

CRACK KITCHEN

ÖSTERREICH EDITION

23
REZEPTE



VINCE

Wirtshausküche & Mehlspeisen

@watchvince on TikTok

Willkommen daheim

Nach dem ersten Buch und der Vietnam Edition war klar, dass eines noch fehlt: die Kueche, mit der ich aufgewachsen bin. 23 oesterreichische Klassiker, so gekocht, wie sie gehoeren - ohne Abkuerzungen und ohne Schnickschnack.

Die oesterreichische Kueche hat einen schlechten Ruf als schwer und altmodisch. Das stimmt nur, wenn man sie schlecht macht. Ein richtiges Saftgulasch besteht aus vier Zutaten und drei Stunden Zeit. Ein Tafelspitz ist gekochtes Rindfleisch - und trotzdem eines der besten Gerichte der Welt, wenn man weiss, wann das Fleisch ins Wasser kommt.

Genau darum geht es in diesem Buch: um die Details, an denen es haengt. Warum Paprikapulver nie in die heisse Pfanne darf. Warum der Schweinsbraten in der ersten Stunde im Wasser liegt. Warum Kuerbiskernoele niemals erhitzt wird. Das sind die Sachen, die dir sonst niemand sagt.

Und bei jedem Rezept steht wieder dabei, wo es schiefgehen kann - weil es bei mir auch schiefgegangen ist.

Also: Schuerze um, Schmalz in die Pfanne, let's go.

- Vince, King of the Godly Plates

Zu den Preisen

Bei jedem Rezept findest du zwei Preise: einmal in Bio- und Bauernqualitaet, einmal konventionell. So sieht jeder auf einen Blick, was das Gericht kostet - egal ob man aufs Beste oder aufs Geld schaut.

Alle Angaben sind Richtwerte fuer Wien (Stand Sommer 2026). Gewuerze und Vorräte sind anteilig gerechnet. Gerade bei der oesterreichischen Kueche lohnt sich der Blick zum Fleischhauer: Suppenfleisch, Wadschinken und Schweinsbraten sind dort oft guentiger als im Supermarkt und deutlich besser. Deshalb steht ueberall ca. davor.

Die Regeln der oesterreichischen Kueche

Sechs Prinzipien, die in fast jedem Rezept vorkommen. Wer die drauf hat, kocht die Haelfte des Buchs blind.

» 1. Paprikapulver nie in die heisse Pfanne

Der wichtigste Satz im ganzen Buch. Topf vom Herd nehmen, Paprikapulver einruehren, sofort mit Essig oder Suppe abloeschen. Verbranntes Paprikapulver wird bitter und ruiniert jedes Gulasch.

» 2. Gleich viel Zwiebel wie Fleisch

Bei jedem Gulasch. Die Zwiebeln werden 25 Minuten dunkelbraun geroestet und zerkochen dann vollstaendig - sie SIND die Sauce. Deshalb braucht ein echtes Saftgulasch weder Mehl noch Staerke.

» 3. Kalt aufsetzen oder heiss einlegen

Fuer Suppe kommen Fleisch und Knochen in kaltes Wasser, damit der Geschmack in die Bruehe geht. Fuer Tafelspitz kommt das Fleisch ins kochende Wasser, damit der Saft drinbleibt. Wer das verwechselt, hat beides falsch.

» 4. Knoedel ziehen, nicht kochen

Egal ob Semmel-, Leber- oder Marillenknoedel: Das Wasser darf nur zittern. Bei sprudelndem Wasser zerfallen sie. Und immer zuerst einen Probeknoedel machen.

» 5. Altbackene Semmeln sind Gold wert

Semmelknoedel, Leberknoedel, Serviettenknoedel - die halbe oesterreichische Kueche basiert auf trockenem Weissbrot. Frische Semmeln werden matschig. Nie wegwerfen, immer aufheben.

» 6. Warm marinieren, kalt anrichten

Erdaepfelsalat wird warm mariniert, damit die Erdaepfel die Marinade aufsaugen. Kuerbiskernoel kommt erst zum Schluss dazu und wird nie erhitzt. Zwei kleine Regeln, ein grosser Unterschied.

KAPITEL

1

SUPPEN - DER ANFANG VON ALLEM

Ohne gute Rindsuppe geht gar nichts



IN DIESEM KAPITEL

Rindsuppe mit Frittaten • Grießnockerlsuppe
Leberknödelsuppe • Gulaschsuppe

1 Rindsuppe mit Frittaten

Die goldene Basis der österreichischen Küche

6 Portionen · 3,5 Std

Ohne eine gute Rindsuppe geht in Österreich gar nichts. Sie ist Vorspeise, Grundlage für zehn andere Gerichte und Sonntagsritual in einem. Dazu Frittaten - in Streifen geschnittene Palatschinken.

\$ Zutatenkosten: **ca. 24,00 € Bio/Bauern** · ca. 16,00 € konventionell
ca. 2,70-4,00 € pro Portion (Richtwerte, Stand Sommer 2026, Wien)

ZUTATEN

- 1 kg Rindsknochen (Mark- und Beinknochen)
- 800 g Suppenfleisch (Beinscheibe, Wadschinken oder Kruspelspitz)
- 2 Zwiebeln, ungeschält, halbiert
- 3 Karotten
- 1 Stück Sellerie (ca. 150 g)
- 1 Petersilwurzel
- 1 Stange Lauch
- 1 Bund Petersilie
- 10 Pfefferkörner
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Liebstöckel (getrocknet)
- 1,5 EL Salz
- -- Für die Frittaten --
- 2 Eier
- 120 g glattes Mehl
- 250 ml Milch
- 1 Prise Salz
- Butterschmalz zum Backen
- Schnittlauch zum Bestreuen

ZUBEREITUNG

1

Die Knochen kalt abspülen und in einen großen Topf geben. Mit 4 Litern KALTEM Wasser aufsetzen. Kalt ist wichtig: So lösen sich die Eiweiße langsam und die Suppe wird geschmackvoller.

