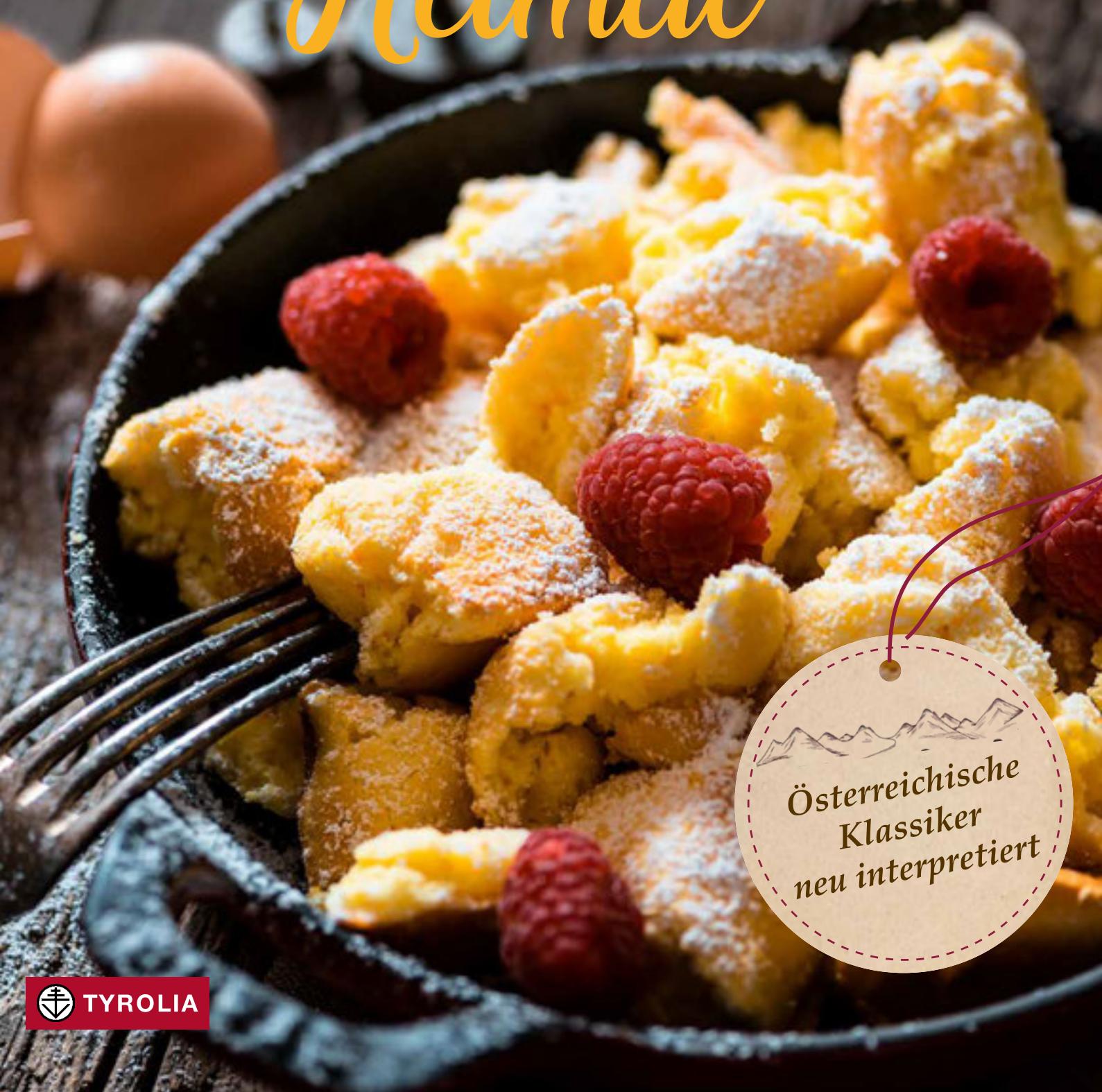


MARIAN MOSCHEN

# *Mann backt* Heimat



# Küchen-ABC

---

Österreichisch ≠ Deutsch

Backrohr = Backofen

Blaubeeren = Heidelbeeren

Dotter = Eigelb

Marillen = Aprikosen

Biskotten = Löffelbiskuit

Sauerrahm = Saure Sahne

Dressiersack = Spritzbeutel

Staubzucker = Puderzucker

Kristallzucker = Haushaltszucker

Topfen = Quark



Es sind die vielen kleinen und großen Meilensteine, die unser Leben ausmachen, und die herausragenden Momente, an die wir uns erinnern. Viele dieser besonderen Dinge, die meine Kindheit so prägten, waren mit Kochen, Backen und Genießen verbunden ... täglich, aber besonders an den Wochenenden. Kochen war Papas Angelegenheit, und meine Mama war eine wahre Künstlerin im Backen. Das prägt, erzeugt Leidenschaft. Leidenschaft, die einen nicht mehr loslässt ... und ein Leben lang begleitet. Nun habe ich meine eigene Familie, und bei uns ist es umgekehrt: Meine Frau kocht und ich backe. Die Freude und die gemeinsamen Momente des Genusses sind aber dieselben. Und diese Momente möchte ich mit diesem Buch greifbar machen.

Meine Heimat ist Tirol. Ein schmales Tal, umgeben von wunderschönen Bergen. Eine Region, geprägt von Almen, felsigen Hängen, idyllischen Hochtälern, Bergseen und traumhaften Sonnenaufgängen ... Hier hat sich eine außergewöhnliche Esskultur entwickelt. Die Rede ist nicht vom Schnitzel, sondern von der vielfältigen Auswahl an Mehlspeisen, Strudeln und Kuchen, die weltweit einzigartig ist. Diese Speisen sind geprägt von regionalen Zutaten und einer Einfachheit, die ihresgleichen sucht.

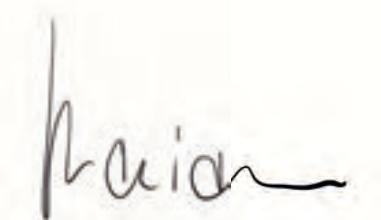
