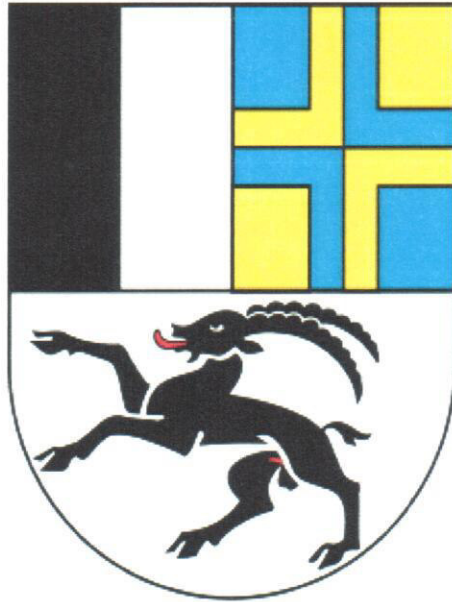


bryk-Kochabend vom 4. Oktober 2014



Bündner Spezialitäten



Spezialitäts dal Grischun



BÜNDNER SALSIZ-GIPFELI
Das würzige Apéro-Gebäck

Zutaten

(zum Apéro für 4-6 Personen)

1 rechteckig ausgewallter Blätterteig
1 Ei

Füllung

1 Grischuna Salsiz (100g)
50 g Kräuter-Knoblauch-Frischkäse
(z.B. Cantadou oder Boursin)
2 EL Rahm

Zubereitung

- 1 Für die Füllung Salsiz fein hacken und mit dem Käse und Rahm gut vermischen.
- 1 Blätterteig-Rechtecke der Länge nach halbieren. Von jeder Hälfte 8 Dreiecke schneiden.
- 1 Je 1 Esslöffel Füllung auf die breite Dreieckseite geben und den Teig zusammenrollen. Zu Gipfeli formen.
- 1 Gipfeli auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit Eigelb einpinseln und im vorgeheizten Backofen bei 200° C ca. 12 Minuten backen.

Spezialitads dal Grischun



MALUNS DA LAI

Ein bescheidenes Abendessen aus dem Herzen Graubündens

Zutaten

(für 4 Personen)

700 g gekochte Kartoffeln (2 Tage vor Gebrauch kochen)
200 g Mehl
1 TL Salz
250 g Butter
2 Salsiz, eine andere Rohwurst oder 250 g Speck aus dem Grischuna - Sortiment

Tip zum Schälen der Rohwürste: Sollte sich die Rohwurst nicht gut schälen lassen, halten sie sie kurz unter's lauwarme Wasser, danach lässt sich die Haut gut abziehen.

Zubereitung

(ca. 30 Minuten Vorbereitungszeit, ca. 45 Minuten Zubereitungszeit)

- Die Rohwurst schälen, den Speck oder die Rohwurst fein würfeln und zur Seite stellen. Die geschälten Kartoffeln mit dem Mehl fein reiben und dieser Mischung Salz beifügen.
- 50 g Butter in der Bratpfanne erhitzen und die Mischung begeben, während einer halben

Stunde unter ständigem Rühren braten. Von Zeit zu Zeit stückweise Butter zugeben (ca. 30 g zurückbehalten).

- Wenn sich kleine knusprige Krümel gebildet haben, die Rohwurst oder die Speckwürfel unter die Krümel mischen und die Masse nochmals erwärmen. Vor dem Servieren die restliche Butter in Fläckchen darübergeben.
- Mit einem Apfelkompott oder einem beliebigen Obstkompott ergibt diese Komposition eine hervorragende Kindermahlzeit. Für Erwachsene kann Milchkaffe dazu serviert werden. Dieses Gericht wird auch ohne Zugabe von Rohwurst zubereitet. In früheren Zeiten, noch bevor Graubünden von den Feinschmeckern entdeckt wurde, ist diese Mahlzeit von den Bauern als bescheidenes Abendessen genossen worden.

