

50 Jahre
Jubiläum

WOCHENMARKT FRIEDBERG

Seit 1976



Friedberg *schmeckt*

Rezepte • Geschichten • Genuss aus Friedberg

*Regional.
Saisonal.
Ehrlich.
Gut.*



Grußwort Vom Bürgermeister

Liebe Bürgerinnen und Bürger,
liebe Marktbesucherinnen und Marktbesucher,
sehr geehrte Gäste,

Märkte gehören seit der Stadtgründung im Jahr 1264 zur Geschichte Friedbergs. Über Jahrhunderte waren sie Orte des Handels, der Begegnung und des Austauschs. Diese Tradition lebt bis heute auf unserem Wochenmarkt weiter. Seit nunmehr 50 Jahren bereichert der Friedberger Wochenmarkt jeden Freitag die Innenstadt Friedbergs. Hier treffen frische, regionale Produkte auf persönliche Gespräche, vertraute Gesichter und eine besondere Atmosphäre. Der Wochenmarkt ist weit mehr als ein Ort zum Einkaufen – er ist ein Stück gelebte Gemeinschaft und Lebensqualität im Herzen unserer Stadt. Mein herzlicher Dank gilt allen Marktbesucherinnen und Marktbesuchern für ihr großes Engagement sowie allen Besucherinnen und Besuchern, die unseren Markt Woche für Woche mit Leben füllen. Dieses Rezeptbuch blickt auf die Geschichte unseres Wochenmarkts zurück und lädt Sie mit abwechslungsreichen Rezeptideen dazu ein, die Vielfalt regionaler Produkte neu zu entdecken. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen, Nachkochen und natürlich bei Ihrem nächsten Besuch auf unserem Friedberger Wochenmarkt.

Herzlichst


Roland Eichmann

Erster Bürgermeister der Stadt Friedberg



Inhalt

Grußwort	S. 2
Geschichte des Wochenmarktes	S. 3
Historische Bilder vom Marktgeschehen	S. 4
Rezept Friedberger Cocktails	S. 5
Rezept Orientalische Dips	S. 6
Rezept Rote Bete - Kichererbsensalat	S. 7
Rezept Griechischer Bauernsalat	S. 8
Rezept Rohrbacher Bohnensalat	S. 9
Rezept Gulaschsuppe	S. 10
Rezept Kürbiscremesuppe	S. 11
Rezept Schinken-Käse Torte	S. 12
Rezept Zwiebelrostbraten	S. 13
Rezept Krautkrapfen	S. 14
Rezept Kässpätzle	S. 15
Rezept Kürbislasagne	S. 16
Rezept Wittelsbacher Ochsenbäckchen in kräftiger Rotweinsauce	S. 17
Rezept Aprikosenknödel	S. 18
Rezept Karamalisierte Ganache	S. 19
Rezept Kaiserschmarrn	S. 20
Rezept Apfel Crisp	S. 21
Rezept Glückskuchen	S. 22
Rezept Träubiskuchen	S. 23
Rezept Bratapfelkuchen	S. 24
Rezept Haferflockenkuchen	S. 25
Kontakt und Impressum	S. 26

Geschichte des Wochenmarkts



2026 50 Jahre Wochenmarkt

2026 feiert Friedberg das 50-jährige Bestehen des Wochenmarkts. Das Jubiläum unterstreicht die lebendige Markttradition der Stadt von 1264 bis heute.

1914 Marienplatz

Bis 1914 hieß der heutige Marienplatz „Am Platz“. Die Umbenennung erfolgte nach der Mariensäule, die 1599 aufgrund eines Gelöbnisses im Pestjahr errichtet wurde. 1788 wurde die freistehende Säule um einen Brunnen ergänzt.

Das Marktrecht – ein Privileg

Das rote Kreuz im Friedberger Stadtwappen symbolisiert den Marktfrieden und das damit verbundene Marktrecht. So konnten Händler ihre Waren auf den Märkten unter besonderem Schutz anbieten.



1976 Start des Wochenmarkts

Am 17. September 1976 wurde der Friedberger Wochenmarkt nach langer Unterbrechung wieder ins Leben gerufen. Seither bietet er jeden Freitagvormittag frische und regionale Produkte in der Innenstadt an und ist ein Ort der Begegnung.

Mittelalter bis Neuzeit

Über Jahrhunderte entwickelte sich Friedberg zu einer bedeutenden Marktstadt. Die ursprünglichen drei Jahrmärkte sowie ein Wochenmarkt dienten der Versorgung und waren ein gesellschaftliches Ereignis.

1264 Stadtgründung

Herzog Ludwig II. der Strenge gründete Friedberg als Grenzstadt. Das verliehene Marktrecht förderte Handel, zog Handwerker und Händler an und legte den Grundstein für den wirtschaftlichen Aufschwung.

2026

1976

1914

1700

1500

1264

Historische Bilder vom Marktgeschehen



50 Jahre Wochenmarkt



40 Jahre Wochenmarkt



Wochenmarkt am Marienplatz



Wochenmarkt Jungbräustraße
© Martin Huber



Marktgeschehen
© Andreas Schmidt



Viehmarkt, Bauernbräustraße

2026

2016

2003

1981



1925

Cocktails

Friedberger Seeraum

Sunset Friedberg Deluxe



Zubereitung
10 Minuten



Portionen
1



Schwierigkeit
leicht



Menschen hinter dem Rezept



Elke Aigbobo
Wirtin

Chill Island
Bar & Café
Bauernbräustraße 2
86316 Friedberg

Tel.: 0162 5286444

Tipp

Die Zutaten in einem kalten Shaker mixen. Dafür den Shaker vorab in das Gefrierfach stellen oder Eiswürfel für den Mixvorgang zugeben und danach wieder abseihen.



Sonnenuntergang

An der Friedberger Stadtmauer, am Friedberger Berg oder auch am See – immer eine perfekte Location.



Tipp

Longdrinkgläser (Highball) haben ein Fassungsvermögen von ca. 300 – 400 ml. Soll der Cocktail festlich wirken, eignen sich bauchige Hurricane Gläser.



Zutaten

Friedberger Seeraum

- 4 cl Wodka
- 2 cl Pfirsichlikör
- 4 cl Cranberrysaft
- 1 cl Zitronensaft
- 4 cl Orangensaft
- 4 cl Ananassaft
- Eiswürfel
- Deko: Ananas- und Orangenscheibe

Sunset Friedberg Deluxe

- 4 cl Bacardi Rum weiß
- 4 cl Kokos Rum
- 4 cl Ananassaft
- 4 cl Amarena Kirschsaff
- 1 – 2 cl Grenadine Sirup
- Crushed Ice
- Deko: Ananas- oder Orangenscheibe und Cocktailkirsche

Zubereitung für beide Cocktails

1

Friedberger Seeraum:

Eiswürfel in ein Longdrinkglas geben, alle Zutaten direkt in das Glas abmessen, mit Saft auffüllen und alles im Glas verrühren. Mit frischen Fruchtscheiben garnieren.