Denke ich an meine Kindheit zurück, dann sind zwei Dinge untrennbar miteinander verbunden: das Backen und meine Familie. Omas Apfelstrudel, Mamas sagenhafte Kuchen und Torten und Papas legendäre Mehlspeisen. Bei der Zubereitung waren die Kinder stets dabei. Das ist auch heute, 30 Jahre später, immer noch so. Nur, dass ich heute mit meiner eigenen kleinen Familie kuche und backe und meine Eltern sich gemütlich an den gedeckten Tisch setzen dürfen.

Damit diese wunderschönen Erinnerungen und Traditionen nicht verloren gehen, habe ich in diesem prall gefüllten Buch meine schönsten Backmomente festgehalten und all meine Leidenschaft für das Backen und Fotografieren eingefangen. Die liebsten und wichtigsten Familienrezepte habe ich über Jahre niedergeschrieben, um sie an meine Kinder weiterzugeben, so wie schon meine Eltern es für mich getan haben. Nun sollen auch die Backbegeisterten in aller Welt sie ausprobieren und genießen können.

Die besonderen Augenblicke, die wir gemeinsam als Familie erleben, teilen wir mit euch. Ich hoffe, sie inspirieren euch und bringen euch genauso viel Freude wie uns ...

In diesem Sinne,

*viel Spaß mit diesem Buch!*

A handwritten signature in black ink, appearing to read "maria".

# Inhalt

---

## TORTEN

- 24 Walnuss-Zwetschgenröster-Torte mit Baiserhaube
- 28 Sacher Schichttorte
- 32 Himmlische Torte
- 34 Mandeltorte
- 38 Maronitorte
- 44 Mozarttorte
- 48 Prinzregententorte
- 52 Punschtorte
- 54 Erdbeertorte
- 56 Feine Tiroler Schokoladentorte
- 60 Rhabarber-Erdbeer-Torte



- 5 Küchen-ABC
- 10 Über den Autor
- 12 Backtipps
- 16 Material und Werkzeug
- 220 Danksagung
- 222 Register

