

Heumilch

EINFACH URGUT.

Almbrunch

Heumilch-Gerichte für den Frühstückstisch.

Ausgezeichnet als „garantiert traditionelle Spezialität“.



Liebe Genießerinnen und Genießer der Heumilch!

Er ist spätes Frühstück und frühes Mittagessen zugleich, bedeutet ausgedehntes Schlemmen und gemütliches Beisammensein und vereint das Beste aus zwei kulinarischen Welten: der Brunch. Klassische Frühstückszutaten wie Honigbrot, Käsesemmel oder Müsli treffen dabei auf warme Speisen.

Unverzichtbarer Bestandteil bei jedem Brunch sind Milchprodukte wie Milch, Butter, Sauerrahm, Schlagobers oder Käse. Und so haben wir uns für unser Almbrunch-Rezeptheft raffinierte Köstlichkeiten für einen unvergesslichen Start in den Tag einfallen lassen. Heumilch-Produkte verleihen dem Kurkuma-Birnen-Porridge, dem Buttermilchbrot, der

Kürbisquiche und dem Lavendelmilchreis eine spezielle Note. Deren hervorragender Geschmack kommt nicht zuletzt durch die artgemäße Fütterung der Heumilchkühe und unseren sorgsamem Umgang mit ihnen zustande.

Gutes Gelingen!



Karl Neuhofer
Obmann ARGE Heumilch
Heumilchbauer



Heumilch: Einfach urgut.

Heuwirtschaft ist die ursprünglichste Form der Milcherzeugung

Bereits seit Jahrhunderten erfolgt die Fütterung angepasst an den Lauf der Jahreszeiten.

Im Einklang mit der Natur

Im Sommer kommen Heumilchkühe auf die Weiden und Almen. Dort genießen sie frische Luft, klares Wasser und eine Vielzahl an saftigen Gräsern und Kräutern. Währenddessen beginnt im Tal die Heuernte, die Wiesen werden gemäht, das Gras getrocknet und das so gewonnene Heu in Scheunen gelagert. Im Winter werden die Tiere mit Heu gefüttert. Als Ergänzung erhalten sie mineralstoffreichen Getreideschrot. Vergorene Futtermittel wie Silage sind strengstens verboten.

Das Heumilch-Regulativ

Heumilchbauern und Verarbeiter produzieren nach dem strengen Heumilch-Regulativ, dessen Einhaltung von unabhängigen, staatlich zertifizierten Stellen kontrolliert wird. Nur Produkte mit dem Heumilch-Logo erfüllen diese strengen Bestimmungen, die zudem kontrolliert gentechnikfrei hergestellt werden.

Eine „garantiert traditionelle Spezialität“

Die Heuwirtschaft überzeugte auch die Europäische Union. Sie hat Heumilch mit dem EU-Gütesiegel g.t.S. – garantiert traditionelle Spezialität – ausgezeichnet. Heumilch g.t.S. ist somit für Konsumenten ein Garant für noch mehr Qualität und Unverfälschtheit.



Gehaltvoller Genuss

Heumilchprodukte haben einen rund doppelt so hohen Wert an Omega-3-Fettsäuren und konjugierten Linolsäuren (CLA) wie herkömmliche Milchprodukte. Dies bestätigt eine Studie der Universität für Bodenkultur.

Heumilch schont die Umwelt

Die Heumilchregionen befinden sich vorwiegend in den Alpen, wo Heuwirtschaft seit Jahrhunderten Tradition hat.

Nachhaltiges, auf Generationen hin ausgerichtetes Denken und Handeln prägt seit jeher diese Wirtschaftsweise. Eine Studie der Universität für Bodenkultur in Wien zeigt auf, dass Heumilchbauern entscheidend zum Schutz der Umwelt und zum Erhalt der Artenvielfalt beitragen.

Schonung von Ressourcen

Heumilchbauern schonen durch ihre extensive Wirtschaftsweise lebensnotwendige und wertvolle Ressourcen wie Getreide und Wasser, da man auf artgemäße Fütterung setzt.



Förderung der Artenvielfalt

Zur Förderung der Artenvielfalt lassen Heumilchbauern ihre Wiesen richtig reifen. Es wird erst gemäht, wenn eine Vielzahl von Gräsern und

Kräutern in voller Blüte steht und sich diese selbst fortpflanzen konnten. Zudem sorgt das Gras der Heumilchkühe für Wachstumsimpulse und eine permanente Nachsaat ist nicht notwendig.



Urgut für die Tierwelt

Die Mahdzeitpunkte sind zeitlich und räumlich gestaffelt. Durch diese mosaikartige Bewirtschaftung werden nie alle Grünflächen auf einmal gemäht. So bleiben wichtige Nahrungsquellen und Rückzugsräume für Bienen, Schmetterlinge oder Niederwild erhalten.



Schutz vor Umweltkatastrophen

Durch das regelmäßige Mähen und Weiden entstehen gepflegte Wiesen mit kurzem Bewuchs. Die große Artenvielfalt sorgt für einen tief verwurzelten Grasteppich – das ist die beste Vorkehrung gegen Erdrutsche, Murenabgänge und Schneebrüche bei ungünstigen Wetterbedingungen.

CO₂-Speicher

Nachhaltige Grünlandnutzung führt zu einem hohen Humusgehalt im Boden, der ein sehr guter Speicher für Kohlendioxid ist. Er bindet die im Boden liegenden enormen Mengen an CO₂, die sonst in die Erdatmosphäre entweichen und den Klimawandel beschleunigen.



Artenreiches Futter für genussvolle Produkte

Unverwechselbares Aroma

Zahlreiche Geschmackstests bestätigen: Ein höheres Artenreichtum im Futter sorgt für Qualität und ein unverwechselbares Aroma der Heumilch.

