

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 72 (2015)  
**Heft:** 1-2: Honig gegen Husten

**Rubrik:** Naturküche

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

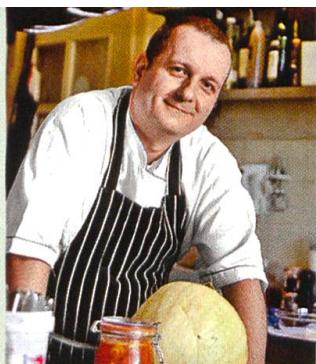
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 29.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Joannis Malathounis Mittelmeerküche

... wurde 2015 als erstes griechisches Restaurant in Deutschland mit einem Stern des «Guide Michelin» ausgezeichnet.

# Roquefort-Quiche mit Walnüssen

Rezept für 4 Personen



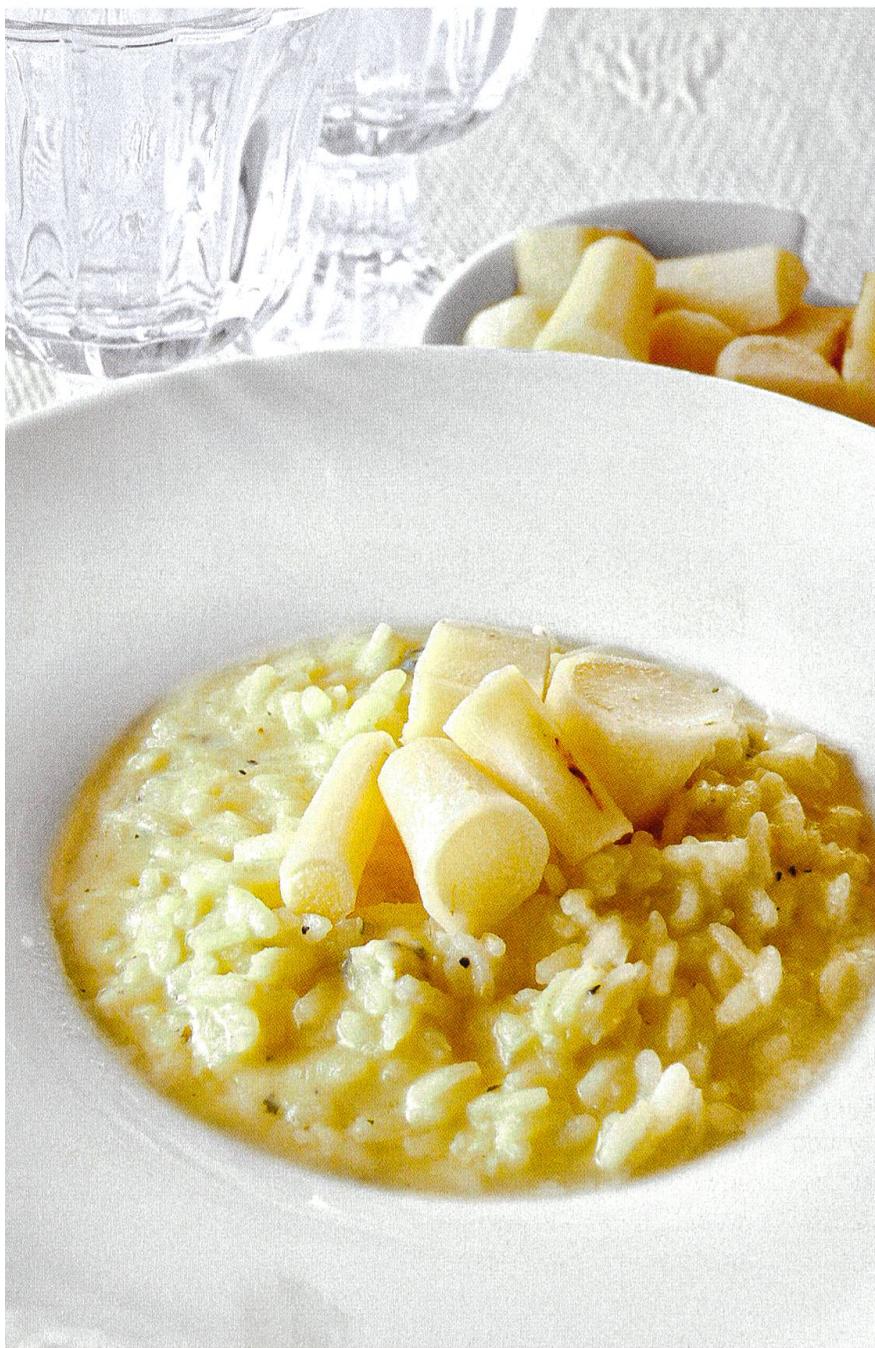
250 g Blätterteig  
100 g griechischer Joghurt  
2 Eier  
Salz (Herbamare)  
1 Kopf Radicchio, in feine Streifen geschnitten  
50 g Walnüsse grob gehackt  
Abrieb von 1 Zitrone oder Limette (Bio/ungespritzt)  
150 g Roquefort  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
2 EL Olivenöl

Den Blätterteig ausrollen und auf ein gefettetes Backblech (etwa 20 × 30 cm) legen. Joghurt mit den Eiern verrühren, leicht salzen und auf den Blätterteig streichen. Mit den Radicchiostreifen, den gehackten Walnüssen und dem Zitronenabrieb bestreuen. Den Roquefort zerflücken und obenauf geben. Mit dem Pfeffer würzen und mit dem Olivenöl beträufeln. Die Quiche bei 175 °C etwa 25 Minuten backen.

«Die Küche des ‹Malathounis› zeigt reichlich Kraft, Tiefgang und die ganz eigene Handschrift des Chefs.»  
Guide Michelin 2015

## Gorgonzola-Risotto mit Kerbelrübchen

Rezept für 4 Personen



200 g Risottoreis (Arborio oder Carnaroli),  
heiss abgespült oder kurz blanchiert  
1 kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
2 EL Butter  
100 ml Weisswein, 750 ml bis 1 l heisse  
Gemüsebrühe (Herbamare Bouillon)  
1 EL Mascarpone, 150 g Gorgonzola dolce  
500 g Kerbelrübchen, geputzt und der  
Länge nach halbiert; ersatzweise Peter-  
silienwurzel, geschält und geviertelt  
100 ml Weisswein, 200 ml Wasser  
Salz (Herbamare), Pfeffer  
je 1 Bund Kerbel und Schnittlauch

Zwiebel und Knoblauch in 1 EL Butter hell  
anschwitzen, Reis dazugeben und kurz  
mitdünsten. Mit Weisswein und 200 ml  
der Gemüsebrühe auffüllen. Etwa 20 Mi-  
nuten unter gelegentlichem Rühren und  
weiterer Zugabe von Flüssigkeit köcheln  
lassen. Wenn der Reis gar, aber noch biss-  
fest ist, beide Käse untermischen und auflö-  
sen lassen. Die Konsistenz sollte noch cre-  
mig sein. Abschmecken und bei Bedarf  
noch etwas Wasser/Brühe zugeben.  
Nebenbei in einem Topf Kerbelrübchen  
und die Zwiebel in 1 EL Butter andünsten.  
Mit Weisswein und Wasser auffüllen und  
bei geschlossenem Deckel etwa 15 Minu-  
ten bissfest garen. Den Deckel abnehmen  
und die Flüssigkeit verdampfen lassen.  
Abschmecken und die Kräuter dazuge-  
ben. Zum Risotto servieren.