

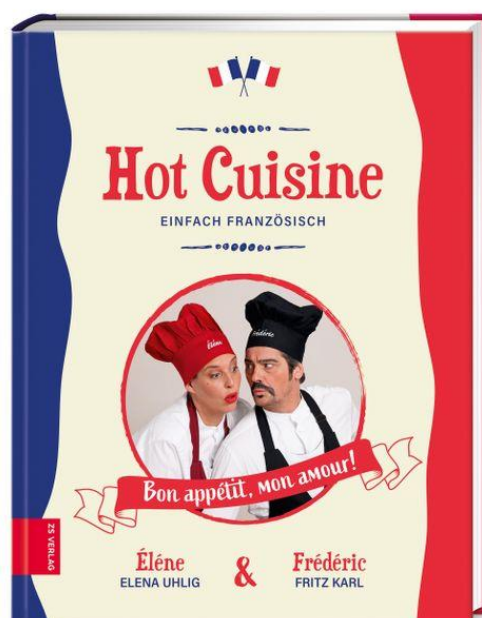
Elena Uhlig & Fritz Karl

**Einzigartig, persönlich und charmant:
Ihr erstes gemeinsames Kochbuch - Einfach französisch.**

„Hot Cuisine“ – so heißt das neue Format auf Elena Uhligs Instagram-Kanal. Dort serviert die beliebte Schauspielerin als charmant-temperamentvolle "Éléne" mit ihrem chéri "Frédéric" verführerische und erfrischend unkomplizierte **französische Fusion-Küche**. Frédéric, ist kein geringerer als ihr Lebensgefährte und Schauspielkollege Fritz Karl, welcher als leidenschaftlicher Hobbykoch als „créateur“ fungiert. Er kocht, würzt und garniert - Éléne gibt die kluge Genießerin, die assistiert und humorvoll-pragmatisch korrigiert.

So führt die Küchenromanze **dieses außergewöhnlichen Gourmet-Duos** zum ersten gemeinsamen Kochbuch mit persönlichen Geschichten und Lieblingsrezepten. Ein Muss für Fans und alle, die Appetit auf kreative, aber einfach und schnell nachzukochende französisch angehauchte Küche haben. Serviert werden **über 50 charmante Rezepte** von Vorspeisen und Suppen über Hauptgerichte bis zu verführerischen Desserts und Jause en français, gewürzt mit viel Liebe und einer kräftigen Prise Humor. Da trifft das „Baguette Éléne“ auf die einfachste Fischsuppe der Welt. Und zwischendurch gibt's Variationen von Tartines, hübsch belegten Schnittchen. Ein einzigartiges Erlebnis!

Das Tüpfelchen auf dem I: Sonderseiten mit Fotostorys, Küchengeflüster rund ums Kochen und die Liebe, sowie QR-Codes zu den Videos und O-Tönen von Éléne und Frédéric übertragen den Charme des Instagram-Formats auch aufs Buch. **In diesem Sinne „Bon appétit, mon amour!“**



Elena Uhlig, Fritz Karl
Hot Cuisine: Einfach französisch

22,99 € [DE] | 23,70 € [AT]
ISBN 978-3-96584-251-9
Hardcover
176 Seiten

Erscheint am 5. November 2022



Stephan Strauß — stephanstrauss@edel.com
Edel Verlagsgruppe GmbH — Kaiserstraße 14b — 80801 München — ZS, ein Verlag der Edelverlagsgruppe

DIE AUTOREN



Copyright: Ben Fuchs

Elena Uhlig: Schauspielerin, Autorin, Mutter von vier Kindern, und Hobbyköchin. Ihre Schauspielausbildung absolvierte sie an der Hochschule für Schauspielkunst „Ernst Busch“ Berlin, ehe sie einem größeren Publikum durch ihre Rolle in der Krimiserie „Mit Herz und Handschellen“ bekannt wurde. Darauf folgten Rollen in mehrfach ausgezeichneten Kinofilmen (u.a. „Alles auf Zucker!“, oder „Der Junge muss an die frische Luft“). Mit „Mein Gewicht und ich“ schafft sie 2016 ihr Autorendebüt.

Fritz Karl, erfolgreicher Theater-, Film- undFernsehschauspieler, besuchte die renommierte Schauspielschule „Max Reinhardt Seminar“ in Wien, ehe erste Engagements am Theater und kleine TV-Auftritte folgten. Ende der Achtzigerjahre gelingt der Durchbruch in der Serie „Julia - Eine ungewöhnliche Frau“. 1995 erhält er den Max-Ophüls-Preis als bester Nachwuchsschauspieler, 2020 den österreichischen Film- und Fernsehpreis „Romy“. Vielfältige Charakterrollen in Dramen und Thrillern, aber auch Komödien („Männerherzen“ u.a.) prägen seine Karriere.