Ohne Konservierungsmittel

Durch den konsequenten Verzicht auf vergorene Futtermittel kann Käse ohne Zusatz von Konservierungsmitteln und ohne intensive mechanische Behandlung hergestellt werden.

Hochwertiger Rohstoff

Länger gereifte Käse lassen sich nur aus einem hochwertigen Rohstoff herstellen. Heumilch besitzt diese Eigenschaft und ist daher der ideale Rohstoff für Käsespezialitäten.



Die KUHWOHL-Initiative: Heumilchkühe werden nicht gehalten, sondern verwöhnt.



Artgemäße Fütterung macht den Unterschied!

Kühe sind Wiederkäuer. Ihre natürliche Nahrungsgrundlage sind frische Gräser und Kräuter, die sie im Sommer auf den Wiesen, Weiden und Almen finden. Im Winter bekommen Heumilchkühe dieses aroma- und artenreiche Futter in Form von Heu. Als Ergänzung erhalten sie mineralstoffreichen Getreideschrot, der aus Europa stammen muss und kontrolliert gentechnikfrei ist. Vergorene Futtermittel wie Silage sind strengstens verboten.



Auslauf für Heumilchkühe!

Die Bewegungsmöglichkeit auf Wiesen, Weiden und Almen mit frischer Luft und wärmender Sonne ist für die Tiergesundheit von größter Bedeutung. Unsere Heumilchkühe sind im Laufstall oder haben mindestens 120 Tage Auslauf übers Jahr zur Verfügung. Eine dauernde Anbindehaltung ist verboten.



Frisches Wasser fürs Wohlbefinden!

Kühe brauchen bis zu 120 Liter Wasser pro Tag, damit sie sich wohlfühlen. Frisches Wasser ist für Heumilchkühe im Stall oder auf der Weide immer gut erreichbar und steht in ausreichendem Maß zur Verfügung.



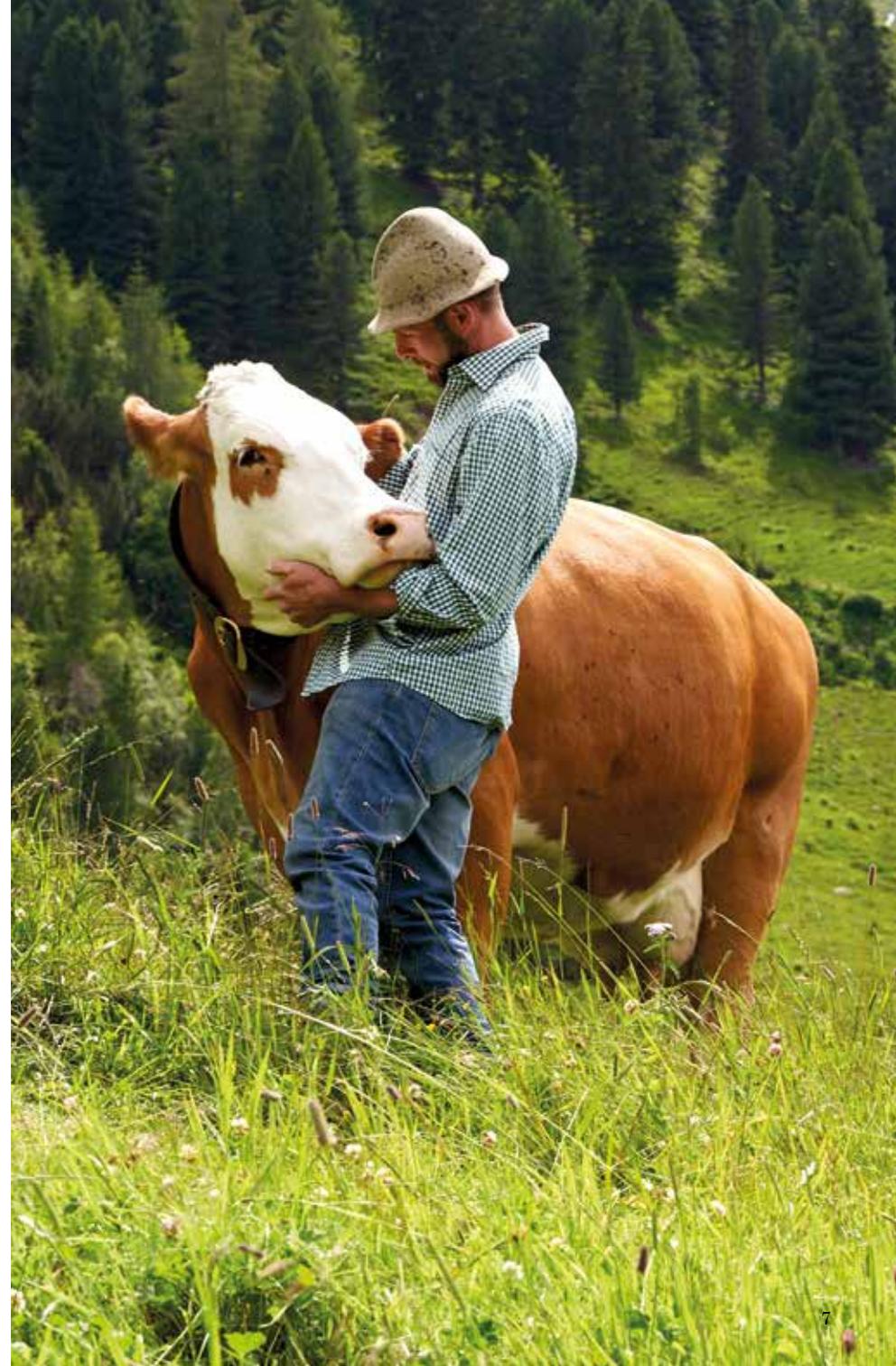
Persönliche Betreuung ist uns wichtig!