2

Sunset Friedberg Deluxe:

Longdrinkglas mit Crushed Ice auffüllen, Ananassaft und Rum im Shaker gut schütteln. Zuerst die hellen Zutaten eingießen, dann folgt der Amarena Kirschsaff. Zum Schluss den Grenadine Sirup langsam am Glasrand oder über die Rückseite eines Löffels ins Glas laufen lassen. So ergibt sich ein schöner Farbverlauf, der an einen Sonnenuntergang erinnert. Mit einer Orangenscheibe und einer Cocktailkirsche garnieren.

3

Alkoholfreier Sunset - Cocktail:

8 cl Orangensaft
6 cl Ananassaft
2 cl Zitronen- oder Limettensaft
2 cl Grenadine Sirup
Eiswürfel

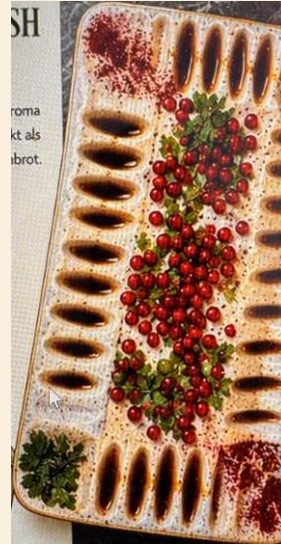
Mutabal & Baba Ghanoush

Zwei Dips aus der orientalischen Küche

 **Zubereitung**
60 Minuten

 **Portionen**
4

 **Schwierigkeit**
leicht



Menschen hinter dem Rezept



Redwan Taleb
Küchenchef und Inhaber

EHH.OKAY
Aroma des Orients

Jungbräustr. 2
86316 Friedberg
Tel.: 0821-29719515



Tipp

Am Besten
schmecken die Dips
mit warmen
Fladenbrot, frischem
Gemüse und einem
Glas Cay.



Mut und Neuanfang

Mit orientalischen
Spezialitäten hat die
syrische Familie Taleb
ihre kulinarische
Heimat nach Friedberg
gebracht.



Tipp

Als Vorspeise ebenso
köstlich wie als
Mitbringsel für die
nächste Gartenparty.

Zutaten

Mutabal:

- 1 Aubergine
- 2 El Joghurt
- Etwas
Sesampaste
(Tahini)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Prise Salz

Baba Ghanoush:

- 1 Aubergine
- Paprikapaste
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Prise Salz
- Tomaten-
stückchen für die
Dekoration

Zubereitung für beide Gerichte

- 1 Mit dem Messer kleine Löcher in die Aubergine stechen.
- 2 Die Aubergine im Backofen oder auf dem Grill bei 150 Grad Ober / Unterhitze etwa 1 Stunde garen.
- 3 Die Aubergine herausnehmen und kurz abkühlen lassen.
- 4 Anschließend schälen und mit einem Stampfer oder einer Gabel das Fruchtfleisch zerdrücken.
- 5 Die jeweiligen Zutaten (Knoblauch, Paprikapaste, bzw. Joghurt und Tahini sowie Salz) hinzufügen und alles gut vermischen.
- 6 Die Dips auf einem Teller anrichten und mit den jeweiligen Zutaten dekorieren.

Rote Bete - Kichererbsensalat

Das Lieblingsrezept vom Bürgermeister



Zubereitung
20 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
leicht



KI generiert

Menschen hinter dem Rezept



Roland Eichmann

Erster Bürgermeister der Stadt Friedberg

Dieses Rezept zeigt, dass wenige gute Zutaten genügen, um etwas Besonderes auf den Tisch zu bringen. Frisch, gesund und voller Geschmack.

Tipp

Der Salat schmeckt leicht gekühlt besonders gut als Vorspeise oder als Beilage zu gegrilltem Fleisch oder Fisch.

Alter Friedberger Begriff

Rote Bete, auch Rote Rübe oder regional Rahne genannt, wird im süddeutschen Raum bereits seit dem Mittelalter angebaut und gegessen.

Tipp

Lassen Sie den Salat über Nacht gut durchziehen, dann entwickelt er noch mehr Aroma.

Zutaten

Zutaten:

- 500 g gegarte Rote Bete
- 1 Dose Kichererbsen (250 g Abtropfgewicht)
- 1 rote Zwiebel
- 80 g Feta Schafskäse (optional)
- 2 EL gehackte Petersilie
- 2 EL Walnüsse oder Kürbiskerne

Dressing:

- 2 EL Weißwein- oder Apfelessig
- 4 EL gutes Olivenöl
- 1 TL Honig
- 1 TL mittelscharfer Senf
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

- 1 Die Rote Bete in mundgerechte Würfel oder Scheiben schneiden.
- 2 Kichererbsen in einem Sieb abspülen und gut abtropfen lassen.
- 3 Die rote Zwiebel in feine Würfel schneiden.
- 4 Für das Dressing Olivenöl, Essig, Honig und Senf verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5 Rote Bete, Kichererbsen und Zwiebel mit dem Dressing vermengen und etwas 15 Minuten ziehen lassen.
- 6 Kurz vor dem Servieren Kräuter und Walnüsse oder Kürbiskerne unterheben, Fetakäse darüber bröseln.

Griechischer Bauernsalat

Das Rezept vom Friedberger Marktmeister



Zubereitung
20 Minuten



Portionen
6



Schwierigkeit
leicht



KI generiert

Zutaten

Zutaten:

- 2 Gurken
- 4 Tomaten
- 1 rote Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 150 g Feta Schafskäse
- 100 g Griechische Kalamanta Oliven, schwarz

Dressing:

- Salz, Pfeffer
- 2 EL Weißweinessig
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Oregano

Alle Zutaten lassen sich perfekt auf dem Friedberger Wochenmarkt frisch und regional einkaufen.

Zubereitung

- 1 Gurken, Tomaten und Paprika in Stücke schneiden. Die rote Zwiebel halbieren und in Scheiben schneiden.
- 2 Nun werden die Oliven in Scheiben und der Fetakäse in Würfel geschnitten.
- 3 Alles vorsichtig miteinander vermengen. Jetzt noch die Oliven und den Fetakäse hinzugeben und unterheben.
- 4 Den Salat mit Olivenöl, Essig, frischem Oregano, Salz (nur etwas, da der Schafskäse auch schon salzig ist) und Pfeffer würzen. Gut vermengen und vor dem Servieren ziehen lassen.

Menschen hinter dem Rezept



Roland Gerkens
Marktmeister Friedberg

Seit Juli 1994 verantwortlich für die Betreuung und die Organisation der Jahrmärkte und des Wochenmarkts.



Tipp

Der Salat passt sehr gut zum Grillengerichten.



Alter Friedberger Begriff

Schüsselsalat – ältere Bezeichnung für Salate, die in einer großen Schüssel serviert wurden.



Tipp

Perfekt für heiße Sommertage. Lässt sich gut vorbereiten und als Partysalat mitnehmen.

