

DANI & ROLAND TRETTL

KOCHEN
Zu Zweit



DANI & ROLAND TRETTL

KOCHEN

Zu Zweit

Unsere neuen
Rezepte
für noch mehr
Genuss

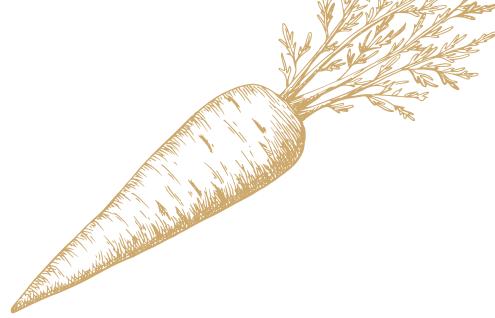


MIT QR-CODES
ZU ALLEN
KOCHVIDEOS

südwest



Inhalt



Hinter den Kulissen

Snacks

- Kräuter-Parmesan-Stangerl
- Rührei spezial
- Knusprige Arancini mit Mozzarella
- Bosna mit Senf und Zwiebeln
- Bruschetta mit Ofenpaprika
- Apfelküchlein im Speck-Bierteig
- Pimp up my Faschingskrapfen – sweet & salty

Vorspeisen

- Avocado Roll mit Fenchel-Kapern-Vinaigrette
- Senfei mit Kresse und Schneewittchen
- Knusprige Summer Rolls mit Zucchini und Aubergine
- Steinpilze in Kirschvinaigrette
- Rote-Bete-Hummus mit Tempura-Zwiebeln

Salate & Suppen

- Nudelsalat japanisch-mediterran
- Herbstlicher Raclette-Salat
- Glasnudelsalat mit Süßkartoffel und Soja-Vinaigrette
- Romanasalat mit Räuchercreme
- Radicchio-»Tardivo di Treviso«-Salat mit Salami und Haselnüssen
- Lauwarmer Bohnen-Paprika-Salat mit Pancetta

- 7 Melonen-Avocado-Salat mit gebratenen Garnelen 61

- 18 Süßkartoffelsuppe mit Venusmuscheln und Pak Choi 62

- 21 Spicy Polentasuppe mit Räucherforelle 65

- 22 Hühnersuppe mit Hummus und Avocado 66

- 25 Asiatische Suppe mit Hackfleisch und Erdnuss 69

- 26 Gerstlsuppe mit Aal 70

- 29

Pasta & Co.

- 33 Fusilli mit Mortadella und Pistazien 75

- 34 Spaghetti Carbonara 76

- 37 Spaghettini mit Speck und Kürbiskernöl 79

- 38 Pasta mit Avocado und Burrata 80

- 38 Castellane mit Cima di Rapa 83

- 41 Mac and Cheese 84

- 42 Pizza Calzone 87

Hauptdarsteller Geflügel

- 45 Huhn mit Miso, Schmorgemüse und Kumquats 90

- 46 Gegrillte Wachteln mit Soja-Lack 93

- 49 Hühnerbrust mit gratiniertem Chicorée 94

- 50 Korean Chicken mit Chinakohlsalat 97

Hauptdarsteller Schwein & Rind

- 53 Gröstl Restlküche 100

- 54 Blutwurstknödel 103

- 57 Wiener Schnitzel mit Petersilienkartoffeln und Gurkensalat 104

Cordon bleu	107	Tortilla mit Lauch und Spargel	168
Rib-Eye-Steak mit Pfefferkruste	108	Linsencreme mit gegrillten Auberginen	171
Hackbällchen mit Süßkartoffeln und Ananas	111	Rote-Bete-Spätzle mit Äpfeln und Walnüssen	172
Der allerbeste Burger mit Erdnusssauce	112	Grießnockerl mit Tomatensalat	175
Gefüllte Champignons	117	Schlutzkrapfen	176
Rindergulasch mit Navetten	118	Zwiebeln im Salzteig	179

Hauptdarsteller Fisch & Meeresfrüchte

120

Weltbeste Paella	122	<i>Nachspeisen</i>	184
Reis-Bowl mit Ananas und Tuna	125	Der weltbeste Bratapfel	186
Safran-Fenchel-Risotto mit Steinbutt	126	Südtiroler Strauben	189
Lachs im Tramezzino-Mantel	129	Gebackene Bananen	190
Gebeizter Lachs mit Kohlrabi-Melonen-Salat & Popcorn-Vinaigrette	130	Milchreis	193
Kohlrabi tonnato	133	Topfen-Soufflé mit Rhabarber und Erdbeeren	194
Forelle mit Soja-Meerrettich-Marinade	134	Apfel-Heidelbeer-Kuchen	197
Thunfisch mit Asia-Salat	137	Gezogener Apfelstrudel	198
Fischpfanzerl mit Nori-Zitronen-Mayo	138		
Seezunge mit Speckkartoffeln	141	Register	200
Gratinierter Oktopus	142	Produktempfehlungen	202
Calamari mit Kürbis und Fenchel	145	Impressum	208
Tomaten-Arme-Ritter mit Garnelen	146		