Dank der kleinen Tierbestände kennen Heumilchbauern die jeweiligen Eigenheiten und Vorlieben ihrer Kühe. Damit sich Hanni, Alma und Vroni wohlfühlen, wird für ein angemessenes Stallklima mit viel Frischluft und ausreichend Platz gesorgt. Auch ein gemütlicher Liegeplatz ist wichtig, da Heumilchkühe die Hälfte des Tages mit Ruhen und Liegen verbringen.



Tiergesundheit halten wir hoch!

Die Gesundheit der Heumilchkühe ist bei uns oberstes Gebot. Deshalb sind alle Heumilchbauern Mitglied beim Tiergesundheitsdienst. Mit professioneller Beratung durch den Tierarzt wird bei regelmäßigen Kontrollen vorbeugend das Wohlergehen der Heumilchkühe überprüft.

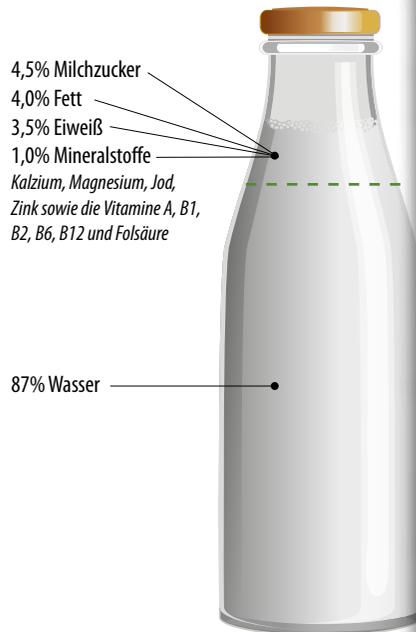


Milchwissen

Milch und Milchprodukte sind vom Frühstückstisch nicht wegzudenken. Denn was schmeckt besser als eine heiße Schokolade, ein rahmiges Butterbrot oder eine frische Tasse Kaffee mit einem Schuss bester Heumilch oder Heumilch-Obers?

Außerdem schmecken Milch und Milchprodukte nicht nur köstlich, sondern enthalten viele wertvolle Inhaltsstoffe wie gut verdauliches Eiweiß, verschiedene Vitamine und Mineralstoffe wie zum Beispiel Kalzium.

FrISCHE Kuhmilch setzt sich aus folgenden Bestandteilen zusammen:



Wussten Sie, dass ...

... eine hohe Artenvielfalt an Gräsern und Kräutern eine wichtige Rolle für die Qualität und das Aroma der Milch spielt?



... Milch ein sensibles Lebensmittel ist und daher nur kurz wärmebehandelt werden soll, damit Vitamine und das Aromenspektrum so gut wie möglich erhalten bleiben?



... Pasteurisierung eine schonende Wärmebehandlung ist, um Krankheitskeime zu beseitigen und Milch länger haltbar zu machen?



... traditionell Heumilch-Bergkäse und Emmentaler aus Rohmilch hergestellt wird?



... Fett als wichtiger Geschmacksträger dient und Milch auf natürliche Weise rund 4 % enthält?



... die kleinen Fettkügelchen in der Milch alle Wellenlängen des Lichts so reflektieren, dass die Flüssigkeit für das menschliche Auge weiß erscheint?

Alles in Butter?

Ein frisches Brot mit Heumilchbutter soll auf keinem Frühstückstisch fehlen.

Für die Herstellung von Butter wird Rahm so lange gerührt, bis sich das Fett – die sogenannten Butterkörner – von der Buttermilch absetzen. Für ein durchschnittlich großes Butterstück mit 250 g werden 5 Liter bester Milch benötigt.

Sauerrahmbutter

Traditionell wird in kleinen Sennereien und Käseereien Sauerrahmbutter hergestellt. Dabei wird der Rahm bis zu 24 Stunden lang mit speziellen Säuerungskulturen bei 8 – 20° C gerührt und vorgereift. Dieses lange Vorsäuern bewirkt das typische, frische Aroma der Sauerrahmbutter.

Erst nach der Reifezeit wird der Rahm geschlagen. Während dieses Vorgangs werden die Fettkügelchen des Milchfetts aufgebrochen, das in ihnen enthaltene Fett tritt aus und verklebt zu sogenannten Butterkörnern. Diese werden anschließend noch sorgsam geknetet, um den Wasseranteil weiter zu verringern. Sauerrahmbutter ist im Geschmack meist vielschichtig mit frischen Säurennoten und besonders streichfähig.

Süßrahmbutter

Die Herstellung von Süßrahmbutter erfolgt ganz ähnlich. Allerdings wird hier auf das Vorsäuern des Rahmes verzichtet. Im Gegensatz zur Sauerrahmbutter weist Süßrahmbutter ein milderes Aroma auf.



Wussten Sie, dass ...

5

Liter



... man für 1 kg Topfen beinahe 5 Liter Milch benötigt?

10

Liter



... für 1 Liter Schlagobers etwa 10 Liter Milch verarbeitet werden?

20

Liter



... 20 Liter Milch für 1 kg Butter notwendig sind?