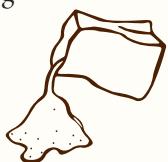
## KUCHEN

- 68 Bienenstich
- 72 Marillen-Topfen-Streusel
- 76 Buchweizentorte
- 78 Ameisenkuchen
- 80 Kirschkuchen
- 82 Klassischer Apfelkuchen
- 88 Biskuitroulade
- 90 Mohntarte mit Zwetschgen



## GERMTEIG

- 96 10 Dinge, die man über Germteig wissen sollte, bevor man loslegt
- 98 Hefezopf
- 100 Buchteln mit Topfenfüllung
- 104 Kärntner Reindling
- 108 Kiachl
- 112 Krapfen
- 114 Mohnkranz
- 116 Nussstriezel
- 118 Tiroler Germgugelhupf
- 122 Zuckerreinkerl
- 126 Zwetschgenfleck



## MEHLSPEISEN

- 132 Kaiserschmarrn mit Himbeeren
- 134 Mohnknödel aus Kartoffelteig
- 136 Moosbeernocken
- 138 Nougatknödel mit Nussbröseln
- 140 Palatschinken
- 142 Überbackene Topfenpalatschinken
- 146 Reisauflauf
- 148 Salzburger Nockerln
- 150 Sauerrahm-Topfen-Taler
- 152 Strauben
- 154 Apfelkiachl
- 156 Tiroler Kartoffelwirler
- 158 Apfelmus



## STRUDEL

- 162 Grundrezept
- 166 Apfelstrudel
- 168 Topfenstrudel
- 170 Milchrahmstrudel
- 172 Mohn-Zwetschgen-Strudel
- 174 Gekochter Griessstrudel
- 176 Röster
- 178 Vanillesauce



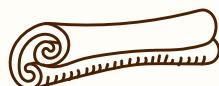
## KLEINGEBÄCK

- 184 Apfelstrudel-Cupcakes mit Vanillesauce
- 186 Ribisel-Streusel-Muffins
- 188 Marzipankartoffeln
- 192 Brandteig-Krapfen
- 194 Kirchtagskrapfen
- 196 Schokohupf mit Schlag
- 198 Bergspitzen
- 200 Nussecken



## BLÄTTER- UND PLUNDERTEIG

- 204 Grundrezept Blätterteig
- 208 Blätterteigmuffins mit Nussfülle
- 210 Schaumrollen
- 212 Grundrezept Plunderteig
- 214 Topfengolatschen
- 216 Vanillehörnchen



# Über den Autor

---

*„Der Schlüssel, um im Leben sein Glück tagtäglich aufs Neue zu finden: zu wissen, was man liebt, und das zu tun, das einem Freude bereitet.“*

Aus diesem Grund startete Marian Moschen 2012 seinen Blog Mann backt. Schnell wurde aus einer Passion eine Erfolgsgeschichte. Millionen von Menschen besuchen [www.mannbackt.de](http://www.mannbackt.de) jedes Jahr. Marians Bücher finden sich auf zahlreichen Bestsellerlisten und inzwischen ist der 1983 geborene Österreicher ein gefragter Food-Fotograf.

Das Besondere an Marian Moschen ist bei allem Erfolg, dass er nie den Bezug zu seiner Heimat verloren hat. In Tirol geboren und aufgewachsen, entdeckte er schon früh seine Leidenschaft fürs Backen. Die Liebe zu den Leckereien der Kindheit ist geblieben. Apfelstrudel, Buchteln, Reindling und Topfentaler sind für Marian nicht einfach nur Rezepte, sie sind vielmehr Erinnerung, Geborgenheit und pures Glück.

Stets fleißig dabei: seine beiden Söhne Matthias und Maximilian, die als kritische Tester jedes Rezept streng beurteilen, und Marians Ehefrau Martina, die starke Frau an seiner Seite, die ihn tatkräftig unterstützt. Sie leben im idyllischen Örtchen Zirl, direkt in den Bergen Tirols ... und lieben die vielen süßen Köstlichkeiten ihrer Heimat!



# Backtipps

---

Das Besondere an der österreichischen Küche ist und bleibt ihre Einfachheit. Alle Zutaten findet man im Supermarkt oder beim Bauern am Eck, vieles auch im eigenen Garten. Genauso einfach ist aber auch die Zubereitung. Die Rezepte sind alle sehr unkompliziert nachzumachen, manchmal braucht es nur ein wenig Zeit.

