

Was kochen Sie am liebsten?



Gastgeberin  
Esther  
Pauchard  
Autorin

## Autorin Esther Pauchard (41) liebt:

«**SCHOGGIKUCHEN**» – «Das Geheimnis des Schoggikuchens, der in der Familie meines Mannes seit vielen Jahren bei jeder Gelegenheit gewünscht wird, ist viel Cailler-Crémant-Schoggi, wenig Mehl, kein Backpulver, und das nur 19 Minuten – nicht 20! – im Backofen, damit der Kuchen innen schön feucht bleibt. Das Rezept stammt von unserer über 80-jährigen Nachbarin, die ich in meinem ersten Roman «Jenseits der Couch» unter dem Pseudonym Margarethe auftreten liess. Den Schoggikuchen habe ich auf der letzten Seite meines neuen Krimis gebührend erwähnt!» RHÖ

Die Thunerin, die als Oberärztin in einer Suchtfachklinik in Burgdorf arbeitet, hat mit «Jenseits der Rache» ihren dritten Krimi veröffentlicht und liest am 3. November an den Burgdorfer Krimitag.

⇒ Das komplette Rezept unter [www.coopzeitung.ch/pauchard](http://www.coopzeitung.ch/pauchard)

## HÄLT UND HÄLT UND HÄLT

Pumpnickel ist eine besondere Brot-Spezialität aus der westfälischen Küche, die aus Roggenschrot gemacht wird. Der Vorteil dieses Brotes ist, dass es – wenn richtig verpackt – sehr lange frisch und feucht bleibt. Eine witzige Art, dieses Brot zu servieren, ist das Rezept Dominobrot: dafür mehrere Scheiben mit Frischkäse bestreichen, aufeinanderlegen und dann würfelförmig zurechtschneiden.

⇒ Coop Naturaplan Bio-Pumpnickel, 250 g/Fr. 1.70.



## FISCH AUF GEMÜSE: SCHNELL GEMACHT

Mit den Dorschfilets Royal auf Gemüse von Qualité & Prix hat man im Handumdrehen einen ausgewogenen Nacht. Dank der ofenfesten Schale kann der Fisch einfach in den Ofen gestellt werden, er wird schonend gegart, ohne dabei auszutrocknen. Verfeinert wird das Gericht durch eine leichte Sauce.



⇒ Dorschfilets Royal (mit MSC-Siegel) auf Gemüse von Coop Qualité & Prix, erhältlich in grösseren Coop-Läden für Fr. 9.50/450 g.

## STÜRZEN, GENIESSEN: EINFACH FLAN-TASTISCH



Deckel abziehen, Inhalt auf einen Teller stürzen, ein Loch in den Boden stechen und den Plastik-Becher leicht anheben – so geniesst man einen Flan am allerbesten, früher genauso wie heute! Auch als Erwachsener sollte man sich diesen Genuss und Spass von Zeit zu Zeit unbedingt gönnen. Wer mag, kann den Flan ja noch mit «erwachsenen» Zutaten wie einem Him-

beerspiegel, Macarons oder Schlagrahm verfeinern. Für die Kleinen gibt es frische Früchte dazu und ein paar farbige Streusel drauf.

⇒ Tam Tam Nappé Vanille-Caramel (Fr. 2.45/4 × 100 g), Bio-Caramelköpfler (Fr. 1.95/110 g) und Coop Flan Chocolat (Fr. 2.30/4 × 125 g), erhältlich in allen Coop-Läden.