Heumilch-Drinks

Zirbenoberskaffee

🕒 10 min



ZUTATEN

- 150 ml Kaffee
- 80 ml Heumilch-Schlagobers
- 10 ml Zirbenlikör
- Zucker
- Schokoladenspäne

1. Kaffee in ein Glas füllen, bei Bedarf mit Zucker süßen.

2. Heumilch-Schlagobers leicht steif schlagen und Zirbenlikör unterheben.

3. Zirbenobers auf den Kaffee geben und mit Schokospänen dekorieren.

Goldene Heumilch

🕒 20 min



ZUTATEN KURKUMAPASTE

- 150 ml Wasser
- 1 EL Kurkumapulver
- 1 cm großes Stück Ingwer, fein gerieben
- Muskatnuss, Pfeffer aus der Mühle

ZUTATEN

- 400 ml Heumilch
- 1 EL Kurkumapaste
- 2 EL Honig
- 1 TL Mandel- oder Walnussöl
- Zimt

1. Wasser mit Kurkumapulver erhitzen und eindicken lassen. Mit Ingwer, Muskatnuss und Pfeffer würzen und weitere 10 Minuten köcheln lassen, bis die Masse zu einer Paste wird. Die Paste ist gekühlt 3 bis 4 Tage haltbar.

2. Heumilch vorsichtig erhitzen und 1 EL der Kurkumapaste einrühren. Honig, Öl und Zimt hinzufügen und nochmals 1 Minute ziehen lassen.

3. Durch ein Sieb gießen und warm genießen!

Heidelbeer-Heumilch

🕒 10 min



ZUTATEN

- 125 g Heidelbeeren
- 1 EL Honig
- 2-3 Zitronenmelissenblätter
- 400 ml Heumilch

1. Heidelbeeren waschen, mit Honig und Zitronenmelissenblättern pürieren.

2. Mit Heumilch aufgießen und verrühren.

Holunderblüten-Milch

🕒 15 min



ZUTATEN

- 400 ml Heumilch
- 1 EL Honig
- 1 Prise Bourbon-Vanille gemahlen
- 1-2 frische Dolden Holunderblüten

1. Heumilch auf etwa 40° C erwärmen.

2. Honig, Vanille und Holunderblüten dazugeben, 10 Minuten ziehen lassen und durch ein Sieb in Gläser gießen.



Smoothie -Almbowl

🕒 10 min



ZUTATEN

- 1 Handvoll Brennesselblätter
- 2 junge Radieschenblätter
- 2 Kohlrabiblätter
- 1 Banane
- 1 Apfel
- 100 g Heumilch-Naturjoghurt
- 1 EL Holundersirup
- Beeren, Sonnenblumenkerne
- Heumilch-Sauerrahm

Zubereitung

1. Brennessel-, Radieschen- und Kohlrabiblätter waschen. Banane schälen, Apfel waschen und entkernen.

2. Die Zutaten in einen Mixer füllen, Heumilch-Naturjoghurt zufügen und dickbreiig pürieren. Bei Bedarf mit Holundersirup süßen.

3. Smoothie in eine Schüssel füllen, mit Obst oder Beeren der Saison, Sonnenblumenkernen und Heumilch-Sauerrahm dekorieren.

Tipp

Brennesseln brennen auf der Unterseite nicht. Deshalb bei der Ernte am besten die Blätter am Stiel von unten nach oben streichen und abzupfen.



Kurkuma-Birnen-Porridge

🕒 25 min



ZUTATEN

- 160 g Haferflocken, zart
- 1 daumengroßes Stück Kurkuma, fein gerieben
- 800 ml Heumilch
- 1 Prise Salz
- Sternanis, Piment, Kardamom, Ingwer
- Honig

ZUTATEN KAREMELLISIERTE BIRNEN

- 1 EL Zucker
- 2 Birnen
- Sternanis, Zimt, Piment

Zubereitung

1. Haferflocken und Kurkuma kurz trocken anrösten, mit Heumilch aufgießen und 10 Minuten unter Rühren köcheln lassen.
2. Porridge salzen, Gewürze dazugeben und weitere 10 Minuten ziehen lassen. Nach Belieben mit Honig süßen.

3. Für die Birnen Zucker in der Pfanne leicht karamellisieren, mit wenig Wasser aufgießen, geschälte Birnenspalten zugeben und mit Sternanis, Zimt und Piment kurz dünsten.
4. Porridge in eine Schüssel füllen und mit den Birnen garnieren.

Tipp

Anstatt frischer Kurkuma kann auch Kurkuma-Pulver verwendet werden. Ein daumengroßes Stück entspricht etwa einem Teelöffel Kurkuma-Pulver.



Hausgemachtes Buttermilchbrot mit dreierlei Heumilch-Butter

Hausgemachtes Buttermilchbrot

🕒 120 min
👤👤👤

ZUTATEN

- 400 g Weizenmehl, glatt
- 1 Packung Trockenhefe
- 250 ml Heumilch-Buttermilch, zimmerwarm
- 125 ml Maiskeimöl
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zucker
- Sonnenblumenkerne zum Bestreuen

Zubereitung

1. Alle Zutaten zu einem Teig vermengen und zugedeckt mindestens 40 Minuten bei Wärme gehen lassen.
2. Stangen formen. Mit Sonnenblumenkernen bestreuen, nochmals 30 Minuten bei Wärme rasten lassen.
3. Schräg einschneiden und bei 180° C 25 Minuten goldbraun backen.

Tannenwipfelbutter

🕒 10 min
👤👤👤

ZUTATEN

- 150 g Heumilch-Butter, weich
- 1 Prise Salz
- 1 EL Tannenwipfelsirup
- Zitronensaft

1. Heumilch-Butter schaumig rühren und mit einer Prise Salz verfeinern.
2. Tannenwipfelsirup zugeben und mit etwas Zitronensaft abschmecken.

