

AUFGEKOCHT

Prominente verraten ihre Lieblingsgerichte und ihre besten Rezepte.



Gasthof Wienerhof
Trins

In ein paar Monaten ist es wieder soweit und Ski-Ass Manni Pranger wird wieder in gewohnt spektakulärer Manier aus dem Starthaus rauspreschen, um den Stangenwald zu bezwingen. Doch bevor wir alle in diesen optischen Genuss kommen, muss der Vorzeigethlet mit ganz anderen Hürden fertig werden: 3, 2, 1 ... und ab in die Küche!

VON VIKTORIA RIEDL

Im Wienerhof in Trins herrscht bereits helle Aufregung, denn alle warten auf den Promi aus Gschnitz. Manni Pranger kommt nicht alleine, denn er erscheint in Begleitung seiner treuesten Fangemeinde: Seine Frau Karin und die beiden süßen Knöpfe Laura und Mario lassen sich diesen Wettkampf der anderen Art nicht entgehen.

TALENTFREI? ES WURDE TIEF GESTAPELT
„Heute nehme ich dich unter meine Fittiche und zeige dir mal, wie man kocht“, deponiert Küchenchef Arno Übergänger und bereitet seinen Schützling mental auf das kulinarische Rennen vor. „Dann musst ihm aber viel zeigen. Ich hoffe, du hast so lange Zeit“, scherzt Karin, denn Zuhause hält sie das Kochzepter in Händen. „Früher war das Skifahren das wichtigste in meinem Leben. Seit meine Kinder auf der Welt sind, weiß ich, dass es noch etwas viel Schöneres



SO FÜRSORGLICH geht Manni mit den Torstangen eher nicht um.

Kein Einfädler im ‚Kochslalom‘



„PAPA IST DER BESTE!“: Mario und Laura haben die Kochkünste sofort getestet. Wienerhof-Chefin Roswitha Wallasch würde Manni „engagieren“. Fotos (4): Riedl

gibt. Meine Familie ist meine Kraftquelle und ich genieße jede freie Minute mit ihr“, schwärmt Manni Pranger von seinen drei Goldschätzen. „Ich bin ein absoluter Genussmensch und bei Pizza und Süßem kann ich nicht Nein sagen. Fürs Kochen habe ich weder das Talent noch die Geduld. Mir sind sogar schon Nudeln beim Aufwärmen angebrannt, weil ich ungeduldig, wie ich manchmal bin, den Herd zu Höchstleistungen herausgefordert habe“, lacht Pranger.

BEACHTLICHE „ZWISCHENBESTZEITEN“

In der Küche geht es dann gleich zur Sache: Auf dem „Trainingsplan“ steht ein Tris, bestehend aus Spinat- und Kasnocken und einem Schlutzkrapfen. Vor allem letzteres hat es Manni Pranger angetan. Der Teig wurde fachmännisch ausgedünnt, die Formen mit Hilfe der Muskelkraft ausgestochen, die Fülle mit höchster Konzentration platziert. Etwas Kopfzerbrechen bereitet das Zuklappen der Krapfen, aber wer Manni Pranger kennt, weiß,

dass der Wille zählt. Trotzdem war es besser, dass keine Stoppuhr mitgelaufen ist, denn in der Parallelwertung hätte Arno Übergänger eindeutig die Nase vorne gehabt.

BODENSTÄNDIG UND OHNE STARALLÜREN

„Ich bin mit zwei Jahren das erste Mal auf Skiern gestanden und mit 23 in den Weltcup eingestiegen. Ich freue mich schon total auf die neue Saison und hoffe, dass ich sie gesund überstehe. Ich habe gelernt von Rennen zu Rennen zu denken. Von da her, versuche ich mir den Druck zu nehmen. Natürlich will ich vorne mitfahren und gewinnen, deshalb mache ich auch Spitzensport.“ Manni Pranger hat heute als quasi „alter Hase“ einen anderen Zugang zum Skifahren und sieht darin die Genusskomponente. Das Essen war exzellent, auch wenn es wahrscheinlich keinen zweiten Durchgang in der Zukunft geben wird. Im Wienerhof hat sich schnell herumgesprochen, dass Manni Pranger auf Besuch ist und so hat ein deutsches Ehepaar um ein Foto mit ihrem Baby Max gebeten. Der Kleine war nicht recht angetan und hat geweint. Ob es wohl daran lag, dass er insgeheim gespürt hat, dass Manni beim Halbfinale zu den Spaniern geholfen hat?

WIENERHOF TRIS

Wir stellen das Kasnockenrezept vor:

Zutaten für vier Personen

300g Knödelbrot, 300ml Milch, 300g gewürfelter Graukäse, 100g fein geschnittene Zwiebel, 1 EL Butterschmalz, 20g Mehl, 3 Eier, 1 EL Schnittlauch, 1EL Petersilie
Salz, Pfeffer, Muskat

**Zubereitung**

Die verquirlten Eier in einer großen Schüssel mit dem Knödelbrot vermengen und die erhitzte Milch dazugeben. Die Masse anziehen lassen. Zwiebel im Butterschmalz anschwitzen und mit den anderen Zutaten in die Knödelmasse einarbeiten. Nocken formen und zirka 15 Minuten im Salzwasser kochen. Beim Servieren mit Schnittlauch und Petersilie beträufeln.

AUFGEKOCHT IM TIROLER WIRTSHAUS

Manni Pranger,
Skiweltmeister
Slalom

Tipps & Tricks:

Mit dem Fett nicht zu sparsam umgehen, weil es den Geschmack unterstreicht. Dasselbe gilt für den Käse. Ich mag die Note vom Graukäse besonders gerne, aber es kann natürlich auch ein anderer kräftiger Käse verwendet werden.



www.tiroler-wirtshaus.at

TIROLER WIRTSHÄUSER IN IHRER NÄHE

Gasthof St. Peter, Ellbögen; **Gasthof Gröbenhof**, Fulpmes; **Gasthof Lamm**, Matri am Brenner; **Gasthof Hoferwirt**, Neustift; **Grünwalderhof**, Patsch; **Gasthof Handl**, Schönberg; **Gasthof Wienerhof**, Trins;

Die einer laufenden Qualitätskontrolle unterworfenen Betriebe der Tiroler Wirtshauskultur kredenzen dem Gast Gerichte aus hochqualitativen, heimischen Rohstoffen, die größtenteils aus dem Land Tirol stammen!

Tiroler Woche**GEWINNSPIEL**

Wir verlosen drei Gutscheine à 25 Euro, einzulösen in jedem Mitgliedsbetrieb!
Beantworten Sie folgende Frage:
Wo wurde heute aufgekocht?

Am Internet-Gewinnspiel können Sie unter <http://gewinnspiel.tiroler-wirtshaus.at> mitmachen. Teilnahmeschluss: 22.07.2010.

Gewinner aus KW 26:
LUISE GRITSCHER, Innsbruck
ELISABETH SCHÖPF, Innsbruck