fleisch problemlos herausdrehen. Das Schwanzsegment kann für einen Krustentierfond verwendet werden. Entdarimte Garnelen ohne Kopf und Schale sind wiederum perfekt für Fischsuppen.

## GARNELEN AUS TIROL

Bei uns erhältlich sind  
auch die Alpengarnelen  
aus Thaur!



DIE FRUCHTHOF-PHILOSOPHIE: KLASSE IN SACHEN HERKUNFT, IN SACHEN PRODUKTION, IN SACHEN QUALITÄT, GESCHMACK UND FRISCHE. KLASSE IN SACHEN VIELFALT. GENAU DAS VERSUCHEN WIR TAGTÄGLICH UNTER BEWEIS ZU STELLEN. DENN ALL DAS MACHT EINEN UNTERSCHIED, DEN SIE SEHEN, RIECHEN, FÜHLEN UND SCHMECKEN.

**Lachs, der Klassiker.**  
Sowohl frisch als auch geräuchert ist Lachs ein Massenprodukt. Das erste Qualitätsmerkmal ist – gerade bei frischem Lachs – der Geruch. Ein wirklich wertiges und frisches Produkt riecht nicht. Auch in der Textur und im Geschmack kann man den Unterschied sofort feststellen: Das Fleisch erstklassigen Lachs ist saftig und weich, und trocknet beim Garen nicht aus, sofern es richtig zubereitet wird. Und selbstverständlich bekommen Sie unseren Lachs auch in Sashimi-Qualität. Das bedeutet: Sie können ihn roh verzehren. Wir versprechen: Sie werden hin und weg sein.

BEI UNS GIBT ES LACHS UND VIELE ANDERE FISCHSORTEN IN SAHIMI-QUALITÄT!

Von Hand filetiert, gesalzen & geräuchert!



**Wir lieben Pasta!** Und ja, es gibt enorme Qualitäts- und Geschmacksunterschiede! Die Produkte des kleinen Familienbetriebs Martelli aus der Toskana sind ein gutes Beispiel dafür. Durch das langsame Mischen des Teiges, der nur aus bestem Hartweizenmehl und frischem Wasser besteht, die Pressung durch spezielle Bronze-Formen und die langsame und schonende Trocknung, die 50 Stunden dauert, werden die Nudeln besonders gut und vor allem porös an der Oberfläche. Dadurch verbinden sie sich auch viel besser mit der Nudelsauce. Und der „Biss“ ist einzigartig!



Wertvolle Zutaten brauchen keine Geschmacksverstärker und auch keine Hefe. Galgant gibt der klaren Suppe den Extra-Pfiff. Perfekt für die kalte Jahreszeit und nicht nur als Suppenbasis genial, sondern auch zum Würzen verschiedenster Gerichte.

**Eine echte Ananas** muss süß sein, und so saftig, dass allein schon der austretende Fruchtsaft beim Reinbeißen förmlich eine Geschmacksexplosion auslöst. Bei den meisten erhältlichen Früchten ist das Gegenteil der Fall: Unreif geerntet, entfalten sie ihren Geschmack niemals richtig, sind saftlos und schmecken nach wenig. Anders ist das bei Ananas, die bereits reif geerntet werden. Unmittelbar nach der Ernte werden sie per Flugtransport an ihren Bestimmungsort transportiert – und schmecken genau so, wie Mutter Natur das vorgesehen hat. Wie Urlaub.



**Vielfalt ist Trumpf!** Die finden Sie bei uns bei allen Produkten: Sortenreichtum ist nicht nur ein Garant für Diversität, sondern auch für eine abwechslungsreiche und aromatische Küche. Denn diese Tomaten schmecken wirklich nach Tomaten! Und sie kaufen genau so viele, wie Sie benötigen.

Oliven? Bekommt man doch überall. Mag sein. Aber solche Oliven nicht: Bei Frank's Oliven werden exzellente französische, griechische, spanische und marokkanische Köstlichkeiten natürlich und per Hand verarbeitet und mit besten Zutaten veredelt. Aromatische Kräuter und französischer Knoblauch geben den letzten Schliff. „Was wir in unserer Olivenmanufaktur mit Liebe zubereiten, braucht den Vergleich nicht zu scheuen“, sagt Chefin Sabine Triebert.