Mohnbutter

🕒 10 min
👤👤👤

ZUTATEN

- 150 g Heumilch-Butter, weich
- 1 Prise Salz
- 80 g Mohn, gemahlen
- 1 EL Honig
- Zimt
- etwas Saft und Abrieb einer Zitrone
- etwas Abrieb einer Orange

1. Heumilch-Butter schaumig rühren und mit einer Prise Salz würzen.
2. Mohn unterheben und mit Honig, Zimt, etwas Abrieb von Zitrone und Orange sowie einem Schuss Zitronensaft abschmecken.

Brennnessel-Orangenbutter

🕒 10 min
👤👤👤

ZUTATEN

- 150 g Heumilch-Butter, weich
- 1 Prise Salz
- 1 Handvoll Brennnesselblätter
- etwas Saft und Abrieb einer Orange
- 1 Prise Zucker

1. Heumilch-Butter schaumig rühren und mit einer Prise Salz verfeinern.
2. Brennnesselblätter waschen, klein hacken und unter die Butter heben.
3. Mit etwas Saft und Abrieb einer Orange sowie Zucker abschmecken.



Käferbohnen- Topfenmousse mit Kernöl

🕒 30 min



ZUTATEN

- 1 kleine Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 50 g Heumilch-Butter
- 200 g Käferbohnen, gekocht
- süßer Senf, Balsamicoessig
- 150 g Heumilch-Topfen
- 150 g Heumilch-Sauerrahm
- Zitronensaft
- 1 Prise Zucker
- 300 ml Heumilch-Schlagobers
- Salz, Pfeffer
- Kürbiskernöl

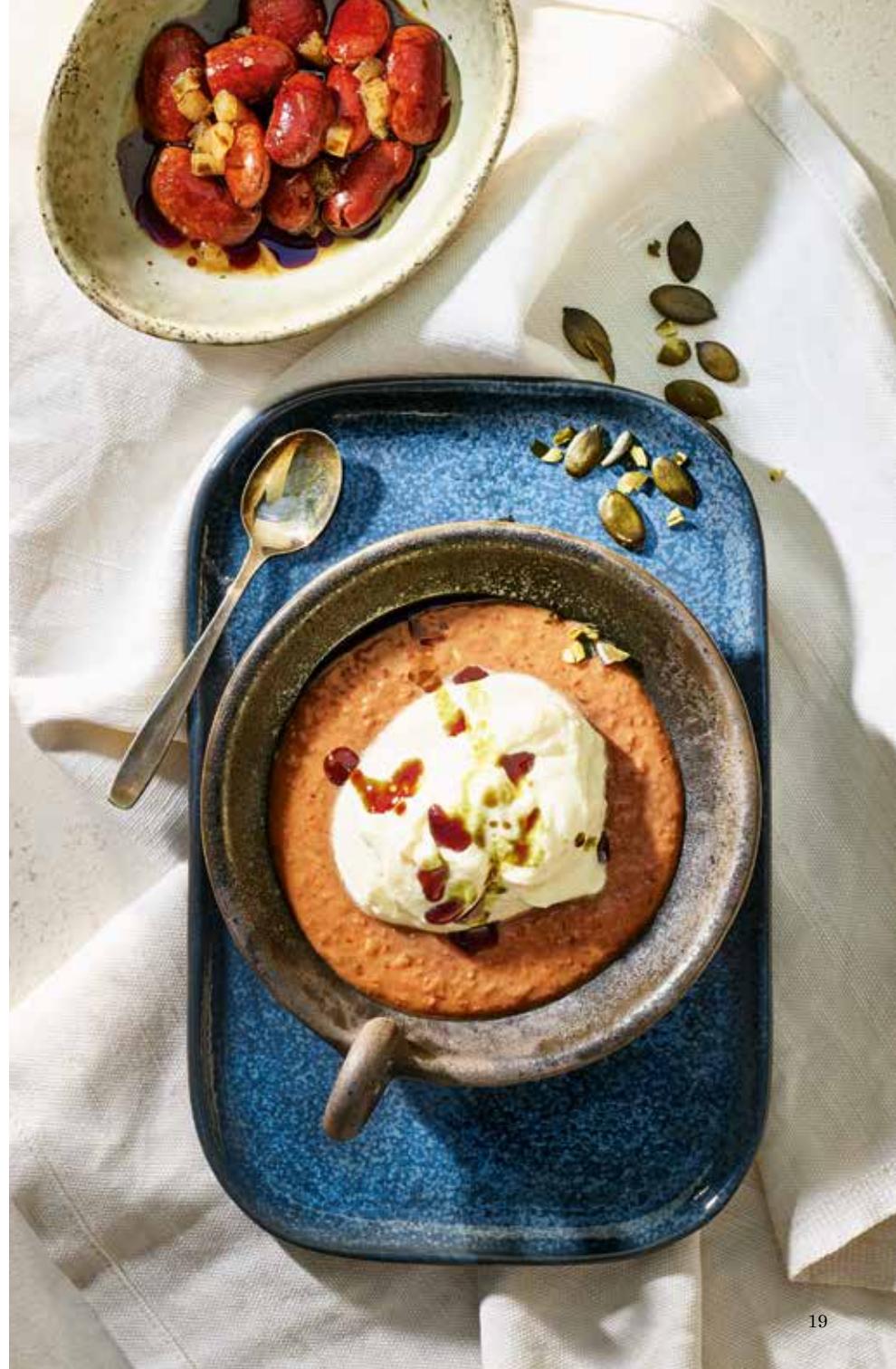
Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch klein würfeln und in Heumilch-Butter anschwitzen.
2. Gekochte Käferbohnen begeben, mit süßem Senf, Balsamicoessig, Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Ein Drittel der marinierten Bohnen als Dekoration auf die Seite geben, den Rest pürieren und in Gläser oder kleine Schüsseln füllen.
4. Für die zweite Schicht Heumilch-Topfen mit Heumilch-Sauerrahm verrühren, mit Zitronensaft, 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

5. Heumilch-Schlagobers steif schlagen und unter die Topfenmasse heben.
6. Topfenmousse auf das Käferbohnenpüree in die Gläser oder Schüsseln füllen, mit den restlichen Käferbohnen garnieren und mit ein wenig Kürbiskernöl anrichten.