Rohrbacher Bohnensalat

Lauwarm ein Genuss



Zubereitung
20 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
leicht



Menschen hinter dem Rezept



Stefan Fuß
Inhaber Goldener Stern

**Gasthaus & Catering
Goldener Stern**
Dorfstr. 1
86316 Rohrbach
08208 407
mail@gasthaus-goldenerstern.de
www.gasthaus-goldenerstern.de

Tipp



Tomate häuten: An der Unterseite die Haut mit einem scharfen Messer kreuzförmig einritzen, dann 20 Sek. in kochendes Wasser, anschließend in kaltes Wasser legen.



Alter Friedberger Begriff

Grüne Bohnen wurden in vielen Gegenden auch Fisolen oder Brechbohnen genannt.



Tipp

Der Salat passt sehr gut zu Grillgerichten.

Zutaten

Zutaten:

- 800 g Bohnen, gerne gemischt: Bobby, breite, gelbe – was der Wochenmarkt hergibt
- 250 g Tomaten, gerne bunt, gelbe, grüne
- 1 Bund Frühlingszwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Bohnenkraut
- 3 EL guter Reisessig
- 5 EL kalt gepresstes Olivenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

- 1 Die Bohnen putzen und im kochenden Salzwasser ca. 5-8 Min. kochen und in Eiswasser abschrecken.
- 2 Die Tomaten kurz in kochendes Wasser legen, mit kaltem Wasser abkühlen, die Haut abziehen, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln.
- 3 Die Frühlingszwiebeln in kleine Röllchen schneiden oder klein hacken
- 4 Den Knoblauch in feine Würfel schneiden und mit gehacktem Bohnenkraut, Essig und Olivenöl mischen.
- 5 Alle Zutaten mit dem Dressing gründlich vermengen und mit Pfeffer und Salz würzen.

Gulaschsuppe

Einfach gut

Ein bewährtes Familienrezept



Zubereitung
60 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
leicht



KI generiert

Menschen hinter dem Rezept



Renate Mayer
Geschäftsführerin

Aktiv-Ring Friedberg GmbH
www.aktivring.de



Aktiv-Ring Friedberg GmbH

Setzt sich für eine lebendige Innenstadt ein und teilt mit ihrer Gulaschsuppe ein Rezept, das Wärme und Genuss auf den Tisch bringt.

Tipp



Das Paprikapulver erst nach dem Anrösten der Zwiebeln einrühren und nur kurz rösten, sonst wird es bitter.

Gulaschsuppe



Die Suppe wurde ursprünglich von den ungarischen Rinderhirten (Gulyas) in großen Kesseln über offenem Feuer zubereitet.

Tipp



Frisches Bauernbrot, eine Semmel oder Brezel passen hervorragend dazu. Für Feierlichkeiten kann man beim Bäcker „Brottassen“ bestellen und die Suppe dort direkt einfüllen.

Zutaten

Zutaten:

- 250 g Rinderfilet oder Lende
- 1 große Zwiebel
- 3 EL Schweineschmalz (v. Metzger!)
- 2 Tomaten o. Dosentomaten
- 1 rote Paprika
- Salz und frischer Pfeffer
- 1 EL edelsüßes Paprikapulver
- 3 EL Mehl
- 1 Tasse gekochte Kartoffelwürfel
- Kümmel und Majoran

Zubereitung

- 1 Fleisch, Zwiebel und Paprika in sehr kleine Würfel schneiden.
- 2 Schmalz und Zwiebel in Kasserolle hellgelb rösten, Fleisch unter ständigem Rühren zufügen bis der Fleischsaft dicklich wird. Tomaten und Paprikawürfel zugeben und ebenfalls kochen bis der Saft verdunstet. Mit Paprika und Mehl bestreuen, kurz wenden, mit Wasser ablöschen und 1 l Wasser auffüllen. 1 Stunde kochen lassen.
- 3 Bestenfalls über Nacht abkühlen lassen.
- 4 Wieder erhitzen und gekochte Kartoffelwürfel (sehr klein) zugeben und mit Gewürzen abschmecken.
- 5 Je länger die Gulaschsuppe köchelt, umso zarter wird das Fleisch und umso intensiver wird das Aroma.

Kürbiscremesuppe

Ein Wohlfühlgenuss

Unser Familienrezept, einfach und gut



Zubereitung
60 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
leicht



KI generiert

Zutaten

Zutaten:

- 500 g Kürbisfleisch
- 4 Kartoffeln
- 1 Stange Lauch
- 30 g Butter
- 1 l Wasser
- 1 Gemüsebrühwürfel
- Salz und frischer Pfeffer,
- geriebene Muskatnuss
- Geröstete Kürbiskerne
- Crema di Balsamico oder Kürbiskernöl

Zubereitung

- 1 Das Kürbisfleisch in Würfel schneiden. Die Kartoffel schälen und würfeln, den Lauch gründlich waschen und in Ringe schneiden.
- 2 Die Butter in einem großen Topf zerlassen und den Lauch darin einige Minuten glasig dünsten, Kürbis- und Kartoffelwürfel hinzufügen und kurz mitdünsten.
- 3 Mit dem Wasser aufgießen, den Gemüsebrühwürfel einrühren und alles zum Kochen bringen. Die Suppe ca. 20 - 25 Minuten köcheln lassen, bis Kürbis und Kartoffeln weich sind.
- 4 Anschließend die Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren und nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
- 5 Die Kürbiscremesuppe nach Wunsch mit gerösteten Kürbiskernen und einem Spritzer Balsamico oder Kürbiskernöl garnieren. Heiß servieren.

Menschen hinter dem Rezept



Ulli Sasse-Feile
Dritte Bürgermeisterin der Stadt Friedberg



Als Organisatorin des karitativen Christkindlmarkt prägt Ulli Sasse-Feile seit vielen Jahren eine in Friedberg fest etablierte Tradition.



Tipp

Für eine besonders cremige Konsistenz kann man zum Schluss 100 ml Sahne oder Crème fraîche unterrühren.



Kürbiscremesuppe

Sie liefert viel Beta-Carotin und Ballaststoffe. Das Immunsystem wird mit der Suppe aktiv unterstützt.



Tipp

Es eignen sich als Kürbissorte Butternut und Hokkaido. Beim Hokkaido Kürbis hat man den Vorteil, dass man die Schale einfach mitkochen kann.

Schinken-Käse Torte

Ein herzhafter Ofenschmauß



Zubereitung
1 1/2 Stunden



Portionen
10 - 12



Schwierigkeit
Mittel



KI generiert

Zutaten

Teig:

- 2 Packungen
Blätterteig

Füllung:

- 500 g Brät
- 6 Eier
- 250 g gewürfelter
Gouda Käse
- Champignons
nach Belieben
- 250 g gewürfelter
Schinken
- Salz und Pfeffer

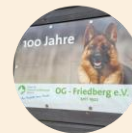
Backofen:

- 160 Grad
- U / O-Hitze
- 1,5 – 2 Stunden

Zubereitung

- 1 Blätterteigplatten zu einer großen Fläche ausrollen.
 - 2 Brät, Eier, Gouda, gewürfelte Champignons und Schinkenwürfel vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
 - 3 Auf die Teigplatte geben und mit dem Teig einrollen. Die Seiten verschließen.
 - 4 Die Schinken-Käsetorte in eine Auflaufform geben, alternativ kann man sie direkt auf ein tiefes Backblech mit Backpapier setzen.
- Hinweis:** Die Teignaht sollte unten sein.
- 5 Wer möchte, kann noch ein kreuzförmiges Muster einritzen und die Oberseite der Teigrolle mit einem Eigelb bestreichen.