2

Die Zwiebelhälften mit der Schnittfläche nach unten in eine trockene Pfanne legen und schwarz rösten. Diese Röststellen geben der Suppe die goldene Farbe.

3

Langsam zum Sieden bringen - nie sprudelnd kochen. Sobald sich Schaum bildet, gründlich abschöpfen. Je sauberer du abschöpfst, desto klarer die Suppe.

4

Das Suppenfleisch dazugeben, ebenso die gerösteten Zwiebeln, Pfefferkörner, Lorbeer und Liebstöckel. Zwei Stunden leise ziehen lassen.

5

Erst jetzt das geputzte Wurzelwerk (Karotten, Sellerie, Petersilwurzel, Lauch) dazugeben und weitere 45 Minuten mitkochen. Wer das Gemüse von Anfang an mitkocht, hat am Ende geschmacklose Fasern.

6

Fleisch und Gemüse herausnehmen. Die Suppe durch ein feines Sieb oder ein Tuch gießen und salzen.

7

Für die Frittaten: Eier, Mehl, Milch und Salz zu einem glatten, dünnflüssigen Teig verrühren und 20 Minuten rasten lassen. In einer Pfanne mit wenig Butterschmalz dünne Palatschinken backen.

8

Die abgekühlten Palatschinken aufrollen und in feine Streifen schneiden.

9

Frittaten in den Suppenteller geben, heiße Rindsuppe darübergießen, Schnittlauch drüber. Das Suppenfleisch wird traditionell separat mit Kren serviert.

★ Vince' Tipp - kalt aufsetzen

Für Suppe setzt man Fleisch und Knochen in KALTEM Wasser an, damit möglichst viel Geschmack ins Wasser geht. Beim Tafelspitz ist es genau umgekehrt - dort kommt das Fleisch ins heiße Wasser, damit der Saft drinbleibt.

! Wo's schiefgeht - trübe Suppe

Zu stark gekocht und Schaum nicht abgeschöpft. Die Suppe darf nur zittern, nicht blubbern. Und wenn sie doch trüb wird: mit einem geschlagenen Eiklar klären.

+ Meal Prep

Immer die doppelte Menge machen und portionsweise einfrieren. Damit hast du die Basis für Grießnockerl-, Leberknödel- und Frittatensuppe jederzeit parat.

2 Grießnockerlsuppe

Die Einlage, an der man die Köchin erkennt

4 Portionen · 45 Min (plus Rindsuppe)

Locker, flaumig und in der Mitte fast cremig - so gehören Grießnockerl. Die Kunst liegt im Verhältnis und in der Geduld beim Ziehen lassen.

\$ Zutatenkosten: **ca. 6,00 € Bio/Bauern** · ca. 4,00 € konventionell
ca. 1,00-1,50 € pro Portion (plus Suppe) (Richtwerte, Stand Sommer 2026, Wien)

ZUTATEN

- 80 g Butter, weich
- 2 Eier
- 150 g Weizengrieß
- 1/2 TL Salz
- 1 Prise Muskatnuss
- 1,5 l Rindsuppe (siehe Rezept 1)
- Schnittlauch zum Bestreuen

ZUBEREITUNG

1

Die weiche Butter mit dem Schneebesen oder Mixer schaumig rühren, bis sie hell und luftig ist. Das ist die Basis für die Flaumigkeit - hier nicht schludern.

2

Die Eier nacheinander einrühren, dann Salz und Muskat dazugeben.

3

Den Grieß mit einem Löffel unterheben, nicht mehr rühren als nötig.

4

Die Masse zugedeckt 30 Minuten bei Raumtemperatur rasten lassen. Der Grieß quillt und die Nockerl werden dadurch erst locker. Wer sofort formt, bekommt harte Klöße.

5

In einem weiten Topf Salzwasser oder verdünnte Suppe zum Sieden bringen - nicht kochen.

6

Mit zwei angefeuchteten Esslöffeln Nockerl formen und ins siedende Wasser gleiten lassen. Sie sollen Platz haben, weil sie auf das Doppelte aufgehen.

7

Deckel drauf und 15-20 Minuten ziehen lassen, ohne dass es kocht. Ein Nockerl aufschneiden: Es soll innen gleichmäßig flaumig sein, nicht mehr grießig.

8

Die fertigen Nockerl in die heiße Rindsuppe geben, Schnittlauch darüber und servieren.

★ Vince' Tipp - das Verhältnis merken

Auf 1 Ei kommen etwa 40 g Butter und 75 g Grieß. Wenn du dir das merkst, brauchst du nie wieder ein Rezept - und kannst die Menge beliebig hochrechnen.

! Wo's schiefgeht - zu früh geformt

Die 30 Minuten Rastzeit sind nicht verhandelbar. Der Grieß muss quellen, sonst zerfallen die Nockerl entweder im Wasser oder werden hart wie Murmeln.

★ Vince' Tipp - Probenockerl

Immer eines zuerst reingeben und testen. Zerfällt es, kommt noch ein Löffel Grieß in die Masse. Ist es zu fest, ein Schuss Milch.