

„Das Beste am Kochen ist der sinnliche Akt beim Zusammenfügen verschiedenster Zutaten, bei dem am Ende immer fantastische Gerichte entstehen.“



MAG.^A MELIHA EICHINGER, 33 JAHRE
PROFESSORIN AN DER BHAK/GOLF-HAK STEGERSBACH



GENUSS AM LEBEN

SEIT 2013 SCHREIBT LILLY AUF IHREM BLOG „LILLYTIME“ ÜBER DIE SCHÖNEN DINGE DES LEBENS UND BEGEISTERT IHRE LESER MEHRMALS DIE WOCHE MIT SPANNENDEN UND ABWECHSLUNGSREICHEN EINBLICKEN IN IHR LEBEN.

www.lillytime.com

Bei Bloggerin Meliha, oder kurz Lilly, steht der Genuss im Vordergrund und zwar in allen Lebensbereichen. „Ich lebe das Lustprinzip. Genau diese Einstellung möchte ich auch auf meinem Blog „Lillytime“ vermitteln. Denn mit den richtigen Tipps ist das Genießen ganz einfach, auch als Working Mum“, so die Mama einer kleinen Tochter. So schreibt sie auf ihrem Blog hauptsächlich über Themen wie Reisen, Mode, Familie und natürlich Kochen sowie Backen. „Es ist super, eine Plattform zu haben, auf der man seine Leidenschaften

mit einer großen Leserschaft teilen kann. Das macht für mich auch den Reiz am Bloggen aus“, erklärt die Burgenländerin.

Abwechslung macht Freude

„Das Zauberwort ist Vielfalt: Mein Blog ist ein buntes Potpourri an abwechslungsreichen Themen, genau das macht ihn so individuell“, so die Bloggerin.

Ein Credo, welches auch in der Kategorie Rezepte erkennbar ist, so findet man von Frühstück über Vorspeisen und Hauptspeisen bis hin zu Süßem

und Partyfood eine große Auswahl an Rezepten auf ihrem Blog. „Die Liebe zum Kochen hat mein Mann in mir geweckt, da er selbst gut und gerne kocht. Mittlerweile hilft auch meine dreijährige Tochter Emily schon tatkräftig in der Küche mit, was mich persönlich wahnsinnig freut“, so die Hobbyköchin.

Faszination Kochen

„Das Beste am Kochen ist der sinnliche Akt beim Zusammenfügen verschiedenster Zutaten, bei dem am Ende immer fantastische Gerichte

entstehen“, so Lilly lächelnd. Inspiration für ihre Kreationen in der Küche holt sie sich bei Reisen oder in Restaurants. „Wenn ich ganz ehrlich bin, entstehen bei mir viele Gerichte ganz ohne Rezept und sind davon abhängig, was unser Vorratsschrank gerade hergibt“, erzählt uns die Frohnatur augenzwinkernd. Auf keinen Fall fehlen dürfen aber frisches Gemüse, bestes Olivenöl und gutes Meersalz, ohne diese Zutaten funktioniert in der Küche nichts.

„Eine weitere Regel, an die ich mich beim Kochen immer halte, ist die Lie-

be, beim Zubereiten der Gerichte“, so die reisefreudige Lehrerin. Darüber hinaus achtet die Bloggerin auf Regionalität und Saisonalität, da ihr eine gute Qualität der Waren sehr wichtig ist.

Abschließend hat Lilly noch einen Tipp für alle Hobbyköche: „Wie mit allen Sachen im Leben verhält es sich auch mit dem Kochen – alles, was man mit Liebe und Leidenschaft macht, gelingt.“

„DA ICH EINE GEWISSE ZEIT IN ITALIEN GELEBT UND STUDIERT HABE, BIN ICH FÜR MEINE ITALIENISCHEN GERICHTE BEKANNT. VOR ALLEM MEIN TIRAMISU IST HEISS BEGEHRT.“

Meliha



ZUTATEN

4 Hühnerfilets
10 Scheiben Prosciutto
Öl zum Anbraten

Für die Polenta

2 l Wasser
1 EL Meersalz
400 g Maisgrieß

Für die Sauce

1 Hand voll getrocknete Tomaten
Schuss Weißwein
100 ml Schlagobers
gehacktes Basilikum
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Die Hühnerfilets putzen, mit je 2 bis 3 Scheiben Prosciutto umwickeln und in einer Pfanne mit etwas Öl braten. Je nach Stärke der Filets sollte man die Filetstücke noch bei 180 °C ins Rohr geben.
2. Für die Polenta 2 Liter Wasser und 1 EL Meersalz zum Kochen bringen. Maisgrieß einstreuen und 20 Minuten auf kleiner Flamme quellen lassen. Öfter umrühren.
3. Für die Sauce die gehackten und getrockneten Tomaten im Bratfett kurz anbraten und mit Weißwein ablöschen, reduzieren lassen. Schlagobers einrühren, Basilikum hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles auf einem Teller anrichten und noch warm servieren.