**Huhn ist nicht gleich Huhn.** Das weiß man aber nur, wenn man den Unterschied geschmeckt hat. Unsere Maishähnchen macht nicht nur ihr Geschmack so besonders, sondern auch ihre Aufzucht – die wiederum den Geschmack bestimmt. Denn sie sind eine alte und langsam wachsende, robuste Rasse, die in tierfreundlicher Freilandhaltung – natürlich ohne Antibiotika – im Département Les Landes, einer der idyllischsten Gegenden Südfrankreichs, aufwächst. Das Ergebnis ist eine deutlich feinere und fettarme Fleischstruktur, die zum saftigen Aroma des Hähnchens beiträgt. Durch eine besondere Fütterung bildet sich auch die typische maisgelbe Farbe des Hähnchenfleisches heraus: Das Carotin, welches in Mais enthalten ist, färbt das Fleisch gelb.



**Hörtnagl** setzt voll und ganz auf heimisches Fleisch. Dessen Herkunft lässt sich bis zum Bauern zurückverfolgen. Das zarte Rindsfilet punktet mit schöner, magerer Marmorierung, die perfekte und fachmännische Verarbeitung des edlen Rohmaterials garantiert Gustostücke frei von Flachsen und Sehnen. Von den Metzgermeistern bekommen die Filets dann mit ausgesuchten Gewürzen und hausgemachten Marinaden auch noch ihren letzten Geschmacksschliff verpasst. Und für die perfekte Zubereitung gibts natürlich jede Menge Tipps und Tricks direkt beim Einkauf.

So geht Geflügel!

QSFP Marensin Geflügel schmeckt sehr aromatisch und hat eine besonders feine Fleischstruktur. Es ist sehr eiweißreich und gleichzeitig auch fett- und wasserarm. Perfekt für die Zubereitung im Ofen oder auf dem Grill!





**Schon gewusst?**  
Das Parisette der Brotbuben wird auch im Restaurant Fischiff gereicht!

**Dieses Brot braucht Zeit.** Das Parisette ist eines der zahlreichen Meisterstücke der Brotbuben. Markus Lener lebt das Traditionshandwerk bis heute, weil er weiß: Echtes Brot braucht von manchem mehr (etwa Vorteige und Langzeitführung) – und von anderem weniger bzw. gar nichts (zum Beispiel Triebmittel und andere Zusatzstoffe). „Unser Parisette wird tatsächlich noch richtig langzeitgeführt“, erklärt der Bäckermeister.

Nachdem der Vorteig gemacht wurde, wird der gemischte Teig 24 Stunden lang bei 4°C gelagert, erst dann wird das Parisette auf Stein gebacken. „Durch das lange Führen und die Vorteige entwickeln sich der feine Geschmack, eine schöne, lockere Porung und eine unvergleichliche Kruste. Der herrliche Biss des Brotes ergibt sich aus der Mischung von Weizen- und Hartweizenmehl. Und natürlich verwenden wir auch für dieses Brot unsere Natursole.“



„Ein echter griechischer Voskos-Schafkäse besteht aus Schaf- und Ziegenmilch“, erklärt uns Franks Oliven-Expertin Sabine Triebert. Die meisten Produkte werden hingegen aus Schaf- und Kuhmilch hergestellt. Den Unterschied schmeckt man deutlich! Den Käse gibt es bei Frank`s Oliven in einer milden und in einer würzigen Variante – beiden gemein ist das feine Aroma und eine herrliche Cremigkeit. Der Käse – mit bestem Olivenöl aus Kreta und aromatischen Kräutern mariniert, wird für euch frisch von Sabine eingepackt!



**Ihr liebt es scharf?** Dann ist das was für euch: Dieses Peperoncino-Öl ist eines der wenigen, das diesen Namen auch tatsächlich verdient. Denn während in herkömmlichen Ölen lediglich die Früchte eingelegt werden und das Öl deren Aroma aufsaugt, werden hier die Peperoncini, gleich Oliven, gepresst. Es wird also nicht aromatisiert, sondern es steckt tatsächlich die ganze Fruchtessenz drin!