Menschen hinter dem Rezept



Hilde & Hermann Weiß
Ehrenmitgliedschaft des
SV OG Friedberg

Seit mehr als 40 Jahren sind die beiden eine feste Stütze des Vereins. Ob bei Prüfungen oder im Vereinsalltag, sie helfen auf besondere Weise.



Tipp

Das Gericht lässt sich gut vorbereiten und kann eingefroren werden. Wenn die Gäste kommen, wird es im Ofen rausgebacken.



Alter Friedberger Begriff

Früher nannte man so ein Gericht Ofenlaib oder Festtagslaib, da er häufig zu Feiern serviert wurde.



Tipp

Mit frischem grünen Blattsalat oder einem gemischten Salat und einer dunklen Sauce schmeckt die Schinken-Käse Torte garantiert jedem Gast!

Zwiebelrostbraten

Ein Klassiker

Klassischer Zwiebelrostbraten mit Kässpätzle oder Bratkartoffeln



Gesamtzeit
45 – 60 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
Mittel



Menschen hinter dem Rezept



Jaqueline Kreisi
Gastgeberin und Köchin

Gasthof Kreisi
Herrgottsruhstraße 18
86316 Friedberg

Website: www.gasthof-kreisi.de
Telefon: +49 - 821 - 267 9000
E-Mail: info@gasthof-kreisi.de

Tipp



Für einen klassischen, saftigen Zwiebelrostbraten empfiehlt sich eine Kerntemperatur von 56 – 58 Grad. So bleibt das Fleisch innen schön rosa und wird wunderbar zart.

Gargrade für das Fleischthermometer



Rare: ca. 48 – 52 °C
Medium rare: ca. 52 – 54 °C
Medium: ca. 55 – 59 °C
Medium well: ca. 60 – 64 °C
Durchgegart: ab ca. 65 °C

Tipp



Mit Kässpätzle oder Bratkartoffeln als Beilage ist das Gericht ein echter Klassiker.

Zutaten

Fleisch:

- 4 Rindersteaks à ca. 180 – 200 g

Weitere Zutaten:

- 3 große Zwiebeln
- 2 EL Mehl
- 200 ml Rinderbrühe
- 100 ml Rotwein
- 2 EL kalte Butter
- 2 EL neutrales Öl
- Salz
- Frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

- 1 Röstzwiebeln:** Die Zwiebeln in feine Ringe schneiden, leicht mit Mehl bestäuben und in heißem Fett goldbraun und knusprig ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 2 Rindersteaks braten:** Die Rindersteaks trocken tupfen und ungewürzt in einer sehr heißen Pfanne mit etwas neutralem Öl von beiden Seiten kräftig anbraten. Anschließend bei reduzierter Hitze oder im vorgeheiztem Backofen bis zum gewünschten Gargrad fertig garen. Das Fleisch kurz ruhen lassen und erst danach mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.
- 3 Soße:** Den Bratensatz mit Rotwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Rinderbrühe dazu geben und die Soße weiter reduzieren lassen. Zum Schluss die Butter einrühren und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.
- 4** Das Fleisch auf vorgewärmte Teller anrichten, die Soße dazu geben und großzügig mit knusprigen Röstzwiebeln belegen.

Krautkrapfen

Eine Tradition

Darf in der Altbayerischen Küche nicht fehlen



Gesamtzeit
45 – 60 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
Mittel



KI generiert

Zutaten

Teig:

- 380 g Dinkelmehl
- 1 Ei
- 40 g Öl
- 120 ml Wasser
- 10 g Essig
- ½ TL Salz

Füllung:

- 50 g altgebackene Semmel
- 1 Zwiebel
- 50 g Butter
- 200 g Speckwürfel
- 500 g Sauerkraut
- 40 ml Wasser
- Salz
- 1 TL Gemüsebrühe

Außerdem:

- 500 ml Gemüsebrühe zum Garen

Zubereitung

- 1 Teig:** Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten und anschließend für etwa 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
- 2 Füllung:** Die Zwiebel fein würfeln und in Butter glasig dünsten. Die altbackene Semmel in kleine Stücke schneiden. Das Sauerkraut mit der Gemüsebrühe und den 40 ml Wasser etwa 10 Minuten dünsten. Anschließend das Sauerkraut in eine Schüssel geben, die Zwiebeln und die Semmelstücke untermischen und die Füllung vollständig auskühlen lassen.
- 3 Teig:** Den Teig auf einem bemehlten Geschirrtuch hauchdünn ausrollen, bis man durchsehen kann. Die Sauerkrautfüllung gleichmäßig darauf verteilen und Speckwürfel darüberstreuen. Danach den Teig mit Hilfe des Geschirrtuches aufrollen und in etwa 4 cm dicke Scheiben schneiden.
- 4** Die Scheiben in eine Auflaufform setzen und bis zur Hälfte mit Brühe aufgießen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad etwa 30 Minuten backen.

Menschen hinter dem Rezept



**BÜRGERNETZ
FRIEDBERG**

Bahnhofstraße 28, 86316 Friedberg
www.Buergernetz-friedberg.de

Das Rezept hat **Doris Kristel-Wenzel** zur Verfügung gestellt.

Sie engagiert sich ehrenamtlich als Köchin beim Bürgernetz Friedberg. Jedem Donnerstag wird dort gemeinsam gekocht und gegessen.



Tipp

Ein kleiner Klecks Sauerrahm und Röstzwiebeln runden das Gericht ab.



Krapfen

Ein vermutlich aus dem Althochdeutschen stammender Begriff. Er bedeutet Haken oder Krallen, um die Form mancher Teiggebäcke zu beschreiben.



Tipp

Grüner gemischter Salat, Bohnensalat, rote Bete Salat oder Gurkensalat eignen sich hervorragend als Beilage.