Spezialitads dal Grischun



CAPUNS

Ein Gericht aus der traditionellen Bündner Bauernküche

Zutaten

(für 4 Portionen)

400 g Mehl
2 dl Milchwasser (1/2 Milch, 1/2 Wasser)
4 Eier
1/2 TL Salz
1/2 Tasse gehackte Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Rosmarin, Basilikum)
2 Maienfelder Doppelsalsiz oder 200 g Bündnerfleisch (oder Julienne) oder Rohschinken
40 Mangoldblätter für ca. 40 Capuns oder 40 Lattichblätter (sind auch während der kalten Jahreszeit erhältlich)
50 g geriebener Parmesan
1 Zwiebel
50 g Butter

Der Maienfelder Doppelsalsiz kann durch jede beliebige Rohwurst von Grischuna, durch Bündnerfleisch oder Rohschinken ersetzt werden. Sollte sich die Rohwurst nicht gut schälen lassen, halten Sie sie kurz unter lauwarmes Wasser, danach lässt sich die Haut gut abziehen.

Zubereitung

(ca. 1.5 Stunden Vorbereitungszeit, ca. 30 Minuten Zubereitungszeit)

- Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit Milchwasser, Eiern und Salz zu einem geschmeidigen Knöpfleteig verrühren.
- 30 Minuten ruhen lassen, dann die Kräuter beifügen.
- Die Rohwurst schälen, in kleine Würfel schneiden oder die feingeschnittene Bündner Fleischspezialität in Streifen schneiden (oder Bündnerfleisch Julienne verwenden) und unter den Teig mischen.
- Die Mangold- oder Lattichblätter überwallen, sorgfältig herausnehmen, abtropfen und auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Kleine Teigkugeln darauf verteilen, die Blätter einschlagen und so aufwickeln, dass kleine Päckchen entstehen.
- Reichlich Wasser erhitzen und die Capuns portionenweise während 15 - 20 Minuten knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen, mit einer Siebkelle herausnehmen, abtropfen und mit Käse überstreut warm stellen.
- Am Schluss die Zwiebel in Ringe schneiden und in der erhitzten Butter goldbraun rösten.

über die Capuns verteilen.

Diese Bündner Spezialität eignet sich vorzüglich als Hauptmahlzeit, ist sehr nahrhaft und von einem frischen grünen Salat begleitet eine echte Überraschung.

Spezialitads dal Grischun



CHURER FLEISCHORTE

Eine beliebte Zutat auf dem Bauernbuffet

Zutaten

(für 4 Portionen - Blech 24 cm Ø)

Für den Teig:

350 g Mehl
200 g Butter
1 TL Salz
2 Eier, 170 g Butter
1-2 dl Milchwasser (1/2 Milch, 1/2 Wasser)

Für die Füllung:

1 Brächen (Baguette) wenig Milch
1 Bund Petersilie
1 Zwiebel
20 g Butter
600 g gehacktes Rindfleisch
1 dl Rahm
Salz, Pfeffer, Majoran
2 Salametti
1 Ei zum Bestreichen

Zubereitung

(ca. 1 Stunde Vorbereitungszeit, ca. 1 Stunde
Zubereitungszeit)

Das Mehl sieben und mit der Butter und dem

Salz verreiben. Dann die Eier verquirlen und mit wenig Milchwasser unter den Teig arbeiten. Je nach Grösse der Eier noch etwas Flüssigkeit beifügen und den Teig gut durchkneten. 1/2 Stunde ruhen lassen.