Tipp

Werden frische Käferbohnen verwendet, dann die Bohnen über Nacht in reichlich lauwarmem Wasser einweichen und am nächsten Tag etwa eine Stunde weich kochen lassen.



Käsebällchen mit Apfel-Zwiebel-Confit

🕒 85 min
👤👤👤👤

ZUTATEN KÄSEBÄLLCHEN

- 100 g Heumilch-Butter, weich
- 200 g Heumilch-Topfen
- 700 g Heumilchkäse (Bergkäse, Camembert)
- 100 g Rohschinken
- 100 g Weißbrotbrösel
- gehackte Kräuter, Nüsse, o.ä. zum Wälzen

ZUTATEN APFEL-ZWIEBEL-CONFIT

- 40 g Rohrzucker
- 40 g Heumilch-Butter
- 250 g rote Zwiebeln
- 200 ml Rotwein
- 350 g säuerliche Äpfel
- Salz, Thymian, Rosmarin
- Zimt, Nelken, Ingwer

Zubereitung Confit

1. Rohrzucker in Heumilch-Butter leicht karamellisieren.
2. Rote Zwiebeln in feine Streifen schneiden, zugeben und kurz anrösten.
3. Mit Rotwein aufgießen und 40 Minuten köcheln lassen.
4. Währenddessen Äpfel schälen und in feine Spalten schneiden.
5. Äpfel zugeben, nochmals 20 Minuten köcheln lassen und abschmecken.
6. In verschließbare Gläser abfüllen und kalt stellen.

Zubereitung Käsebällchen

1. Heumilch-Butter schaumig rühren und Heumilch-Topfen unterheben.
2. Heumilchkäse und Rohschinken klein würfeln und mit den Weißbrotbröseln unter die Topfenmasse heben.
3. Aus der Masse kleine Kugeln formen, nach Belieben in Nüssen, gehackten Kräutern, klein gewürfelten Paprikastücken o.ä. wälzen und kalt stellen.
4. Mit dem Apfel-Zwiebel-Confit servieren.

Tipp

Falls keine säuerlichen Äpfel verwendet werden, kann das Confit mit Balsamicoessig oder Zitronensaft abgeschmeckt werden.



Blätterteigkipferl mit Heumilchkäse

🕒 40 min



ZUTATEN

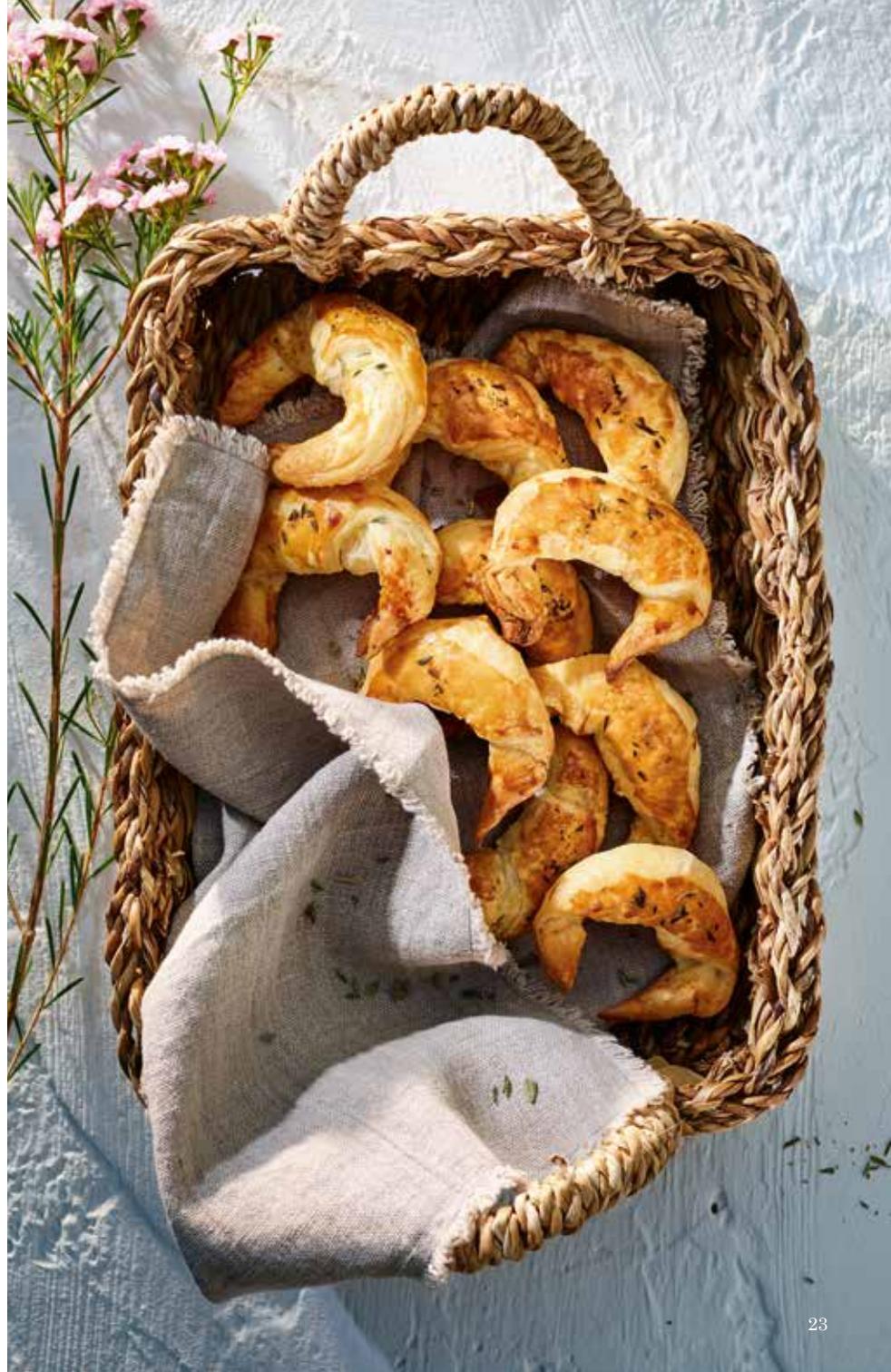
- 100 g Kartoffeln, mehlig
- 2 Schalotten
- 50 g Heumilch-Topfen
- 50 g Heumilch-Schnittkäse, gerieben
- 50 g Heumilch-Bergkäse, gerieben
- Petersilie, fein gehackt
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 1 Packung Blätterteig
- 1 Ei zum Bestreichen