**SEELENWÄRMER, MAGENSCHMEICHLER**  
In der Thai Kitchen kommt ausschließlich frische Ware aus dem FrischeParadies in die Töpfe und Pfannen. Wenn die Ausgangsprodukte schon so gut sind, kann mit viel Kochliebe nur noch etwas besseres daraus werden.  
Etwa die original thailändische Rindfleisch-Nudelsuppe: In einem großen Topf verschmelzen bestes Rindfleisch und reichhaltige Rinderknochen, aromatischer Sternanis, eingelegter Knoblauch, würzige Sojasauce und weißer Rettich zu einer herrlich kräftigen Brühe, die mit Reismudeln, Sojasprossen, Gemüse und Koriander vollendet wird. Gibt es nur in den Wintermonaten!



Bei uns sucht ihr euch eure Lieblingsstücke aus und nehmt so viel, wie ihr braucht!

*Kastanien brauchen das richtige Maß an Hitze und Feuchtigkeit, um perfekt zu werden. Doch natürlich hängt es in erster Linie an der Qualität der Früchte, ob sie schmecken: Frische Maroni sind schwer, fest und glänzend. Lässt sich die Schale der rohen Maroni hingegen eindrücken, ist das Fruchtfleisch oft schon verdorben.*



**Zum Weinen süß.** Die in Kalabrien beheimatete Cipolla Rossa di Tropea – eine geschützte Herkunftsbezeichnung – gilt als eine der süßesten Zwiebel der Welt. Sie ist zudem sehr mild, was sie auch leichter verdaulich macht. Sowohl in dekorativen Zwiebelzöpfen als auch einzeln erhältlich, ist sie definitiv eine mehr als gute Alternative zu gewöhnlichen Zwiebelsorten.



**Das höchste der Gefühle ist eine bunte Pfeffermischung?** Nicht mit uns. Natürlich bekommen Sie auch die, doch sie ist nur eine von zahlreichen Pfefferspezialitäten (im Bild eine Auswahl), die wir im Sortiment haben. Und diese Vielfalt – auch bei anderen Gewürzen (siehe Seite 14) – ist wirklich einzigartig!



# DEIN GAUMEN WIRD AUGEN MACHEN!

**DIE WÜRZE DES LEBENS** kann so vielfältig sein! Bereits kleine Nuancen eines Gewürzes können den Charakter eines Gerichts entscheidend verändern. Wir präsentieren eine – wirklich kleine – Auswahl aus unserem riesigen Gewürz-Sortiment. Bei unserem Gewürztasting (*siehe rechts*) erfahrt ihr, wie ihr diese Besonderheiten richtig einsetzt.



## GERÄUCHERTER WEISSER PFEFFER

Der klassische weiße Pfeffer aus Sri Lanka wird schonend geräuchert, bis die Oberfläche die feinen Rauchnoten annimmt. Wird er gemahlen, verbinden sich die Aromen perfekt und machen sich hervorragend zu hellem Fleisch, Fisch und auf gedämpftem Gemüse.



## SUMACH

Der „sizilianische Zucker“ wird von den Früchten des Gewürzsumachs gewonnen. Der leicht säuerliche, fruchtig-herbe Geschmack der gemahlene Sumach-Beeren passt perfekt zu Auberginen, Fisch und Meeresfrüchten, Huhn und Lamm ebenso wie zu Linsen, Reis und Joghurt.



## KANDIERTE ROSEN

Die in Zuckersirup kristallisierten Rosenblütenblätter stammen von einem französischen Anbieter, der sie seit 1818 herstellt – der letzte seiner Art in der Region Toulouse. Bringen neben wunderschöner Ästhetik auch blumigen Geschmack – als Dekoration auf Süßspeisen ebenso wie in Salaten.