Kässpätzle

Bodenständig & herzhaft

Kässpätzle, eigenständig als Hauptgericht oder als Beilage



Gesamtzeit
45 – 60 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

Mehl

- 400 g Dunstmehl von der Bennomühle in Friedberg

Weitere Zutaten

- 4 Eier vom Sefferhof in Rohrbach
- ca. 150 ml Wasser
- 1 TL Salz für den Teig
- 200 – 250 g Bergkäse, gerieben
- 2 große Zwiebeln
- 2 EL Butter
- Etwas neutrales Öl zum Aufbewahren
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung

- 1 Aus Dunstmehl, Eiern, Wasser und Salz einen zähflüssigen Spätzleteig rühren, bis er Blasen wirft.
- 2 Den Teig mit dem Spätzlehobel in kochendes Salzwasser hobeln.
- 3 Die Spätzle zweimal aufkochen lassen, dann abschöpfen.
- 4 Für den direkten Service die heißen Spätzle in einer vorgewärmten Metallschüssel mit Butter und dem geriebenen Bergkäse schwenken, bis der Käse schön schmilzt. Die Kässpätzle auf vorgewärmten Tellern anrichten und heiß servieren.
- 5 Alternativ kann man direkt aus der Pfanne servieren. Dazu eine Portion Spätzle in die Pfanne geben, großzügig mit geriebenen Käse bestreuen und einen Schuss Sahne hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles so lange schwenken, bis der Käse, Sahne und Spätzle eine schöne cremige Verbindung eingehen und der Käse Fäden zieht. Zum Schluss mit gerösteten Zwiebeln und frischem Schnittlauch garnieren und direkt servieren.

Menschen hinter dem Rezept



Peter Kreisi
Gastronom

Gasthof Kreisi
Herrgottsruhstraße 18
86316 Friedberg

Website: www.gasthof-kreisi.de
Telefon: +49 - 821 - 267 9000
E-Mail: info@gasthof-kreisi.de



Tipp

Werden die Spätzle nicht sofort serviert, kalt abschrecken, gut abtropfen lassen und mit etwas neutralem Öl vermengen.



Tipp

Die Spätzle werden besonders locker, wenn man statt Wasser Sprudelwasser verwendet.



Tipp

Für eine frühlingshafte Variante kann pürierter Bärlauch oder Spinat unter den Teig gemischt werden. So bekommen die Spätzle eine besondere Geschmacksnote.

Kürbislasagne

Vegetarisch ein Gedicht

Vom Gemüsebau Baumgartner



Gesamtzeit
45 – 60 Minuten



Portionen
6



Schwierigkeit
Mittel



KI generiert

Zutaten

Kürbisfüllung:

- Ca. 1,5 kg Kürbis, Butternut oder Hokkaido
- 2 Zwiebeln, am liebsten Tropea, mild-süßlicher Geschmack
- 2 Knoblauch
- 5 Tomaten und etwas Tomatenmark
- Frischer Basilikum
- 200 ml Sahne

Bechamelsauce:

- 50 gr. Mehl
- 50 gr. Butter
- 750 ml warme Milch
- Salz, Pfeffer, Muskat

Sonstiges:

- 250 gr. Dinkel Lasagneplatten (vom Lärchenhof)
- 300 gr. geriebener Mozzarella

Backofen:

- Ofen Ober./ Unterhitze
- 180 Grad
- Ca. 45 Minuten

Zubereitung

- 1 Kürbis teilen bzw. schälen, Butternut entkernen, fein würfeln oder mit dem Mixer zerkleinern. Sollte wie Hackfleisch aussehen.
- 2 Zwiebel und Knoblauch, Tomaten fein hacken.
- 3 Anschließend Öl in einen Topf erhitzen, Kürbis mit Zwiebel, Tomatenmark und Knoblauch andünsten. Die Tomaten dazu geben. Ca. 15 Minuten köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist.
- 4 200 ml Sahne unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Basilikum abschmecken.
- 5 Butter in einem Topf zerlassen, Mehl unterrühren und hellgelb anschwitzen. Anschließend die warme Milch langsam einrühren und gründlich durchschlagen, damit sich keine Klümpchen bilden. Unter Rühren einmal aufkochen lassen, dann abschmecken.
- 6 Eine rechteckige Auflaufform im Wechsel mit der Soße, den Platten und der Füllung schichten. Den Abschluss bildet die Sauce mit extra viel Mozzarella garniert. In den Backofen schieben und backen.

Menschen hinter dem Rezept



Josefine Baumgartner

Norbert Baumgartner
Gemüsebau

Oberer Saum 1
86444 Affing-Gebenhofen
08207-962236

Jeden Freitag auf dem
Wochenmarkt!



Tipp

Sollte die Oberfläche der Lasagne zu stark bräunen, mit Alufolie abdecken.



Lasagne

Das Wort stand für Nudelplatten. Erst mit der Zeit wurde daraus das beliebte Ofengericht.



Tipp

Beginnen und enden Sie jeweils mit einer Schicht Bechamelsauce, so können die Platten gut durchweichen. Wer möchte, kann auch Mozzarella dazwischen schichten.

Wittelsbacher Ochsenbäckchen *In kräftiger Rotweinsauce*



Gesamtzeit
3 1/2 Stunden



Portionen
4



Schwierigkeit
mittel



Menschen hinter dem Rezept



Julian Mühlberger
Koch

Gasthof Kreisi
Herrgottsruhstraße 18
86316 Friedberg

Website: www.gasthof-kreisi.de
Telefon: +49 - 821 - 267 9000
E-Mail: info@gasthof-kreisi.de

Zutaten

Fleisch

- 4 Ochsenbäckchen, küchenfertig pariert

Weitere Zutaten

- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- Ca. 150 g Knollensellerie
- 2 EL Tomatenmark
- 500 ml kräftiger Rotwein
- Ca. 700 ml Rinderfond
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Zweige Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- Neutrales Öl zum Anbraten
- 30 - 40 g kalte Butter
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

- 1 Fleisch anbraten: Ochsenbäckchen trocken tupfen, Öl in einem Bräter stark erhitzen und Bäckchen von beiden Seiten kräftig anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.
- 2 Gemüse rösten: Zwiebeln, Karotten, Sellerie grob würfeln und im Bräter kräftig anrösten. Tomatenmark dazugeben und mitrösten, bis es eine dunklere Farbe angenommen hat.
- 3 Mit Rotwein ablöschen: 1/3 des Rotweins angießen und fast vollständig einkochen lassen. Diesen Vorgang 3 mal wiederholen. Dadurch bekommt die Sauce eine besonders kräftige Farbe und einen intensiven Geschmack.
- 4 Schmoren: Ochsenbäckchen wieder in den Bräter geben. Rinderfond angießen, sodass das Fleisch weitgehend bedeckt ist. Lorbeer, Thymian und Rosmarin dazugeben. Zugedeckt bei ca. 150 – 160 Grad Ober-/Unterhitze etwa 3 – 3 1/2 Stunden schmoren bis die Bäckchen butterweich sind.
- 5 Soße fertigstellen und anrichten: Die fertigen Bäckchen herausnehmen und warmhalten. Den Schmorfond durch ein Sieb passieren und kräftig einkochen, bis eine sämige Soße entsteht. Kalte Butter einrühren und erst jetzt mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bäckchen nochmals kurz in der Soße erwärmen und mit reichlich Soße servieren.



Tipp

Fleisch beim Anbraten nicht pfeffern, damit der Pfeffer bei der hohen Temperatur nicht verbrennt und bitter wird.



Kerntemperatur

Bei den Ochsenbäckchen ist nicht die Kerntemperatur entscheidend, sie sind fertig, wenn sich eine Fleischgabel nahezu ohne Widerstand hineinstecken lässt.