Zubereitung

- 1.** Kartoffeln kochen, schälen und zerstampfen.
- 2.** Schalotten fein würfeln und mit Heumilch-Topfen, Heumilchkäse und Petersilie zu den Kartoffeln geben.
- 3.** Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
- 4.** Blätterteig ausrollen und in 16 Dreiecke teilen.
- 5.** Etwas Fülle auf die breite Seite des Dreiecks geben, zur Spitze hin einrollen und die beiden Enden zu einer Kipferlform biegen.
- 6.** Mit verquirltem Ei bestreichen und im Backrohr 12 Minuten bei 200° C goldgelb backen.

Tipp

Wer es gerne deftig mag, kann die Blätterteigkipferln zusätzlich noch mit Speckwürfeln verfeinern.



Gerollte Bergkäsecrepes mit Rucoladip

🕒 20 min



ZUTATEN RUCOLADIP

- 100 g Heumilch-Sauerrahm
- etwas Zitronensaft
- Salz, Pfeffer
- 50 g Rucola

ZUTATEN CREPES

- 250 ml Heumilch
- 150 g Mehl, glatt
- 3 Eier
- 30 g Heumilch-Butter, flüssig
- 150 g Heumilch-Bergkäse, gerieben
- Salz

Zubereitung

1. Für den Dip Heumilch-Sauerrahm mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Rucola in dünne Streifen schneiden und unterheben.
3. Für die Crepes Heumilch mit Mehl vermengen, Eier, eine Prise Salz und flüssige Butter unterheben.
4. Crepeteig in eine heiße, beschichtete Pfanne geben, mit Heumilch-Bergkäse bestreuen, Crepe wenden, fertig garen und einrollen.
5. Crepe mit dem Rucoladip am Teller anrichten und gleich genießen.

Tipp

Frisch aus der Pfanne, wenn der Heumilchkäse noch heiß ist und sich ziehen lässt, schmecken die Crepes am besten.



Gefüllte Champignons mit Heumilchkäse

🕒 25 min



ZUTATEN

- 12 große Champignons
- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Paprika, rot
- 2 EL Heumilch-Sauerrahm
- 100 g Heumilch-Weichkäse mit Rotkultur
- Salz, Pfeffer, Oregano

Zubereitung

1. Champignons putzen, Stiele entfernen und beiseite legen.
2. Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in der Pfanne kurz anbraten.
3. Champignonstiele und Paprika klein würfeln, mit in die Pfanne geben und kurz anschwitzen.
4. Nach dem Auskühlen mit Sauerrahm und fein gewürfeltem Heumilch-Weichkäse vermengen und abschmecken.
5. Masse in die Champignonköpfe füllen und in einer Pfanne mit Deckel braten oder im Rohr für circa 12 Minuten backen.

Tipp

Neben Weichkäse mit Rotkultur (z.B. Großer Stinker, Bachensteiner) eignen sich für die Zubereitung auch Schnittkäse mit schmelzendem Teig (z.B. Rahmkäse, Räßkäse).



Kürbisquiche mit Heumilchkäse

🕒 120 min
👤👤👤👤👤

ZUTATEN MÜRBTIEG

- 100 g Heumilch-Butter
- 200 g Mehl
- 1 Ei
- 1 Prise Salz

ZUTATEN FÜLLUNG

- 400 g Kürbis, z. B. Hokkaido
- 150 g Heumilch-Schnittkäse
- 1 Zwiebel
- 100 g Lauch
- 200 g Heumilch-Sauerrahm
- 4 Eier
- Muskat, Petersilie, Kümmel
- Salz, Pfeffer
- Öl
- etwas Heumilch-Sauerrahm zum Garnieren

Zubereitung

1. Kalte Heumilch-Butter in das Mehl schneiden, mit Ei und Salz zu einem Teig kneten. Bei Bedarf Wasser zugeben.
2. Teig in Folie wickeln, mindestens 1 Stunde rasten lassen, ausrollen und in eine bemehlte Kuchenform legen.
3. Für die Füllung Kürbis und Heumilchkäse reiben, Zwiebel hacken und Lauch in feine Streifen schneiden.
4. Zwiebel und Lauch in Öl anschwitzen, geriebenen Kürbis zugeben und kurz andünsten.