Hauptdarsteller Gemüse

150

Gegrillter Spargel mit Bio-Sojasauce-Hollandaise	152
Gebratene Brösel-Kartoffeln mit Soja-Mayo	155
Gebratener Rosenkohl mit Speck und Curry	156
Shakshuka mit Wachteleieren	159
Gebratener Butter-Blumenkohl mit Miso	160
Kürbis-Puntalette	163
Polenta mit Spinat und Gorgonzola	164
Rote-Bete-Risotto mit Graukäse	167







Hinter den Kulissen



Ein Paar, das gerne isst. Ein Paar, das gerne redet. Ein Paar, das weiß, was es gern hat. Zeit, bei Dani und Roland Trettl mal nachzufragen, ob die Kulisse nicht allzu perfekt ist. Spoiler: Die Kunst, gemeinsam zu leben, besteht aus vielen Einzelteilen, die täglich neu zusammengesetzt werden müssen. Zum Beispiel in der Küche. Vor, während und nach dem Essen. Ein schonungsloser Blick in eine kulinarische Eheidylle. Und ein paar freche Fragen aus der großen »Kochen zu zweit«-Community.



Wie werdet ihr euch eigentlich einig, was gekocht wird?

Dani: Wir werden uns eh nicht einig. Er kocht einfach. Und zwar nicht, was ich gern hätte. Wenn ich etwas Besonderes haben will, muss ich richtig lang drum betteln.

Roland: Ich esse ja alles. Also alles, was Dani kocht, ich bin da total unkompliziert. Viel unkomplizierter als du. Darf ich das so sagen?

Dani schaut an die Decke.

Roland: Aber ich glaube ja an die kulinarische Weiterentwicklung. Wenn ich dann mit Pilzen oder mit Topinambur oder mit Spargel ...

Dani: Spargel mag ich. Pilze mag ich nicht. Topinambur mag ich überhaupt nicht.

Roland: ... kochte, dann gebe ich ihr ja die Chance, sich kulinarisch weiterzuentwickeln.

Dani: Jaja. So sieht er das. Tatsache ist: Monsieur kocht, was er will. Und ich kann entscheiden, ob ich's mag oder nicht.

Kochen mit dem, was im Kühlschrank ist – oder extra einkaufen gehen?

Dani: Ha! Ich koch natürlich das, was im Kühlschrank ist. Das kannst du nicht.

Roland: Ich kische auch mit dem, was im Kühlschrank ist. Aber nur, wenn ich ihn vorher angefüllt habe.

Fleisch nur am Sonntag – oder wenn es beim Metzger was besonders Schönes gibt?

Dani: Bei mir gibt es sowieso viel weniger Fleisch als bei Monsieur, Sonntag hin oder her.

Roland: Bei mir gibt es ...

Dani: ... immer Fleisch.

Roland: Stimmt doch nicht.

Dani: Dann gibt es halt Fisch. Oder Krustentiere. Du kochst sehr, sehr, sehr, sehr wenig vegetarisch.

Roland: Ich sag mal so: Egal ob Fisch, Fleisch oder vegetarisch - kulinarisch sollte jeden Tag Sonntag sein.



Gemüse auf dem Markt einkaufen – oder auch im Supermarkt?

Dani: Auch im Supermarkt. Klar ist es am Markt romantischer und schöner. Aber im echten Leben ist es eher der Supermarkt.

Roland: Im echten Leben wohnen wir in einer Stadt, wo die Märkte nicht so großartig sind wie in Italien, Spanien oder Frankreich. Also greifen wir auch immer wieder auf den Supermarkt zurück.

Geht auch Tiefgefrorenes? Und wenn ja, welches?

Roland: Carabineros.

Dani: Und Eis.

Roland: Und die Eiswürfel für den Negroni.

Dani: Im Ernst: Rahmspinat.

Roland: Erbsen. Und was immer gefroren geht, sind Himbeeren. Die sind manchmal sogar aromatischer als frische.



Wer kriegt beim Kochen das Messer? Und wer den Kochlöffel?

Dani: Wir kochen nie zusammen. Sicherheitshalber. Wegen des Messers.

Roland: Wir haben lieber beides, jeder einmal. Wir sind eher so die Alleinkocher.

Wenn ihr nach Rezepten kocht – wird auch mal geschummelt?

Dani: Ja. Ich kann gar nicht nach Rezepten kochen. Ich muss sie immer verändern. Das ist zwar nicht immer sinnvoll, aber ich mach's trotzdem.

Roland: Ich kuche nie nach Rezepten. Nur beim Backen bin ich total folgsam und verändere überhaupt gar nichts. Ich vertraue dem, der das Rezept gemacht hat: Und das kann Dani gar nicht.

Dani: Nö.

Roland: Sie hat insgeheim das Gefühl, dass sie noch ein bisschen mehr weiß als der, der das Rezept aufschreibt.

