

# Herbstliche Freuden

Die Blätter färben sich und fallen – Zeit für wohltuende Mahlzeiten, Vertiefung unseres kulinarischen Wissens und das Sammeln von Wildfrüchten, die uns die Natur jetzt schenkt.

## Sanddorn

Supergesund sind die fruchtig-sauren, leuchtend orange-roten Beeren, die dem Körper, vorallem der Haut, gut tun und zehn Mal mehr Vitamin C als Zitrusfrüchte liefern. Ein Schuss Sanddornextrakt (ohne Zucker) im Wasser erfrischt. Aus 1 Banane, dem Saft von 2 Orangen, 50 g Sanddornbeeren und 1 EL Honig mixt man einen stärkenden Cocktail.



### Es gezunderheyt Guten Appetit

Unbedingt empfehlenswert ist die Ausstellung zum Thema koscheres Essen im jüdischen Museum, die sich mit historischen, kulturellen, religiösen und sozialen Dimensionen des vielschichtigen Begriffs „koscher“ in Wien und der Welt befasst.

**8. Oktober 2014 bis  
8. März 2015**  
**Jüdisches Museum  
Dorotheergasse 11  
1010 Wien**



## Bon Ton

Der kalten, nassen Jahreszeit trotzen und wohliger wärmende Gerichte den Lieben auf-tischen – das funktioniert fabelhaft und formschön mit diesen Tonschalen aus Spanien, in denen Schmorgerichte, Aufläufe und Ofengemüse wunderbar gelingen.

**Tonkasserolle (Ø 17 – 36 cm)  
ab € 8,50; [www.biber.at](http://www.biber.at)**



## Gefilte Buch

Ein Standardwerk, das seinesgleichen sucht. Über mehr als fünfzehn Jahre hinweg recherchiert ist das Buch der Weltbürgerin und Autorin „Hommage an die eigenen Wurzeln“ wie Dokument einer vielfältig verzweigten, reichen Küchentradition, geprägt von Geschichte und Lebensweise eines in alle Windrichtungen zerstreuten, genießerischen Volkes. Ein wunderbares Lesebuch mit mehr als 800 Rezepten, das als historisch relevante, fesselnde wie unterhaltsame Lektüre in keiner gut sortierten Kochbuch-Sammlung fehlen sollte.

**Claudia Roden**  
**Das Buch der jüdischen Küche**  
**Mandelbaum Verlag, € 54**