## SAFRAN

Das teuerste Gewürz der Welt – für ein Kilogramm Safran benötigt man bis zu 200.000 Krokusblüten. Das leicht süßlich-bitter schmeckende Gewürz mit schwerem, intensiven Duft verleiht Risottos, Paella, Suppen, Saucen oder Pasta einen einmaligen Geschmack und eine kräftige gelbe Farbe. Wird sehr sparsam dosiert.



## SEL NOIR D'HAWAII

Seine schwarze Farbe bekommt das hawaiianische Salz durch den Zusatz von Aktivkohle, die aus Vulkanasche gewonnen wird. Die schwarzfunkelnden Kristalle sind ein perfektes Finish für Gerichte, das leicht nussige Aroma bringt zusätzlichen Geschmack ins Genussspiel.



## PIMENT D'ESPELETTE

Das einzige französische Gewürz mit einer geschützten Ursprungsbezeichnung und ein absolutes Kult-Gewürz in der gehobenen Küche. Die mild würzig-herzhaften, leicht fruchtigen Paprikaflocken überraschen mit feinem rauchigem Geschmack. Passt zu allen Speisen, die eine angenehme Schärfe vertragen.



## ECHTER ALBA ZIMT

Der beste – und echte – Zimt der Welt stammt aus Sri Lanka. Echte Zimtstangen können zwischen den Fingern verrieben werden, ihr Geschmack ist süß und wärmer und hat einen geringeren Cumaringehalt als andere Zimtarten. Den Unterschied merkt man bereits am Duft!



## VADOVAN

Diese indische Gewürzmischung aromatisiert Reisgerichte ebenso wie kurz gebratenes Fleisch, Geflügel, Fisch und Krustentiere. Perfekt auch zum Verkochen einer Brühe, die als Infusion Saucen ein rauchiges, exotisches Aroma gibt.



## PIRI PIRI CHILLI

Gestoßene Chiliflocken geben sich ein Stelldichein mit Chilipulver, Meersalz und „Piri-Piri“. Gibt Marinaden und Geflügelgerichten ebenso pikante Würze wie Dips oder über Kartoffeln gestreut.



## TONKABOHNEN

Bereits eine kleine Menge reicht aus, um hocharomatischen, vanille- und mandelähnlichen Geschmack ins Gericht zu bringen. Ganze Bohnen reibt man frisch, dann ist das Aroma am intensivsten. Kommt in Süßspeisen zum Einsatz, macht sich aber auch hervorragend in deftigen orientalischen oder Wildgerichten ebenso wie in Saucen.



## VANILLE DE TAHITI

Aus Tahiti kommt die Königin der Vanille, die beste Vanilleschote der Welt. Sie wird auf kleinen Plantagen angebaut, wobei jede Blüte von Hand bestäubt wird. Diese Vanille hat ein kräftigeres Aroma und einen einzigartigen Duft. Auch das Fruchtfleisch ist besonders fleischig und ist damit deutlich ergiebiger.



EINE EMPFEHLUNG DES RESTAURANT FISCHIFF!



## HAPPY ROOTS

Knoblauch, Chili, Sesam und noch einige weitere Zutaten machen diese Gewürzmischung zum passgenauen Begleiter für Wurzelgemüse. Schmecken auch genial zu Pommes.



## Komm zum Gewürztasting!

Am 12. Dezember 2023 & 16. Jänner 2024, jeweils von 14–15 Uhr, nehmen wir euch mit auf eine Geschmacksexpedition und zeigen euch, wie der Einsatz von Gewürzen ein Gericht auf ein neues Level bringt.

Anmeldung im Fruchthof unter Tel. 0512 262664.

Max. 15 Teilnehmer, die Teilnahme ist kostenlos.

WAS GUT IST, KANN NOCH

**DIE QUALITÄT DER ZUTATEN** entscheidet grundlegend über die Qualität eines Gerichts. Erst im zweiten Schritt sorgen feine Aromenkombinationen und -kompositionen für das besondere Hmmm-Erlebnis – und kitzeln aus besten Produkten das Maximum an Geschmack hervor.