Tipp

Dazu passen besonders gut Kartoffelpüree, Selleriepüree, Spätzle oder Semmelknödel.

Aprikosenknödel

Fruchtig & vegetarisch

Ein Familienrezept in 5. Generation



Gesamtzeit
45 – 60 Minuten



Knödel
Ca. 16 Stück



Schwierigkeit
leicht



Menschen hinter dem Rezept



Sonja Bobinger
Friedbergerin

Seit fünf Generationen gehört dieses Rezept zu unserer Familie und wird mit viel Liebe von Generation zu Generation weitergegeben.

Zutaten

Teig:

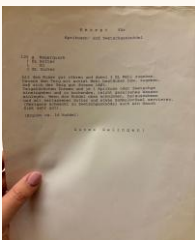
- 125 g Magerquark
- 1 EL Butter
- 1 Ei
- 1 EL Zucker
- 3 EL Mehl

Füllung:

- 16 Aprikosen

Sonstiges:

- 250 gr. Hüttenkäse
- Zerlassene Butter
- Karamellisierte Semmelbrösel
- Zimt



Zubereitung

- 1 Für den Teig die Zutaten mit dem Handmixer gut verrühren. Zum Schluss 3 EL Mehl dazu geben.
- 2 Den Teig mit soviel Mehl zusätzlich bestäuben, dass sich der Teig gut formen lässt.
- 3 Teigstückchen rundlich-dünn ausformen und in die Mitte je eine Aprikose legen. Gut verschließen. Dann den Teig mit Füllung zu einem Knödel formen.
- 4 Knödel in kochendes, leicht gesalzenes Wasser einlegen.
- 5 Wenn die Knödel oben schwimmen, mit einer Schaumkelle herausnehmen.
- 6 Mit zerlassener Butter und karamellisierten Semmelbröseln anrichten.

Eine kleine Familiengeschichte:

Als Kinder veranstalteten wir immer ein Knödelwettbewerb. Oma Ur erzählte schmunzelnd, dass sie einmal sogar zu spät zur Schule in Prag kam, schließlich hatte sie zuvor ganze 14 Knödel gegessen! Den Sieg konnten wir ihr niemals streitig machen.



Tipp

Anstatt Aprikosen lassen sich Zwetschgen oder Mirabellen nehmen.



Karamellisierte Semmelbrösel

Butter in einer Pfanne schmelzen, Semmelbrösel und etwas Zucker dazugeben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren goldbraun werden lassen.



Tipp

Dazu schmeckt Hüttenkäse besonders gut. Wer mag, kann die Knödel zusätzlich mit einer Prise Zimt verfeinern.

Karamalisierte Ganache

Mit weißer Schokolade



Zubereitung
20 Min.



Portionen
4



Schwierigkeit
Mittel



Menschen hinter dem Rezept



Stefan Fuß

Gastronom aus Leidenschaft

Gasthaus & Catering
Goldener Stern
Dorfstr. 1
86316 Rohrbach
08208 407
mail@gasthaus-goldenerstern.de
www.gasthaus-goldenerstern.de

Zutaten

Masse:

- 100 ml Milch
- 5 g Glukosesirup
- 2 Blatt Gelatine
- 170 g weiße Kuvertüre
- 200 ml Sahne
- Sanddornlikör nach Geschmack

Dazu passen:

- Saisonale Beeren
- Geröstete Nüsse
- Karamellsauce

Zubereitung

- 1 Milch und Glukosesirup erhitzen, Mischung darf nicht kochen. Ca. 60 - 80 Grad.
- 2 Die in kaltem Wasser eingeweichte und ausgedrückte Gelatine darin auflösen.
- 3 Die Kuvertüre im Ofen bei 190 Grad 8 - 10 Minuten goldbraun karamellisieren lassen.
- 4 Die heiße Flüssigkeit über die Kuvertüre gießen, kurz stehen lassen und von der Mitte aus einarbeiten. Die kalte Sahne zugeben und zu einer Emulsion mixen.
- 5 Mit Sanddornlikör abschmecken.
- 6 In passende Formen / Gläser füllen und gefrieren lassen.



Tipp

Mit Stabmixer oder Handrührgerät arbeiten.



Der Begriff Ganache

Man kann das französische Wort Ganache auch mit Schokoladencreme übersetzen.



Tipp

Mit gerösteten, gehackten Haselnüssen und Karamellsauce oder mit saisonalen Beeren verzieren.

Kaiserschmarrn

Eine Sünde wert



Zubereitung
40 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
Mittel



KI generiert

Menschen hinter dem Rezept



Richard Scharold
Zweiter Bürgermeister
und Bäckermeister

Als echter Friedberger stammt er aus einer traditionsreichen Bäckerfamilie und ist mit Leib und Seele zweiter Bürgermeister.



Tipp

Besonders locker wird der Schmarrn, wenn der Eischnee erst ganz zum Schluss untergerührt wird und der Teig anschließend 10 Minuten ruht.



Alter Friedberger Begriff

Der Kaiserschmarrn fiel früher unter die Kategorie „Mehlspeis“.



Tipp

Ich verwende Weizenmehl, Type 405 für besonders feinen, lockeren und luftigen Schmarrn.

Zutaten

Teig:

- 250 g Mehl
- 400 ml Milch
- 30 g Butter zum Braten
- 20 g Butter zum Karamellisieren
- 40 g Zucker
- 1 EL Zucker zum Karamellisieren
- 4 Eier
- 50 g Rosinen (optional)
- Puderzucker zum Bestäuben

Dazu passen:

- Zwetschgenröster
- Apfelmus
- Preiselbeeren

Zubereitung

- 1 Eier trennen. Eigelb mit Milch, Mehl, Zucker, Vanillezucker und Salz zu einem glatten Teig verrühren.
- 2 Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unter den Teig heben. Wer mag, gibt Rosinen hinzu.
- 3 Butter in einer große Pfanne zerlassen und den Teig hineingießen. Bei mittlerer Hitze 4 - 5 Minuten backen.
- 4 Sobald die Unterseite goldbraun ist, den Teig wenden (oder kurz im Ofen fertig garen) und weitere 3 - 4 Minuten backen.
- 5 Mit zwei Gabeln oder Pfannenwendern in mundgerechte Stücke reißen.
- 6 Butter und 1 EL Zucker zugeben und den Schmarrn unter Schwenken leicht karamellisieren lassen.
- 7 Mit Puderzucker bestäuben und sofort mit Apfelmus, Zwetschgenröster oder Preiselbeeren servieren.