Dani: Nein, aber ich mache die Rezepte gern gesünder. Mehr Mandeln, weniger Mehl zum Beispiel. Klappt nicht immer, ist aber auf alle Fälle gut gemeint.







Gibt es beim Kochen was zu trinken? Und was, wenn nicht nur Wasser?

Dani: Nie. Das schaut ja immer cool und sexy aus, das Glas Wein in der Küche. Aber ich koch lieber fertig und trinke dann einen Schluck zum Essen.

Roland: Wir trinken auch zum Essen sehr wenig. Aber ich finde, wir könnten das ruhig hier und da ein bisschen mehr machen.

Wer zupft die Petersilie vom Stängel? Und wer hackt sie klein?

Roland: Wer zupft, der hackt. Und macht nachher auch das Brett sauber.

Dani: Und wäscht vorher auch die Petersilie. Also ich. Er wäscht sie nie.

Roland: Man muss auch nicht alles waschen. Sie wäscht ja sogar Himbeeren.

Dani: Nicht immer. Himbeeren sind das Einzige, was ich nicht immer wasche.



Musik beim Kochen? Und wenn ja, welche?

Dani: Ich hab gern Musik beim Kochen, viel mehr als du. Du machst nie Musik an. Ich höre total stimmungsabhängig, bunt gemischt. Mein Spotify kackt leider oft ab, weil die mit Musikvorschlägen für mich komplett überfordert sind.

Roland: Wenn ich was höre, dann lieber Podcasts oder Hörbücher. Den Swag hab ich selber.

Welches Gericht kocht Dani für dich, ohne dass du ihr reinredest?

Dani: Jedes.

Roland: Jedes. Wenn wer dreinredet, dann du mir. Ich dir nie.

Dani: Ich sage höchstens, dass ich lieber Knödel als Oktopus hätte, weil du mir das vorher versprochen hast. Sonst sage ich nichts.

Roland: Sagen wir so: Ich bin sicher mit den Gerichten, die Dani kocht, zufriedener als umgekehrt.

Dani: Weil ich für dich kuche, was du gern hast. Und du kochst für mich auch, was du gern hast.

Machst du, Roland, Dani beim Kochen Verbesserungsvorschläge?

Roland: Ich habe noch keinen einzigen Verbesserungsvorschlag gemacht, wenn Dani gekocht hat.

Dani: Mit gutem Grund. Er kocht die Gerichte eher nach. Und verkauft sie dann teuer. Wir müssen ja von was leben.

Welches ist euer Lieblingsgericht?

Dani: Schwer zu sagen. Das ist Tagesverfassung.

Roland: Ich finde, es gibt ein Familienlieblingsgericht: Pollo con cebolla. Geschmortes Huhn ...

Dani: ... genau, mit geschmorten Zwiebeln und ganz viel Kartoffeln. Und mit besonders viel Sauce. Dann ist meine Welt in Ordnung.

Roland: Sie ist halt eine Deutsche.





Welches Gericht habt ihr als Erstes ohne Hilfe gekocht und wie alt wart ihr dabei?

Dani: Ich war auf jeden Fall jung und dumm. Ich hab dabei sogar die Küche abgefackelt, weil ich das Öl auf dem Feuer vergessen hab.

Roland: Typisch, nicht kochen können, aber gleich mal was frittieren wollen. Ich hab hingegen mit meiner Oma ganz brav einen Biskuitboden gebacken. Und ich hab dabei die Küche nicht abgefackelt.



Welches Gemüse ist besonders unterschätzt und warum findet ihr es toll?

Roland: Ganz viele Gemüse sind unterschätzt.

Dani: Fenchel.

Roland: Fenchel, Rote Bete, Radicchio trevisano. Und ganz besonders unterschätzt: Topinambur ...

Dani: Ach. Topinambur muss echt nicht sein.

Roland: Ein besonders köstliches Gemüse. Und so vielfältig. Du kannst Topinambur braten, frittieren, dämpfen, Püree daraus machen, roh in den Salat geben. Das ist ja wohl ein unterschätztes Gemüse, oder?

Dani: Koch sie bitte, wenn ich nicht zu Hause bin. Allein der Geruch dieses Gemüses ist für mich purer Stress.

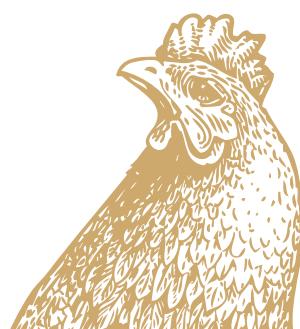
Roland: Wieso eigentlich?

Dani: Weil ich immer Topinambur für unseren Kleinen dämpfen musste, als er ein Baby war. Und der ist wie du: erst ruhig, wenn er was zum Essen bekommt.

Roland: Dafür kuche ich heute das Abendessen. Weißt du, was es gibt?

Dani: Wie oft darf ich raten? Einmal?

Roland: Genau.













Snacks