BESSER WERDEN

VON RESTAURANT FISCHIFF-CHEFKOCH REINHARD HAMUN,  
REZEPT FÜR VIER PERSONEN

# Aalteigtaschen

**SPINAT/KAPERN**

**TIPP: MIT WILDKRÄUTERN, SPECKCHIP, BLÜTEN UND TRÜFFEL GARNIEREN.**

## AALTEIGTASCHEN

350 g Mehl 00  
3 Eier, 1 Eigelb  
1 TL Salz  
Olivenöl

Mehl auf Arbeitsfläche geben, in die Mitte eine Mulde drücken. Eigelb, Eier und Salz in die Mulde geben und zu einem Teig verarbeiten.



**Ein echter Räucher-Star.**  
*Aal ist – mit seinem wunderbar festen, feinen Fleisch und einem Fettanteil von 28 % – bestens zum Räuchern geeignet. Er wird im Ganzen heißgeräuchert, der Kopf bleibt am Körper. Frisch geräucherter Aal ist goldgelb, sein Geschmack ist sehr delikat.*

## FÜLLUNG

100 g Jakobsmuscheln oder weißes Fischfilet  
80 g Räucheraal  
80 ml Sahne  
Pfeffer schwarz, Liebstöckl  
Salz

Alle Zutaten vermengen, in einen gut gekühlten Kutter geben und zu einer geschmeidigen, glänzenden Farce verarbeiten. Den Nudelteig zu Bahnen ausrollen, mit der Farce füllen und zu Teigtaschen verarbeiten.

Goldgelbe Haut, Aromen vom Buchen- oder Zedernholz und feiner, saftiger Genuss – damit aus der Räucherammer das Beste kommt, muss nicht nur das Grundprodukt erstklassig sein, sondern auch das Holz, das beim Räuchern zum Einsatz kommt. Buttermakrele, Heilbutt, Stremellachs mit Knoblauch und Käse Makrele, Räucheraal, Sprotten und noch vieles mehr im Angebot!



*Lardo ist ein besonders gereifter, fetter Speck aus der italienischen Küche. Die bekanntesten Sorten kommen aus dem Aostatal und aus Colonnata in der Toskana.*

## BLATTSPINAT

160 g junger Spinat  
1 kleine Schalotte  
40 g Lardo  
Haselnussöl, Salz,  
Macisblüte gemahlen

Lardo und Schalotte in kleine Würfel schneiden und langsam auslassen. Spinat dazugeben. Kurz mitdünsten und würzen.

## KAPERNSAUCE

100 ml Weißwein  
40 ml Kapern Fonds  
80 ml Fischfond  
20 ml Noilly Prat  
1 kl Schalotte, würfeln  
180 g Butter  
Salz und Zitronenschale,  
Olivenöl

Schalotte in Olivenöl anschwitzen und mit Weißwein, Noilly Prat und Kapernfonds ablöschen und auf ein Viertel einreduzieren. Mit Fischfond auffüllen. Mit Zitronenschale und Salz abschmecken. Vor dem Servieren eiskalten Butterwürfel montieren (Achtung: Sauce darf ab jetzt nicht mehr kochen).

VON RESTAURANT FISCHIFF-CHEFKOCH REINHARD HAMUN,  
REZEPT FÜR VIER PERSONEN

# Hirschroulade

**VOGELBEERE/WINTERGEMÜSE**



*Schwarze Nüsse  
(bei uns erhältlich)  
sind eine Spezialität  
aus grünen Walnüssen,  
die in kräftigem  
Sirup mit Gewürzen  
und einem Hauch  
Vanille eingelegt  
werden.*

*Garnitur:  
Schafgarbe, Blüten,  
Schwarze Nüsse, karamel-  
lisierte Perlzwiebeln*

*fruchtiger*



## HIRSCHROULADE

4 Hirschschnitzel à 140 g  
80 g Wildschweinschinken  
1 Karotte  
1 Essiggurke  
½ Kohlrabi  
Dijonsenf, Salz, schwarzer Pfeffer

Gemüse und Gurke in Stifte schneiden. Die Schnitzel plattieren, mit Senf bestreichen und würzen. Mit Schinken belegen und mit Gemüse füllen. Zu Rouladen formen und mit Küchengarn fixieren.

