

# Volldampf einmachen

REZEPT: LINA PROJER | FOTOS: RUTH KÜNG (FOOD), PD

Kompott kann man heute mühelos selber machen. Im Combi-Steamer von V-ZUG per Knopfdruck. Stefan Meier, Inhaber des Restaurant Rathauskeller in Zug, verrät drei Tricks. Zudem gibt es einen Steamer-Kochkurs bei ihm im Lokal zu gewinnen

1 «Die Einmachgläser werden im Combi-Steamer 15 Minuten lang bei 100 Grad keimfrei desinfiziert.»

2 «Verwenden Sie zum Einkochen nur gesunde, reife Früchte und Gemüse, das Sie gründlich gewaschen haben.»

3 «Die Früchte lassen sich in zwei Arbeitsschritten dämpfen: 10 Minuten im offenen, dann 10 Minuten im geschlossenen Glas bei 100 Grad garen.»



## Stefan Meier

«Einmachen hat eine lange Tradition. Das Know-how wurde früher von der Grossmutter an die Tochter und dann an die Enkelin weitergegeben. Die Herausforderung damals war, die Früchte oder das Gemüse keimfrei zu halten. Mit dem Combi-Steamer von V-ZUG gelingt dies garantiert. Und so kocht jeder und jede wie ein Chef daheim!»

## Wettbewerb

**Gewinnen Sie** einen privaten Kochkurs für den Steamer bei Stefan Meier in seinem Restaurant Rathauskeller in Zug. Gesponsort wird der Anlass von V-ZUG. Zum Schluss der Lektion servieren Sie das Menü Ihrer Partnerin, ihrem Partner oder einer Person Ihrer Wahl. Details zum Wettbewerb unter <http://lifestyle.vzug.ch/saisonkueche>.

## Alleskönner



Neben Kompott lässt sich im Combi-Steamer Fisch, Fleisch, Gemüse und vieles mehr zubereiten. V-ZUG veranstaltet übrigens regelmässig Kochvorführungen - vor und nach dem Kauf eines Gerätes.



## Zwetschgenkompott

FÜR 2 GLÄSER À CA. 450 G

- 2 Eier
- 1 Eigelb
- 25 g Zucker
- 1 dl Rahm
- 1 Prise Zimt

Zwetschgenkompott:

- 12 Zwetschgen
- 20 g Zucker

1. Für das Zwetschgenkompott Steamer auf 100 °C (Dampf) vorheizen. Früchte halbieren und entsteinen. In eine Porzellanschale legen. Mit Zucker bestreuen. Zwetschgen in Auflage 2 in den Garraum schieben. 12 Minuten garen. Die Hälfte der Zwetschgen mit etwas Saft pürieren. Durch ein feines Sieb streichen und beiseitestellen.

2. Für das Parfait Eier, Eigelb und Zucker in eine Schüssel geben. Über dem heissen Wasserbad mit dem Handrührgerät schaumig schlagen, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Schüssel vom Wasserbad nehmen. Masse weiterschlagen, bis sich ihr Volumen verdoppelt hat und sie hell und wieder kalt geworden ist. Rahm steif schlagen. Nacheinander beiseitegestelltes Zwetschgenpüree, Zimt und Schlagrahm unter die Ei-Zucker-Masse heben. In Förmchen füllen und ca. 8 Stunden tiefkühlen. Parfait mit Zwetschgenkompott anrichten.

**ZUBEREITUNG** ca. 30 Minuten + ca. 8 Stunden tiefkühlen

**Pro Person** ca. 6 g Eiweiss, 11 g Fett, 21 g Kohlenhydrate, 1000 kJ/240 kcal