Das Brächen (Baguette) in Milch einweichen, ausdrücken und zerpfücken. Die Petersilie und die Zwiebel fein hacken und in der erhitzten Butter durchdünsten. Diese vorbereiteten Zutaten zum Fleisch geben und mit dem Rahm vermischen. Nach Belieben würzen und von Hand gut durchkneten. Die Salametti schälen und in dünne Scheibchen schneiden. Dann 2/3 des Teiges auswallen und damit ein Backblech so auslegen, dass der Rand ca. 1 cm überlappt. Die Fleischmasse einfüllen, glattstreichen und die Salametti-Rädchen darauf verteilen. Den Rest des Teiges auswallen und auf die Fleischfüllung legen. Das Ei trennen und mit dem Eiweiss den Rand des Teigdeckels bestreichen. Den Teigrand des Bodens überschlagen und auf dem Deckel andrücken. Von den Teigresten Garnituren ausstechen und damit die Torte verzieren. Mit Eigelb bestreichen und einige Male mit der Gabel einstechen. Im vorgeheizten Ofen bei circa 220 Grad 45 - 50 Minuten backen.



SURSELVA



minipic

Spezialitads dal Grischun



PIZOKELS «CHURWALDNER ART»

Diese nahrhafte Bauernmahlzeit stammt aus der Küche Südbündens

Zutaten

(für 4 Portionen)

500 g Mehl
4 dl Milchwasser (1/2 Milch, 1/2 Wasser)
6 Eier
2 TL Salz
20 g Pfefferminzkraut getrocknet oder 50 g
frische Pfefferminzkrauter
150g Bündnerfleisch (oder Bündnerfleisch
Julienne), Rohess-Speck, oder Rohschinken
oder ca. 150g einer beliebigen Rohwurst

Variante: Im Kochwasser verschiedene
kleingeschnittene Gemüse wie Karotten, Lauch,
Sellerie usw. mitkochen. Es können anstatt
Pfefferminzkraut auch Thymian, Salbei oder
Basilikum verwendet werden.

Zubereitung

(ca. 1 Stunde Vorbereitungszeit, ca. 1 Stunde
Zubereitungszeit)

- Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit
Milchwasser und Eiern gut verrühren. Die
Krauter darunterziehen, nach Belieben salzen,

30 Minuten ruhen lassen.

- Die Bündnerfleisch- bzw. Rohwurstzutaten in
feine Streifen schneiden (oder Bündnerfleisch
Julienne verwenden) und dem Teig beifügen.
- Etwa 3 Liter Salzwasser aufkochen.
- Sobald die Pizokel an die Oberfläche steigen,
mit einer Siebkelle herausnehmen, abtropfen
lassen und warm stellen bis der ganze Teig
aufgebraucht ist.
- Vor dem Servieren mit einer der folgenden
Zutaten überstreuen / übergießen: Rohess-
oder Speckstreifen gebraten, gedünstete
Krauter, Zwiebelschweitze, geröstetes
Paniermehl, Reibkäse und braune Butter.

Diese Mahlzeit ist sehr nahrhaft und kann mit
einem Salat aufgetischt werden.

Semifredo mit Bündner Röteli und caramelisierten Baumnüssen

750 ml Vanilleglace, angetaut in einer Schlüssel glatt rühren
4 ½ Esslöffel Bündner Röteli unter Rühren beigegeben

Gefrieren: Zugedeckt ca. 2 Std. gefrieren. In einen Spritzsack mit gezackter Tülle (ca. 12 mm (ca. 12 mm Ø) geben, in die Gläser spritzen, sofort servieren. Mit caramelierten Baumnüssen verzieren.





Fuatscha grassa

Traditionelles Rezept aus dem Unterengadin, wurde früher vor allem an Festtagen aufgetragen.

ZUTATEN für 4 Portionen:

- 650 g Weismehl
- 500 g Butter, weich
- 150 g Zucker
- 1 Ei
- 1 Prise/n Salz

Schwierigkeitsgrad: Gelegenheitskoch

Rezeptautor: Sheba



ZUBEREITUNG

Alle Zutaten mit den Händen in einer Schüssel vermengen und zu einem Teig zusammenfügen.

Aus dem Teig 4 flache (oder zwei große) 3/4 - 1 cm dicke runde Fladen formen. Eventuell mit Zucker bestreuen.

Bei 180°C im vorgeheizten Backofen ca. 15-20 Minuten goldgelb backen, die größeren Fladen eventuell etwas länger.

Geräte: Schüssel, Backblech, Wallholz



13 Kommentar/e