DER VERLAG

ZS Verlag

Der ZS Verlag gehört in den Bereichen Essen, Trinken, Fitness und Gesundheit zu den führenden Verlagen Deutschlands. Am Puls der Zeit, mit größter Kompetenz verlegen wir Inhalte, die wichtig für das Leben unserer Leser sind. Unsere Autoren? Menschen, die zu ihrem Thema wirklich etwas zu sagen und zu schreiben haben. Erzählerisch, appetitmachend, haptische Erlebnisse sollen unsere Produkte sein. Seit der Verlagsgründung 1984 kann der Verlag auf eine lange Reihe von Bestsellern und Titeln zurückblicken, die wegweisend für die Branche waren. Meilensteine waren dabei das legendäre und bestverkaufte Buch „Kochen — die neue große Schule“ mit dem roten Löffel und die „Erfindung“ der TV-Kochbücher. Tradition, Innovation, Inspiration und Kreativität sind auch nach dreißig Jahren die Triebfedern für uns, hochwertige, schöne Produkte zu kreieren, die unsere Leser inspirieren, motivieren und informieren. Der ZS Verlag gehört zur Unternehmensgruppe der Edel SE & Co. KGaA in Hamburg.

» „Inhaltliche Relevanz, große Autoren und Liebe zum Detail“, das zeichnet ZS-Bücher aus.«

Jürgen Brandt, Geschäftsführer Edel Verlagsgruppe



Stephan Strauß — stephan.strauss@edel.com

Edel Verlagsgruppe GmbH — Kaiserstraße 14b — 80801 München — ZS, ein Verlag der Edel Verlagsgruppe



SOUPE À L'OIGNON FRANZÖSISCHE ZWIEBELSUPPE

ZUTATEN für 4 Personen

1 kg Zwiebeln (am besten
Metzgerzwiebeln)
2 Knoblauchzehen
etwas Butter zum Anschwitzen
etwas Weißwein zum Ablöschen
1 l Rinderbrühe
1 Lorbeerblatt
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 EL Sojasauc
4 Weißbrotscheiben
ca. 100 g Gruyère (oder Comté)
4 ofenfeite Suppentassen

ZUBEREITUNG

Die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Zwiebelringe und den Knoblauch in einem großen Topf mit etwas Butter anschwitzen und mit einem Spritzer Weißwein ablöschen. Mit der Brühe auffüllen, das Lorbeerblatt dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Sojasauc würzen und aufkochen. Bei schwacher Hitze 10 Minuten köcheln lassen. Beiseitestellen.

Den Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Weißbrotscheiben in einer Pfanne ohne Öl kurz rösten (alternativ toasten). Den Käse reiben.

Die Suppentassen fast bis zum Rand mit Zwiebelsuppe füllen. Das Weißbrot auf die Suppe legen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Im Ofen etwa 15 Minuten goldbraun backen.

Heißer Tipp von Elene

Nehmen Sie statt der Rinderbrühe mal einen Entenfond - das schmeckt fantastisch! Und anstelle von Weißbrotscheiben können Sie zwei Esslöffel Weißbrotbrösel verwenden.



Das Ganze auch
als Augenschmaus:
Einfach scannen
und abspielen!



1. MOULES AU SAFRAN MIESMUSCHELN IN SAFRAN-SANCERRE-SAUCE

ZUTATEN für 4 Personen

2 kg Miesmuscheln (geputzt)
Für die Sauce
4 Schalotten
1 Bund Thymian
250 g Butter
½ TL Salz
1 TL weißer Pfeffer
2 TL Dijon-Senf
300-400 ml Weißwein
(z.B. Sancerre)
2 g Safranfäden
1 Bund Petersilie zum Servieren

ZUBEREITUNG

Für die Sauce die Schalotten schälen und in ganz kleine Würfel schneiden. Den Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Butter in einem großen Topf oder einer Kasserolle zerlassen. Die Schalotten und den Thymian darin andünsten. Salz, Pfeffer und Senf dazugeben, mit dem Weißwein aufgießen und einkochen lassen. Zuletzt den Safran dazugeben. Beiseitestellen.

Geöffnete Muscheln aussortieren. Den Sud wieder aufkochen, die Muscheln hineingeben, den Deckel auf den Topf setzen. Die Muscheln 5 Minuten kochen. Einmal umrühren. Wenn alle Muscheln offen sind, den Deckel nochmals aufsetzen und noch 4 bis 5 Minuten ziehen lassen.