Damit von vorneherein auch die kleinsten Ungereimtheiten geklärt sind, habe ich die wichtigsten Tipps und Tricks rund ums Backen und Zubereiten von Mehlspeisen hier für euch zusammengefasst.

Falls ihr noch weitere Fragen habt, besucht auch meine Seite „Die große Backschule“ unter [www.mannbackt.de/backschule](http://www.mannbackt.de/backschule)

Und immer daran denken:

*Wenn mal was schief geht, nicht verzweifeln ...  
schnell alles auffressen und noch einmal backen!*



## ZUTATEN

- 1 Die Qualität der Zutaten bestimmt das fertige Produkt. Im Zweifelsfall lieber den einen oder anderen Euro mehr ausgeben. Den Unterschied schmeckt man sofort.
- 2 Eine gleichmäßige Temperatur der Zutaten ist der Schlüssel zum Erfolg. Alle Zutaten, sofern nicht anders angegeben, bereits 1-2 Stunden vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen.
- 3 Achtung: Zu kalte Eier flocken aus! Um Eier schnell auf Zimmertemperatur zu bringen, legt sie ein paar Minuten in handwarmes Wasser ...
- 4 Rezepte haben durchaus ihre Berechtigung! Sich an die Mengenangaben zu halten, sorgt für beste Ergebnisse. Muss dennoch einmal ein Rezept angepasst werden, immer die Mengen aller (!) Zutaten ändern.
- 5 Vanillezucker schmeckt, ja, aber nicht nach Vanille. Wenn es der Geldbeutel zulässt, verwendet echtes Vanillemark aus der Schote.
- 6 Butter aufschlagen bedeutet, dass die Butter schneeweiß und cremig sein soll. Ist sie noch gelblich, ist sie zu wenig geschlagen. Überschlagen geht nicht, schwingt den Schneebesen also lieber zu lange als zu kurz.
- 7 Mehl sollte auch wirklich gesiebt werden, am besten direkt in die Schüssel. Der Mehraufwand wird durch spürbar lockeren Teig belohnt.
- 8 Salz ist ein Geschmacksverstärker, eine Prise im Teig bewirkt Wunder!
- 9 Wird Gebäck vor dem Backen mit Ei eingestrichen, verquirle dieses vorher immer mit einer Prise Salz und Zucker. Der Zucker sorgt für Glanz, das Salz verhindert die weißen Eiweißbläschen.
- 10 Eier, die einer Masse (zum Beispiel Butter und Zucker) zugegeben werden, unbedingt jeweils einzeln vollständig unterrühren. Das macht den Teig besonders locker.

## ZUBEREITEN

- 11 Eischnee immer zuerst ohne Zucker schaumig rühren; wenn er Substanz bekommt, löffelweise den Zucker einrieseln lassen.
- 12 Für Eischnee immer Kristallzucker verwenden, sofern nicht anders angegeben!
- 13 Der Eischnee ist fertig geschlagen, wenn die Oberfläche matt wird und nicht mehr glänzt.
- 14 Eischnee vorsichtig unterheben: Die in den Schnee eingearbeitete Luft wollen wir erhalten, weil sie den Kuchen fluffig und locker werden lässt. Die Masse muss deshalb vorsichtig mit einem Schneebesen untergehoben werden, damit sie nicht zusammenfällt.
- 15 Unterheben heißt, eine Masse von Hand (!) vorsichtig zu vermengen. Man beachte: Unterheben ≠ Mixen!
- 16 Wird Pudding in eine Creme gerührt, sollte dieser vor der Verwendung nochmal gemixt werden. Dann ist er wunderbar geschmeidig und lässt sich perfekt einrühren.