5. Mit Heumilch-Sauerrahm, der Hälfte des Heumilchkäses und Eiern vermengen und gut abschmecken.
6. Masse auf Teig verteilen, mit restlichem Käse bestreuen und bei 180° C für rund 40 Minuten im Rohr backen.
7. Auf Tellern anrichten und mit Heumilch-Sauerrahm garnieren.

Tipp

Feurigen Geschmack bringt die Verwendung von Chilikäse. Dieser harmoniert sehr gut mit Kürbis.



Tarte Tatin mit Birnen, Camembert und Nüssen

🕒 40 min



ZUTATEN

- 40 g Heumilch-Butter
- 1 TL Zucker
- 1 EL Walnüsse, gerieben
- 2 Birnen
- 1 Packung Blätterteig
- 100 g Heumilch-Camembert
- Rosmarin, Thymian
- 1 Prise Salz

Zubereitung

- 1.** Eine mittelgroße ofenfeste Pfanne mit weicher Heumilch-Butter dick einstreichen, Zucker, Nüsse, Rosmarin, Thymian und eine Prise Salz darauf verteilen.
- 2.** Mit geschälten Birnenspalten auslegen.
- 3.** Blätterteig ausrollen, auf die Birnenstücke in der Pfanne legen, am Pfannenrand rundum abschneiden und leicht andrücken.
- 4.** Im Backrohr bei 200° C circa 12 Minuten backen.
- 5.** Frisch aus dem Ofen sofort verkehrt auf einen Teller stürzen und mit in Scheiben geschnittenen Heumilch-Camembert belegen.
- 6.** Camembert schmelzen lassen und noch heiß genießen.

Tipp

Die Tarte Tatin wird „verkehrt“ - mit dem Boden oben - gebacken. Typisch ist das Karamell, das beim Backen durch die Zuckerschicht am Boden der ofenfesten Pfanne entsteht.



Rotwein-Pfirsich mit Lavendel-Milchreis

🕒 40 min



ZUTATEN MILCHREIS

- 800 ml Heumilch
- 200 g Rundkornreis
- Salz, Zucker
- Vanille, Zimt, Lavendelblüten

ZUTATEN ROTWEIN-PFIRSICH

- 4 Pfirsichhälften
- 20 g Zucker
- 125 ml Rotwein
- 10 ml Balsamicoessig
- 1 EL Honig
- Thymian

Zubereitung

1. Heumilch aufkochen, Reis zugeben, etwa 8 Minuten unter ständigem Rühren kochen, anschließend 20 Minuten ziehen lassen.
2. Mit Salz, Zucker, Vanille, Zimt und Lavendelblüten abschmecken.
3. Für die Rotwein-Pfirsiche Zucker in einer Pfanne karamellisieren und mit Rotwein ablöschen.
4. Balsamicoessig, Honig und Thymian zugeben, Pfirsichhälften kurz darin dünsten.
5. Pfirsiche entfernen und restliche Flüssigkeit bei niedriger Hitze sämig einkochen lassen.
6. Eine Pfirsichhälfte pro Teller anrichten, mit Milchreis befüllen und mit Rotweinsauce garnieren.

Tipp

Für Kinder kann anstatt Rotwein Himbeersaft verwendet werden.





Entdecken Sie die ganze Welt der Heumilch!

Tauchen Sie in die Heumilch-Welt ein und entdecken Sie in unseren zahlreichen Broschüren allerlei Wissenswertes über die einzigartige Heuwirtschaft.

Rezepte

Köstliche Gerichte, die einfach nachzukochen sind, finden Sie in unseren zahlreichen Rezeptheften, die sich unterschiedlichen Schwerpunkten, wie zum Beispiel vegetarischer Ernährung oder Rezepten für Kinder, widmen.

Fibeln

Den Lebensraum der Heumilchkühe und die positiven Einflüsse der Heuwirtschaft auf Mensch und Natur kann man in den verschiedenen Fibeln entdecken.

Kinder

Spannende Abenteuer können die jüngsten Leser mit den Kinderbüchern erleben und lernen dabei auf spielerische Weise das Leben rund um die Heumilch kennen.

Alle Broschüren können auf www.heumilch.at kostenlos bestellt werden.



Schicken Sie uns doch Ihr Lieblingsrezept mit Heumilchprodukten an office@heumilch.at.

Und weil wir finden, dass Wertvolles mit guten Freunden geteilt werden sollte, finden Sie eine Auswahl unserer Rezepte auf Pinterest, Instagram und unserer Facebook-Seite.



Heumilch

EINFACH URGUT.

- Artgemäße Fütterung im Jahresverlauf: Heumilchkühe bekommen frische Gräser und Kräuter im Sommer sowie Heu im Winter.
- Vergorene Futtermittel sind strengstens verboten.
- Zum Wohl der Tiere ist eine dauernde Anbindehaltung verboten. Für ausreichend Bewegung sorgen Laufställe, Auslauf oder Weide.
- Die traditionelle Wirtschaftsweise der Heumilchbauern schützt die Umwelt und fördert die Artenvielfalt.
- Heumilch ist aufgrund ihrer hohen Qualität für die Herstellung von Käsespezialitäten geeignet.
- Heumilch ist kontrolliert gentechnikfrei und wird von unabhängigen Kontrollstellen zertifiziert.
- Die Heuwirtschaft wurde von der Europäischen Union mit dem EU-Gütesiegel g.t.S. – garantiert traditionelle Spezialität – ausgezeichnet.



Herausgeber und Medieninhaber

ARGE Heumilch
Grabenweg 68
A-6020 Innsbruck
office@heumilch.at

Verlags- und Herstellungsort

Innsbruck

www.heumilch.at