Die Petersilie waschen, trocken schütteln, klein schneiden und zum Muschelsud geben. Dazu passt natürlich frisches Baguette.

Heißer Tipp von Elene

Am besten kaufen Sie die Muscheln schon geputzt. Wenn Sie die Muscheln selber putzen möchten, tun Sie das am besten in Eiswasser. Geöffnete Muscheln aussortieren.



TRUITE À LA MARSEILLE GEBRATENE FORELLE

ZUTATEN für 4 Personen

Für den Fisch
1 frisches Lorbeerblatt
1/2 Bund Thymian
3–4 Forellen
(ca. 1 kg, küchenfertig)
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
etwas Öl zum Braten

Für die Sauce

6 EL Mayonnaise
5 EL Sahne
3 EL Zitronensaft

ZUBEREITUNG

Das Lorbeerblatt und den Thymian waschen, trocken schütteln und fein hacken. Für die Sauce die Mayonnaise und die Sahne mit dem Zitronensaft gut verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und kalt stellen.

Die Forellen waschen, trocken tupfen, filetieren und mit Salz, Pfeffer und den gehackten Kräutern einreiben. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Forellenfilets darin auf der Hautseite knusprig braten. Am Ende kurz wenden.

Die Sauce nach Belieben zum Servieren darübergießen oder dazu servieren. Fertig! Dazu schmecken Pommes de terre à la grand-mère und grüner Salat.



Heißer Tipp von Frédéric

Am besten schmeckt das Gericht, wenn Sie die Forellen selbst fangen und filetieren. Aber selbstverständlich kann das auch der Fischhändler Ihres Vertrauens erledigen.

KÜCHENWISSEN: KÄSEPLATTE



Die Qual der Wahl

Von Ziegen- bis Schafmilch, mild bis kräftig, hart bis weich – für eine ausgewogene Käseplatte sollte für jeden was dabei sein. Die Mischung macht's! Etwa vier bis fünf Käsesorten sind dafür genau richtig.

Was nie fehlen darf: Camembert, Éléme, heimlicher Liebling.

Ist der Edelschimmelkäse noch jung, schmeckt er eher mild. Je reifer er ist, desto aromatischer. Was dazu passt: Ziegenkäse, feste und halbfeste Käsesorten, Blauschimmelkäse und Weichkäse mit gewaschener Rinde. Sind Sie sich unsicher, welchen Käse Sie auswählen sollen? Dann nehmen Sie zuerst einen, den Sie gerne mögen. Bitten Sie den Käsehändler Ihres Vertrauens, weitere Sorten dazu auszusuchen.

Immer sauber bleiben

DAS GILT AUCH FÜR DEN KÄSE. DAHER BRAUCHT JEDER SEIN EIGENES MESSER. WER MÖCHTE SCHON WEICHKÄSE ESSEN, DER NACH BLAUSCHIMMEL SCHMECKT? AUSSERDEM BLEIBT KÄSE LÄNGER HALTBAR, WENN WENIGER SCHIMMELSPoren UND BAKTERIEN DARAN KLEBEN.

WAS HAT DIE UHR MIT KÄSE ZU TUN?

Die Anordnung einer französischen Käseplatte funktioniert so: Auf zwölf Uhr liegt der mildeste Käse. Dann geht es im Uhrzeigersinn weiter zum nächsten mit etwas mehr Aroma. Das Geschmackserlebnis steigert sich, bis schließlich bei elf Uhr der kräftigste Käse liegt, zum Beispiel Blauschimmelkäse. So können sich alle Gäste der Reihe nach durchprobieren, ohne dass ein Käsegeschmack einen anderen überlagert.

KÄLTE SCHADET DEM AROMA

Damit der Käse sein volles Aroma entfalten kann, holen Sie ihn etwa eine halbe Stunde vor dem Servieren aus dem Kühlschrank. So nimmt er Raumtemperatur an. Denn: Kälte ist für Käse ein Geschmacksskiller!

Gaumenpause

Nach so viel Käse braucht der Gaumen zwischendurch mal eine Pause. Zum Neutralisieren essen Éléme und Frédéric am liebsten frisches Baguette. Oder naschen von der Deko. Die dürfen Sie hier ganz ungehemmt wegknabbern. Rote und weiße Weintrauben sind ein süßer Kontrast zum Käse. Walnüsse, getrocknetes Obst oder Feigenmarmelade sind ebenso perfekte Käse-Begleiter.

