



Sempacher Woche
6203 Sempach-Station
041/ 467 30 19
www.sempacherwoche.ch/

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 2'067
Erscheinungsweise: 50x jährlich

Seite: 16
Fläche: 115'273 mm²

Auftrag: 641036
Themen-Nr.: 641.036

Referenz: 76701135
Ausschnitt Seite: 1/3

DEIN GARAGIST, DEIN KOCH

Sie stöbert noch am Abend in Kochbüchern

STIERLI AUTOMOBILE AG, ST. ERHARD GESCHÄFTSFÜHRERIN ANDREA MANCINO BEREITET IM FREIEN SÜSSE PANCAKES MIT ORANGEN ZU



Andrea Mancino, Betriebsleiterin der Stierli Automobile AG in St. Erhard, präsentiert bei der Flüsskapelle hoch über Nottwil die Outdoor-Pancakes.

FOTO SUWO



Sempacher Woche
6203 Sempach-Station
041/ 467 30 19
www.sempacherwoche.ch/

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 2'067
Erscheinungsweise: 50x jährlich

Seite: 16
Fläche: 115'273 mm²

Auftrag: 641036
Themen-Nr.: 641.036

Referenz: 76701135
Ausschnitt Seite: 2/3

In der diesjährigen Serie stellen die Garagisten von AutoSursee ihre Kochkünste unter Beweis. Andrea Mancino zog gemütliche Sportkleider an und packte ihren Rucksack. Bei der Flüsskapelle in Nottwil bereitete sie ein köstliches Dessert in 20 Minuten zu.

«Ich koche und esse sehr gerne. Zudem bin ich viel in der Natur unterwegs», sagt Andrea Mancino, die Betriebsleiterin der Stierli Automobile AG in St. Erhard. Bestens passe deswegen die Kombination ihres Rezepts, die ein Dessert sein musste: kochen und essen in der Natur.

Bei der Flüsskapelle

Als Schauplatz wählte die sportliche Garagistin die Flüsskapelle hoch über Nottwil aus. Während der Mittagspause besuche sie oft die Natur. Bei der Flüsskapelle suchen viele Leute aus der Region Ruhe und Zuflucht von ihrem Alltag. Die Aussicht ist phänomenal. Der Sempachersee glänzt, die Schneeberge glitzern, die Kapelle spendet Trost. Wanderer rasten hier, dafür stehen ein paar Sitzbänke bereit.

Andrea Mancino packt aus ihrem Rucksack Besteck, ein paar Zutaten und einen handlichen Gaskocher hervor. Pancakes (Pfannkuchen) gibt es. Den Teig knetet sie auch gleich vor Ort. Sie wollte

keine sonst sehr beliebte Schoggi-Banane zubereiten. Einfach ist das Rezept dennoch. «Dieses Dessert kann man mit x verschiedenen Zutaten essen: Apfelsirup, Ahornsirup, Honig, frische Früchte. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt», zählt sie auf. Auch Salziges sei möglich. Für das Dessert wählt sie dieses Mal Orangen als Zutat.

Sie mag die leichte Küche

Kochen ist für sie nie ein Mühen, sondern entspannend. «Ich koche querbeet, bevorzuge aber eine leichte Küche», erklärt Andrea Mancino. Ein Lieblingsgericht kann sie deswegen nicht nennen. Wichtig sind ihr Kreativität und gerne auch neue Gerichte. Sie stöbert regelmässig am Abend in Kochbüchern oder Kochheften, um neue Rezepte zu finden und dann auch auszuprobieren.

Und für die Garagistin hat Kochen auch eine soziale Komponente. «Zusammen mit Freunden und der Familie zu kochen, gefällt mir sehr.» Dabei schätzt die Hobbyköchin besonders saisonale und, wenn möglich, regionale Produkte. «Es gibt so viele coole Produkte aus der Region», kommt Andrea Mancino ins Schwärmen. Für AutoSursee entschied sie sich für ein rasch zubereitbares Dessert, das in der frischen Natur doppelt so gut schmeckt wie zu Hause. **RED**



DAS REZEPT

Outdoor-Pancakes (ohne Ei) mit Orangen

DESSERT

ZUBEREITUNG: CA. 20 MINUTEN

Zutaten (für 4 Personen)

150 g	Mehl
½ TL	Salz
1 TL	Backpulver
25 g	Zucker
50 g	Butter, flüssig, ausgekühlt
150 g	Rahmjoghurt (griechischer Art)
1 dl	Milch
2 EL	Butter
6	Orangen
3 EL	Zucker
½	Zimtstange
¼ TL	gemahlener Kardamom

So gehts

1. Pancakes: Mehl, Salz, Backpulver und Zucker mischen. Butter, Joghurt und Milch separat mischen, zu den trockenen Zutaten geben, kurz zu einem glatten Teig verrühren.
2. Bratbutter in der Bratpfanne erwärmen, portionenweise 1–2 EL Teig in die Pfanne geben und zu Pancakes auf beiden Seiten backen.
3. Von zwei Dritteln der Orangen mit einem Messer die Schale mit der weissen Haut rundherum abschneiden. Orangen in Scheiben schneiden, Saft dabei auffangen. Restliche Orangen auspressen. Zucker in einer Pfanne caramolisieren. Wasser, Orangensaft, Zimt und Kardamom begeben. Ca. 6 Minuten köcheln lassen. Flüssigkeit über die Orangenscheiben giessen, ziehen lassen. **REZEPT ZVG**



Outdoor-Pancakes mit Orangen und einer Tasse Tee eignen sich beim Picknick.

FOTO SUWO