CA. 30 MIN
FÜR 4 PERSONEN



HÜHNERFILET
im Prosciutto-Mantel mit Polenta

ZUTATEN

Für den Teig

500 g Mehl
80 g Zucker
½ TL Salz
2 Pkg. Trockengerst
250 ml lauwarme Milch
1 Ei
80 g weiche Butter

Für die Fülle

200 g gemahlene Walnüsse
3 EL Kristallzucker
2 EL Kakao
3 EL Zimt
1 Ei
½ Tasse Milch

Für den Zuckerguss

100 g Staubzucker
Saft einer halben Zitrone
etwas Wasser

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig alle Zutaten (mit Ausnahme der Butter) in eine Küchenmaschine geben und zu einem glatten Teig kneten lassen. Dabei soll der Teig zweimal jeweils für zwei Minuten geknetet werden. Beim zweiten Durchgang die Butter hinzugeben. Da das Fett der Butter den Germ beim „Arbeiten“ stört, sollte sie nicht gleich zu Beginn hinzugefügt werden.
2. Den Teig zu einer Kugel formen und in einer Schüssel zugedeckt mindestens 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.
3. Inzwischen die Nussfülle zubereiten: Walnüsse, Kristallzucker, Kakao und Zimt miteinander verrühren. Das Ei verquirlen, mit der Milch verrühren und zum Walnussgemisch geben.
4. Nun den Teig auf einer bemehlten Fläche zu einem Rechteck ausrollen und die Nussfüllung gleichmäßig darauf verteilen. Den Teig einrollen und der Länge nach halbieren. Mit den Schnittflächen nach oben gegenseitig verschlingen. Den Zopf bei 200 °C ca. 25–30 Minuten backen.
5. Für den Zitronenguss alle Zutaten miteinander verrühren und nach Ende der Backzeit auf den heißen Zopf streichen. Den Nusszopf nun wieder für weitere 5–10 Minuten ins Backrohr geben, damit er schön glaciert wird.

NUSSZOPF

CA. 90 MIN
FÜR 5-7 PERSONEN

ZUTATEN

100 g Margarine/Butter
50 g gehackte Zartbitterschokolade
130 g Kristallzucker
2 Eier
180 g glattes Mehl
1 TL Backpulver
1 Prise Salz
3 TL Kakaopulver
100 ml Milch
300 g Weichseln, abgetropft
(davon 12 Stück fürs Topping aufheben)
12 Papierförmchen

Für das Frosting

200 ml Schlagobers
1 Sahnesteif
2 Pkg. Vanillezucker
^{2/3} **Pkg. Frischkäse Doppelrahmstufe**
etwas Staubzucker
Schokoraspeln zum Dekorieren

CA. 40 MIN
FÜR 12 CUPCAKES

ZUBEREITUNG

1. Den Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und eine 12er-Muffinform mit Papierförmchen bestücken. Die Butter mit der Schokolade in einem Topf auf kleiner Flamme schmelzen. Beiseite stellen und abkühlen lassen.
2. Die abgekühlte Schokobutter mit dem Zucker schaumig schlagen und die Eier einzeln unterrühren.
3. Das Mehl mit Backpulver, Salz und Kakaopulver mischen, über die Eiermasse sieben und mit der Milch unterrühren.
4. Den Teig in die Förmchen geben und je drei, vier Weichseln reindrücken. Bei 180 °C etwa 20 Minuten backen.
5. Die fertigen Schokoküchlein auskühlen lassen, währenddessen das Frosting zubereiten.
6. Schlagobers mit Sahnesteif und Vanillezucker steif schlagen und anschließend den Frischkäse und den Staubzucker hinzufügen. Die Schlagobersmasse in einen Spritzsack füllen und auf die bereits ausgekühlten Küchlein spritzen. Abschließend jeden Cupcake mit einer Kirsche und Schokoraspeln verzieren.



SCHWARZWÄLDER-KIRSCH-CUPCAKES

„Meine kulinarischen Lieblinge im Herbst sind definitiv Kürbisse und Kastanien.“

WORDRAP MELIHA:

Kochen ist für mich etwas Soziales, da man Essen meist mit lieben Menschen teilt und Zeit mit ihnen verbringt.

Am liebsten koche ich für meine kleine Tochter Emily, meine Familie und Freunde.

Gutes Essen bedeutet für mich Leidenschaft, Genuss und Wohlstand. Und Luxus, dieses zu genießen. Entweder man ernährt sich oder man genießt ausgiebig. Genauso verhält es sich mit dem Zubereiten von Speisen. Ich ziehe Zweites vor.

Meine Top 3 Kochbücher/ Foodblogs sind Jamie Oliver-Kochbücher, Finger & Food und unser Familienkochbuch

Mein Lieblingslokal in meiner Stadt: das Kastell. Nicht ganz in meiner Stadt, aber gehört auch zu meinen Lieblingsrestaurants, ist das Haberl in Walkersdorf.



#motheranddaughter