## DAS RICHTIGE BACKEN

- 17 Kuchen brauchen im Gegensatz zu Brot eine sanfte Hitze im Backofen. Deshalb werden Kuchen stets mit Ober-/Unterhitze und NICHT mit Heißluft gebacken, außer dies wird im Rezept ausdrücklich erwähnt.
- 18 Der Ofen als Bösewicht: Viele Öfen backen entweder heißer oder kälter als angezeigt, was für wenig zufriedenstellende Ergebnisse sorgt. Wer auf Nummer sicher gehen will, besorgt sich ein Backthermometer und misst, bei welcher Temperatureinstellung der Ofen tatsächlich auf 175 oder 200 °C erhitzt. Damit werdet ihr definitiv mehr Spaß am Backen haben.
- 19 Ein Kuchen gehört in die Mitte des Ofens. Nach oben, unten und zu allen Seiten sollte der Kuchen gleich viel Abstand haben, um gleichmäßig durchzubacken. Dieser Punkt ist wichtiger, als man glaubt!
- 20 Haltet die Backzeit ein! Sollte der Kuchen schon leicht dunkel werden, keine Panik! Einfach mit etwas Alufolie abdecken.
- 21 Nadelprobe: Stecht mit einem Holzspieß oder einer Holzstricknadel in den Kuchen. Bleibt Teig an dem Spieß haften, ist der Kuchen noch nicht durch. Macht die Nadelprobe immer im (!) Backrohr.
- 22 Fällt ein Kuchen nach dem Backen zusammen, war er meist zu kurz im Ofen. Nächstes Mal besser fünf Minuten länger backen.



# Material und Werkzeug

---

Einfachheit ist das Schlüsselwort für alle Rezepte in diesem Buch. Denn sowohl die Zutaten als auch die benötigten Materialien beschränken sich auf ein Minimum. Welche Werkzeuge jedoch unverzichtbar sind, lest ihr im Folgenden:

## Teigpalette

Eine lange Teigpalette hilft dabei, Cremen und Füllungen besonders glatt und gleichmäßig auf Torten und Kuchen zu verteilen. Und da es ja heißt: „Das Auge isst mit“, gehört eine Palette in jeden Haushalt. Gerne auch in kleiner Version und als Winkelpalette für filigranere Arbeiten.

## Teigspachtel

Eine Teigspachtel hilft beim Umrühren, beim Verteilen des Teiges, beim Dressiersackfüllen, Schüsselauskratzen, Teignaschen. Und Letzteres allein ist schon Grund genug, eine Teigspachtel zu kaufen.

## Schneebesen

Ein guter Schneebesen ist das wichtigste Werkzeug, um erfolgreich süße Köstlichkeiten zu kreieren. Im Prinzip könnt ihr damit vom Rührteig bis zum Eischnee alles aufschlagen, solange ihr ausreichend Muskelkraft besitzt.

## Spritztülle und Dressiersack

Ein Dressiersack hilft nicht nur beim Dekorieren, sondern vor allem dabei, genau zu arbeiten und die Küche gar nicht erst schmutzig werden zu lassen. Klingt gut, oder?

## Schüsseln in verschiedenen Größen

Ein Fundus an Schüsseln in verschiedenen Größen ist die Grundlage für jedes Rezept. Achtet beim Kauf darauf, dass diese ofenfest sind, das ermöglicht euch die spannendsten Kreationen.

## Küchenmaschine oder Handmixer

Geht es darum, Eiweiß zu Schnee zu schlagen, Rührteige herzustellen oder schwere Hefeteige zu kneten, kann ein Mixer oder eine Küchenmaschine wunderbare Dienste leisten. Natürlich muss man nicht in Technik investieren, das Ergebnis wird euch aber schnell die schmalere Geldbörse vergessen lassen. Ihr backt öfter als einmal pro Jahr? Dann gönnt euch den Luxus einer Küchenmaschine.





# Torten

Walnuss-Zwetschgenröster-Torte mit Baiserhaube — S. 24

Sacher Schichttorte — S. 28

Himmlische Torte — S. 32

Mandeltorte — S. 34

Maronitorte — S. 38

Mozarttorte — S. 44

Prinzregententorte — S. 48

Punschtorte — S. 52

Erdbeertorte — S. 54

Feine Tiroler Schokoladentorte — S. 56

Rhabarber-Erdbeer-Torte — S. 60



# Walnuss- Zwetschgenröster-Torte mit Baiserhaube

---

Walnüsse und Zwetschgen, die vielleicht beste Kombination, die man im Herbst zu Kuchen verarbeiten kann. Mit etwas Zimt wird daraus eine Geschmacksexplosion, die man am liebsten komplett alleine essen würde.