## PETERSILWURZELCREME

160 g Petersilwurzel  
40 ml Haselnussöl, geröstet  
0,5 l Milch  
Salz

Wurzel in Milch weichkochen, ausdämpfen lassen. Haselnussöl zugeben und fein pürieren. Salzen.

## KÜRBISCREME

1 kleiner Hokkaido  
80 g Butter  
Tonkabohne (siehe S. 11)  
Salz

Den geschnittenen Kürbis weichschmoren, ausdämpfen lassen und mit Butter zu einer feiner Creme mixen. Würzen.

## WINTERGEMÜSE

Wurzelgemüse der Saison  
Butter,  
Gemüsefond  
Salz

Das Gemüse putzen, zuschneiden und blanchieren – im Gemüsefond-Buttersud warmziehen und mit Salz abschmecken.



*Brunoise ist der Fachbegriff für eine Schneidetechnik, bei der Gemüse oder andere Lebensmittel in sehr feine Würfel von 1 bis 2 mm Seitenlänge geschnitten werden. Die kleinen Gemüsewürfel – je feiner, desto besser – geben Speisen optisch den letzten Schliff. Typische Gemüsesorten, die sich dafür eignen, sind Zucchini, Sellerie, Kohl, Lauch, Zwiebeln, Paprika, Karotten oder Rote Bete und Kohlrabi.*

## VOGELBEERGLACE

0,4 ml kräftiger Rotwein  
0,2 l Portwein  
1 l Hirschfond  
1 rote Zwiebel, gewürfelt  
150 g Wurzelgemüse **Brunoise**  
Vogelbeeren im Glas  
Estragon, Wacholder, Piment  
Olivenöl, Salz,  
1 EL Tomatenmark

Rouladen im Bräter scharf anbraten und Fleisch zur Seite geben. Zwiebel und Gemüse ebenfalls anbraten, tomatisieren und mit Rot- und Portwein ablöschen. Auf ein Drittel reduzieren und mit Hirschfond auffüllen. Vogelbeeren samt Einlegefond dazu geben, würzen. Rinderrouladen wieder einlegen und im Rohr bei vorgeheizten 160 Grad ca. 90 Minuten weichschmoren. Die Rinderrouladen warm stellen. Die Sauce passieren und auf die gewünschte Konsistenz einkochen.

*Vogelbeeren  
passen perfekt zu  
Wildgerichten,  
kräftigem Fisch  
und zu Schim-  
melkäse. Auch in  
Desserts oder in  
einem Glas Sekt  
kommen sie gut  
zur Geltung!*

EINFACH BESSER.

# FRUCHTHOF

DER GENIESSERMARKT



FOTO: FLORIAN MITTEREGGER

JOSEF-WILBERGER-STRASSE 19 | 6020 INNSBRUCK  
WWW.FRUCHTHOF.COM  

## UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN ZU WEIHNACHTEN & SILVESTER 2023

8.12.: 10.00–16.00 UHR  
22. & 29.12.: 7.00–19.00 UHR  
23. & 30.12.: 7.00–18.00 UHR

## ÖFFNUNGSZEITEN:

MO-FR 8.00–18.30 UHR | SA 8.00–17.00 UHR

**BROTUBEN** AB 7.00 UHR

**THAI KITCHEN** MO-SA 11.00–15.00 UHR

## RESTAURANT FISCHIFF

DI-FR 11.30 BIS 23.00 UHR  
(von 14.00 –18.00 Uhr kleine Karte)

SA 09.00–17.00 UHR  
(Küche von 11.30–14.00 Uhr)

Montag, Sonn- und Feiertage geschlossen

Die Brotbuben®

t 0512-260561



FRISCHE PARADIES

t 0512/262664



t 0664/3914033

hörtnagl

t 0512/265410



t 0676/5780661

TRAFIK  
HUBER-HRUSCHKA

t 0512/2682 11



FRISCHE PARADIES  
RESTAURANT FISCHIFF

t 0512/262664-20