Apfel Crisp

Ein süße Versuchung

Herbstzeit ist Apfelzeit



Zubereitung
40 Minuten



Portionen
6



Schwierigkeit
leicht



Zutaten

Äpfel:

- 6-8 Äpfel, Sorte Topaz

Weitere Zutaten:

- 3 EL Zitronensaft
- 100 g Haferflocken
- 150 g brauner Zucker
- 50 g Mehl
- 40 g Zucker
- 1 TL Zimt
- 90 g Butter

Backofen:

- 160-180 Grad, Umluft
- 30 -35 Minuten

Zubereitung

- 1 Äpfel schälen, entkernen und in Spalten oder Scheiben schneiden.
- 2 Äpfel mit Zitronensaft, Zimt und 40 g Zucker vermengen.
- 3 In eine gebutterte Auflaufform geben.
- 4 Haferflocken, Mehl und braunen Zucker mischen. Die kalte Butter mit den Fingern einarbeiten, bis grobe Streusel entstehen.
- 5 Die Streusel gleichmäßig über die Äpfel verteilen.
- 6 Im Ofen 30 - 35 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist und die Äpfel weich sind.

Menschen hinter dem Rezept



Josefine Baumgartner

Norbert Baumgartner
Gemüsebau

Oberer Saum 1
86444 Affing-Gebenhofen
08207-962236

Jeden Freitag auf dem
Wochenmarkt!



Tipp

Die Apfelsorte Topaz ist von Ende September bis März am Wochenmarkt erhältlich.



Apple-Crisp

Ein klassisches amerikanisches Apfeldessert mit einer knusprigen Haferflockenschicht.



Tipp

Warm mit Vanilleeis, Vanillesoße oder leicht geschlagener Sahne servieren.

Glückskuchen Mit Rotwein

Der 1. Mannschaft des TSV Friedberg



Zubereitung
60 Minuten



Portionen
12



Schwierigkeit
leicht



KI generiert

Menschen hinter dem Rezept



Martha Pfaffenzeller
Mama des Vereins
TSV Friedberg

Der Kuchen ist ein echter Glücksbringer für die 1. Mannschaft des TSV Friedberg und wird immer vor jedem Spiel gebacken.

Zutaten

Teig:

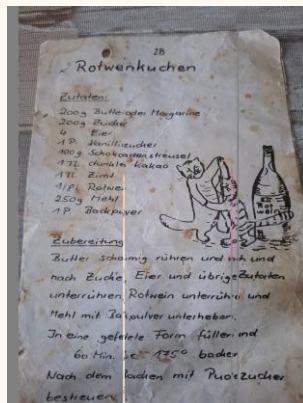
- 250 g Mehl
- 200 g Butter
- 200 g Zucker
- 4 Eier
- 1 P. Backpulver
- 1 P. Vanillinzucker
- 100 g Schokoladestreusel
- 1 TL dunkler Kakao
- 1 TL Zimt
- 1/8 l Rotwein

Backofen:

- 175 Grad
- Ober-/ Unterhitze
- 60 Minuten
- Gugelhupf- oder Kastenform

Zubereitung

- 1 Butter schaumig rühren und nach und nach Zucker, Eier und die übrigen Zutaten unterrühren.
- 2 Rotwein unterrühren.
- 3 Das Mehl mit dem Backpulver unterheben.
- 4 In eine gefettete Form füllen und 60 Minuten bei 175 Grad Ober-/ Unterhitze backen.
- 5 Nach dem Backen mit Puderzucker bestreuen.



Tipp

Das Mehl mit dem Backpulver vor dem Unterrühren vermischen.



Alter Friedberger Begriff

Früher nannte man eine Gugelhupf Form auch Napf Form. Durch das Mittelloch wurde der Kuchen gleichmäßig durchgebacken.



Tipp

Die Schokostreusel machen den Kuchen noch saftiger und geben den Kuchen eine feine Schokoladennote.

Träubliskuchen

Mit Biskuitboden

Ungewöhnlich, dafür herrlich saftig!



Zubereitung
60 Minuten



Portionen
12



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

Beeren:

- 700 - 750 g
Johannisbeeren, frisch
vom Wochenmarkt

Teig:

- 3 Eier
- 90 g Mehl (am besten
helles Dinkelmehl von
der Bennomühle in
Friedberg)
- 60 – 90 g Zucker (je
nach gewünschter
Süße)

Baiser-Schnee:

- 2 - 3 Eiweiß
- 150 – 200 g Zucker (je
nachdem, wie sauer die
Beeren sind)

Backofen:

- 170 Grad Umluft
- 50 - 60 Minuten

Zubereitung

1. Johannisbeeren von den Stielen abzupfen, waschen und gut abtropfen lassen.
2. 3 ganze Eier mit Zucker für den Teig sehr schaumig schlagen.
3. Gesiebttes Mehl vorsichtig unter die Eimasse ziehen.
4. Zum Vorbacken den Teig in eine ausgebutterte Springform geben. Bei 170 Grad Umluft für 10 - 15 Minuten backen, bis der Biskuit eine ganz zarte Bräune bekommt.
5. In der Zwischenzeit 2 – 3 Eiweiß steif schlagen, den Zucker (150-200 g) langsam hineinrieseln lassen und weiter schlagen, bis die Masse glänzt. Danach die abgetropften Johannisbeeren vorsichtig unterheben.
6. Den sehr hell gebräunten Biskuit aus dem Rohr nehmen. Die Beeren-Eischneemasse sofort und ohne Wartezeit auf den heißen Teig geben. Durch die Hitze stockt das Eiweiß direkt, was den Biskuit stabilisiert und ein Zusammenfallen verhindert. Mit der Gabel noch Eiweißspitzen hochziehen (das sieht schöner aus, als wenn die Masse glattgestrichen wird).
7. Den Kuchen sofort wieder in den Ofen schieben und so lange weiter backen, bis die Spitzen eine schöne dunkle Bräune erhalten (bei Bedarf die Temperatur ein klein wenig höher schalten).

Menschen hinter dem Rezept



Regine Nägele

1. Vorsitzende des
Heimatvereins Friedberg

Mit ihrem Engagement hält Regine Nägele das historische Erbe der Stadt lebendig und macht Geschichte für Bürgerinnen und Bürger und Gäste auf vielfältige Weise erlebbar.

Tipp



Für diesen saftigen Kuchen kann man die gewaschenen Beeren auch portionsweise (750 g oder mehr) in Beuteln einfrieren. Zum Auftauen die Beeren in ein Sieb geben, Auftauwasser wegschütten und anschließend wie im Rezept beschrieben verfahren.



Alter Friedberger Begriff

Früher wurde der Biskuitboden häufig als Eierschaumboden bezeichnet.



Tipp

Damit der Teig locker wird, muss das Mehl gesiebt werden. Der Kuchen bleibt zart und luftig.

Bratapfelkuchen

Ein Herbsttraum

Und das ganze Jahr über ein Genuss



Zubereitung
60 Minuten



Portionen
12



Schwierigkeit
leicht



Zutaten

Teig:

- 250 g Mehl
- 150 g Butter
- 150 g Zucker
- 1 Ei
- 1/2 P. Backpulver
- 1 P. Vanillinzucker

Füllung:

- 6 säuerliche Äpfel
- 3 Becher Sahne (je 200 g)
- 125 g Zucker
- 1 P. Vanillinzucker
- 1 P. Vanillin
Puddingpulver
- Rum-Rosinen

Backofen:

- 160 - 175 Grad
- Ober-/ Unterhitze
- Ca. 65 Minuten
- Springform

Zubereitung

- 1 Teig: alle Zutaten verkneten und 30 Minuten kaltstellen.
- 2 Teig in eine gefettete Springform geben und Rand hochziehen.
- 3 Äpfel schälen, halbieren, Kernhaus entfernen und mit Rum-Rosinen füllen.
- 4 Puddingpulver mit einem Becher Sahne und Zucker und Vanillinzucker anrühren.
- 5 Die anderen beiden Becher Sahne zum Kochen bringen. Angerührte Puddingsahne dazu geben, kurz aufkochen und über die in der Springform geschichteten Äpfel gießen und im Backofen backen.