Und das Beste daran: Die Torte ist schnell zubereitet, sieht beeindruckend aus und macht all jene glücklich, die Frucht, Nuss oder Baiser lieben ... also praktisch alle, die gerne Kuchen mögen.



# Zubereitung

## WALNUSSSTEIG

1. Das Backrohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Die Butter mit dem Staubzucker weiß-schaumig schlagen und die Dotter dann einzeln dazumixen.
3. Zimt, Nüsse, Mehl und Backpulver in eine Schüssel geben und vermengen.
4. Die Milch und den Rum dazugeben und nochmal alles mixen, bis ein glatter Teig entsteht.
5. Das Eiweiß in einer separaten Schüssel steif schlagen und dann den Zucker und eine Prise Salz dazugeben. So lange schlagen, bis der Eischnee matt glänzend wird.
6. Den Eischnee mit einem Schneebesen von Hand unter die Nuss-Buttermasse heben.
7. Alles auf zwei Backformen (ø 20 cm) aufteilen oder in eine Springform (ø 24 cm) geben und 50–60 Minuten goldbraun backen.
8. Falls nur ein Boden gebacken wurde, diesen nach dem Auskühlen einmal horizontal mit einem scharfen Messer durchschneiden.

## ZWETSCHGENRÖSTER-FÜLLUNG

1. Zucker, Rum, Zimtstange und Wasser in einen Topf geben und alles aufkochen.
2. Die Zwetschgen entsteinen, vierteln und in den Topf geben.
3. 5 Minuten köcheln lassen, bis die Masse ein wenig eindickt, und dann den Topf vom Herd nehmen.

4. Die Gelatineblätter 10 Minuten in kaltem Wasser einlegen und dann in den nicht mehr zu heißen Zwetschgenröster rühren, bis sie sich vollständig aufgelöst haben.
5. Die beiden ausgekühlten Tortenböden je einmal durchschneiden.
6. Einen verstellbaren Tortenring um einen Tortenboden legen und die eingekochten Zwetschgen noch warm auf dem Boden verstreichen. Den zweiten Boden darauflegen, leicht festdrücken und alles zusammen für 2–3 Stunden in den Kühlschrank geben.

## BAISER

1. Zucker und Wasser in einen Topf geben und erhitzen. Mit einem Zuckerthermometer die Temperatur im Auge behalten, sie darf nicht über 118 °C steigen.
2. Währenddessen die Eier trennen und das Eiweiß in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben.
3. Eine gute Prise Salz dazugeben und den Eischnee schaumig schlagen.
4. Sobald der Zucker im Topf 118 °C erreicht hat, die Masse in einem Strahl (*ACHTUNG, extrem heiß!*) und unter ständigem Rühren unter den Eischnee gießen.
5. Den Schnee so lange mixen, bis er auf Zimmertemperatur ausgekühlt ist.
6. Nun die Torte mit einem Messer aus dem Tortenring lösen und rundherum ungleichmäßig mit dem Baiser einstreichen.
7. Mit einem Küchenbrenner/Flambierer das Baiser anbräunen und die Torte servieren.

## Zutaten

### Für den Walnussteig

- 140 g Butter
- 70 g Staubzucker
- 4 Dotter
- 1 gestr. TL Zimt
- 150 g gemahlene Nüsse (Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse etc.)
- 100 g Mehl
- 1 gestr. TL Backpulver
- 20 ml Milch
- 20 ml Rum
- 4 Eiweiß
- 70 g Zucker
- 1 Prise Salz

### Für den Zwetschgenröster

- 75 g Zucker
- 4 EL Rum
- 4 EL Wasser
- 500 g Zwetschgen
- 1 Zimtstange
- 5 Blatt Gelatine

### Für die Baiserhaube

- 375 g Zucker
- 100 g Wasser
- 6 Eiweiß
- 1 gute Prise Salz

## Wichtig

Für das Baiser wird ein Zuckerthermometer benötigt. Dieses ist sehr günstig im Fachhandel erhältlich.



*Anmerkung: Das Flämmen muss nicht sein, sieht aber super aus. Außerdem lässt es den Zucker im Baiser karamellisieren, das gibt der Torte ein noch kräftigeres Aroma.*