



KOCHSTORYS

by Katrin
Katrin Ebetshuber, Diätologin
meinbezirk.at/kochstorys

Zwiebelsuppe mit überbackenem Brot

Zutaten (für fünf Portionen):
1 kg weiße Zwiebeln, 6 Knoblauchzehen, 250 ml Apfelsider (kann auch weggelassen werden; oder auch Weißwein möglich), 1 TL Zucker, Thymian, 2 EL Rapsöl, 1.300 ml Gemüsebrühe, 2 EL Balsamico, Pfeffer, 5 Scheiben (Sauerteig-)Brot, Käse (z.B. Bergkäse; gerieben oder in Scheiben)



Foto: Katrin Ebetshuber

Zwiebeln halbieren und in dünne Ringe hobeln, Knoblauchzehen in Scheiben schneiden. In einem Topf das Öl erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch hell anschwitzen, Zucker zugeben und karamellisieren lassen. Mit dem Cider ablöschen und köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Die Brühe zugeben und das Ganze zugedeckt ca. 15 Minuten kochen. Anschließend mit Pfeffer und Thymian sowie etwas Balsamico abschmecken. Während die Suppe köchelt, die Brotscheiben mit dem Käse belegen oder bestreuen und im Backofen bei 200° C Ober- und Unterhitze ca. 10 Minuten backen. Die Suppe portionieren und in jeden Teller eine Brotscheibe legen. Mehr unter: meinbezirk.at/kochstorys



QR-Code
scannen &
das Rezept
von heute
entdecken!

So macht man keine Fehler beim Baumkauf

Eines darf beim Weihnachtsfest auch heuer auf keinen Fall fehlen: ein geschmückter Christbaum.



FAMILIEN
RUNDSCHAU

meinbezirk.at/familienrundschau

VON MARTINA WINKLER

GMUNDEN. Ursula Herzog, Geschäftsführerin von Herzog.Baum in Gmunden verrät, wie der Baum länger hält und worauf man beim Kauf achten sollte. Der Verkauf von Christbäumen und Schmuckreisig auf Märkten ist heuer trotz Lockdown möglich. Schon viele Menschen sind einen Monat vor Weihnachten eifrig auf der Suche nach einem Baum. Mit dem Kauf könne man sich aber ruhig noch Zeit lassen, meint Ursula Herzog. „Eigentlich kann man bis ungefähr zehn Tage vor Weihnachten warten. Da sind die Bäume frischer und es gibt noch gute Auswahl“, sagt die Expertein, die seit über 20 Jahren beim Christbaumverkauf von Herzog.Baum mitarbeitet und seither in unterschiedlichen Bereichen der Firma tätig war. Im Februar 2019 hat Ursula Herzog den elterlichen Betrieb übernommen. Ihr Tipp für den Christbaum-Kauf: „Man sollte immer auf die Nadeln achten. Sind diese nicht mehr saftig grün oder sogar vor Ort schon abgefallen, dann Finger weg.“

Christbäume kühl lagern

Der Baum solle auf jeden Fall kühl gelagert werden - entweder im Garten, am Balkon, oder auch im Keller in einem Kübel Wasser, rät Ursula Herzog. „Wird der Baum im Freien gelagert, muss er langsam an die Wärme gewöhnt werden. Bitte nicht von Minusgraden in



Bei diesem Anblick kommt Weihnachtsvorfreude auf. Ursula Herzog gibt Tipps, wie man die Bäume richtig lagert. Foto: Herzog.Baum

das warme Wohnzimmer stellen, sondern besser einen Tag zuvor in die Garage oder den Keller.“ Und: „Während der Lagerung kann der Baum im Netz bleiben – allerdings würde ich das Netz einige Stunden vor dem Schmücken entfernen, damit sich das Nadelkleid wieder schön entfalten kann.“



„Ich mag die Fraser-tanne, weil die schmal wächst und deutliche Astreihen hat.“

Foto: Herzog.Baum

URSULA HERZOG

In den ersten Tagen benötigt der Baum viel Wasser, um die Nadeln länger zu halten. „Wenn man vom Stamm noch eine dünne Scheibe runterschneidet, kann er das Wasser besser aufnehmen“, so Herzog. Optimal für die meisten Bäume sei eine normale Raumtemperatur, weiß die Neukirchnerin. „Wenn möglich, den Christbaum nicht neben einen Heizkörper stellen.“ Die Auswahl an Christbaumarten ist groß.

„Mittlerweile hat sich die Nordmannstanne als Standard-Christbaum durchgesetzt, weil sie die Nadeln sehr gut hält.“ Auch Korktanne, Edeltanne, Koreatanne und Frasertanne seien sehr langlebig. „Ich mag die Frasertanne gerne, weil die sehr schmal wächst und deutliche Astreihen hat. Die kann man wunderbar schmücken – außerdem duftet sie hervorragend“.

ZUR SACHE

Verkaufsplätze von Herzog.Baum

- **Gmunden** Koaserbauerstraße 10: ab 8.12.
- **Gmunden** SEP Gelände gegenüber GEG: ab 8.12.
- **Altmünster** Solarbad: ab 10.12.
- **Ebensee** Spar-Parkplatz: 11.12. und 12.12.
- **Bad Ischl** Einkaufspark Pfandl (gegenüber Hager Haustechnik): ab 30.11.
- **Schörfling** Unimarkt: ab 10.12.