Menschen hinter dem Rezept



Anita Horseling
Bürger für Friedberg



Prägt gemeinsam mit den Bürgern für Friedberg seit Jahrzehnten das kulturelle Leben der Stadt.



Tipp

Anstatt der Rum-Rosinen können gehackte Walnüsse oder Pinienkerne verwendet werden.



Alter Friedberger Begriff

Der Begriff „aus der Backstub'n“ ist historisch und im altbayerischem Raum sehr geläufig.



Tipp

Für die Adventszeit noch etwas Zimt über die Äpfel streuen und mit Spekulatiusbröseln füllen.

Haferflockenkuchen

Verfeinert und doch ein Original

Originalrezept: Frankfurter Allgemeine Zeitung
vom 30.11.2025, Frau Katrin Hummel,
Kolumne: Katrin kocht



Zubereitung
60 Minuten



Portionen
12



Schwierigkeit
leicht



Menschen hinter dem Rezept



Heimatverein Friedberg
www.heimatverein-friedberg.de
Mail: info@heimatverein-friedberg.de

Das Rezept ist mit freundlicher Zustimmung der Frankfurter Allgemeinen, Frau Katrin Hummel und Frau Regine Nägele in gemeinschaftlicher Produktion zum Nachbacken freigegeben.

Zutaten

Originalrezept der FAZ vom 30.11.2025

- 100 g bittere Schokolade (gerieben)
- 125 g gemahlene Mandeln
- 200 g weiche Butter, plus etwas mehr zum Fetten der Form
- 180 g Zucker
- 4 Eier, getrennt
- 100 g Instantflocken (z. B. von Kölln)
- 1/2 Päckchen Backpulver
- 500 g Sauerkirschen (abgetropft)
- 50 g Mehl
- Puderzucker Schlagsahne

Rezeptergänzung:

- 100 g -120 g Zucker
- 4 EL Johannisbeergelee
- Etwas aufgefangener Kirschsafft

Verzierung:

- 1 Becher Sahne, 1 Päckchen Sahnesteif und 2 EL Zucker, geschlagen
- 1 EL Butter und 1 EL Zucker sowie 3 - 4 EL Haferflocken, geröstet

Zubereitung

- 1 Weiche Butter, Zucker und Eigelb in eine Schüssel geben und schaumig rühren. Schokolade, Mandeln, Instantflocken und Backpulver zugeben und unterrühren.
- 2 Eiweiße steif schlagen und unter den Teig heben. Sauerkirschen in Mehl wenden und ebenfalls unterheben.
- 3 Springform fetten, Teig einfüllen und im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad Umluft 60 Minuten backen.
- 4 Auskühlen lassen und mit Puderzucker bestäubt sowie mit Schlagsahne servieren.

Rezeptergänzung

- 5 Haferflockenkuchen nach Rezept backen, allerdings nur mit max. 100 bis 120 g Zucker.
- 6 Nach dem Backen Johannisbeergelee (selbstgemacht: ein paar Esslöffel - dürfen bis zu 4 gehäufte EL sein) und etwas (2 - 3 EL) von dem aufgefangenen Kirschsafft (der sowieso gesüßt ist) erhitzen und noch heiß über den frisch gebackenen Kuchen verteilen.

Verzierung

- 7 Mit Sahnnetupfer und gerösteten Haferflocken verzieren.

Zur Geschichte

Das in der Frankfurter Allgemeinen Zeitung (FAZ) erschienene Kuchenrezept ließ Regine Nägele nicht mehr los. Sie verfeinerte das Rezept und nahm Kontakt zu der Redakteurin Frau Hummel auf. Daraus entwickelte sich ein herzlicher E-Mail Kontakt, der auch Frau Hummel schließlich dazu inspirierte, den Kuchen auch in der verfeinerten Variante nachzubacken. Das positive Ergebnis der beiderseitigen Begeisterung dürfen wir mit freundlicher Zustimmung der FAZ in dieser Broschüre veröffentlichen.

Tipp



Für den Belag eignen sich frische entsteinte Süß- oder Sauerkirschen. Selbstverständlich kann man auch Sauerkirschen aus dem Glas nehmen.

Ein herzliches Dankeschön!



Liebe Bürgerinnen und Bürger,
 liebe Marktbeschickerinnen und Marktbeschicker,
 liebe Gastronominnen und Gastronomen,
 sehr geehrte Gäste,

Diese Rezeptsammlung lebt von den Menschen, die ihre Lieblingsrezepte, Familientraditionen und persönlichen Geschichten mit uns teilen. Ein herzliches Dankeschön an alle, die mit ihrem Rezept dazu beigetragen haben, „Friedberg schmeckt“ zu einer ganz besonderen Sammlung zu machen.

Ihr Rezept fehlt noch?

Unsere Rezeptsammlung soll weiterwachsen! Haben auch Sie ein Lieblingsrezept, ein traditionelles Familiengericht oder eine Friedberger Spezialität, die Sie gerne mit anderen teilen möchten? Dann schicken Sie uns Ihr Rezept. Weitere eingereichte Rezepte werden auf der **Homepage der Stadt Friedberg** veröffentlicht und können bei künftigen Aktionen rund um den Friedberger Wochenmarkt vorgestellt werden.

Nachgekocht? Dann zeigen Sie es uns!

Sie haben eines unserer Rezepte ausprobiert? Darüber freuen wir uns besonders! Schicken Sie uns gerne ein **Foto Ihres fertigen Gerichts**. So können wir nach und nach echte Friedberger Originalbilder zu den Rezepten sammeln und – mit Ihrem Einverständnis – für die Homepage und weitere Veröffentlichungen rund um den Wochenmarkt verwenden.

Mitmachen, nachkochen, fotografieren und weitersagen – damit Friedberg auch weiterhin gemeinsam schmeckt!

Kontakt und Impressum

Stadt Friedberg
 Standortmarketing &
 Wirtschaftsförderung
 Ines Bobinger
 Marienplatz 5 86316 Friedberg
 Telefon: 0821-6002-603
 E-Mail: ines.bobinger@friedberg.de

Homepage der Stadt Friedberg
www.friedberg.de

Bildnachweis: K. Blaschke, R. Ratzer, A. Schmidt, M. Huber, Stadt Friedberg



Weitere Rezepte und die digitale Rezeptsammlung finden Sie auf der **Homepage der Stadt Friedberg**.

Einfach QR-Code scannen.





Friedberg
schmeckt

Rezeptsammlung

