

bryk Kochabend Sarganserländer Küche



Türggäbrot mit Dörrbirnen

Marroni-Kürbissuppe

Käsetäschchen

Gmüäs-Chnöpfli

Dinkelgratin mit Curry

Bachforelle im Heubett

Beerenauflauf

Niedelzältli mit Nüssen



Türggäbrot mit Dörrbirnen



Türggäbrot mit Dörrbirnen

- 1 dl Milch
- 20g Hefe
- 200g Maismehl
- 300g Mehl
- 2 l Salz
- 1 Eigelb
- 150g gedörrte Birnen

Die Hefe mit der Milch leicht erwärmen, damit sie sich auflöst. Aus dieser Flüssigkeit, dem Mehl, etwas Salz und dem Eigelb einen glatten Teig kneten. Die zerkleinerten Dörrbirnen zufügen und noch einmal gut kneten, damit sie sich gleichmässig verteilen. Den Teig in eine Schüssel geben, mit einem feuchten Tuch bedecken und an einem warmen Ort eine Stunde aufgehen lassen.

Bei 170°C eine Stunde mit Backpapier bedeckt backen, nach einer Stunde das Backpapier entfernen und noch 20 Minuten fertig backen!

Schmeckt speziell gut mit Butter oder saurer Sahne!

Marroni-Kürbissuppe



Marroni-Kürbissuppe

- ◆ 1-2 Zwiebeln
- ◆ Butter
- ◆ 350g Kürbis, in 2cm grosse Würfel geschnitten
- ◆ 150g weiche Marroni ohne Schale
- ◆ 3-4 dl Gemüsebouillon
- ◆ 2 dl Rahm
- ◆ Salz
- ◆ Pfeffer
- ◆ Muskatnuss
- ◆ 50g Hüttenkäse
- ◆ gehackte Pistazien

Die Zwiebeln fein schneiden und in der Butter in einer hohen Pfanne andünsten. Die Kürbiswürfel und Marroni beifügen und mitdünsten. Mit Bouillon knapp bedecken und zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen. Wenn die Kürbisstücke und die Marroni weich sind, die Suppe pürieren. So viel Wasser und Bouillon wie nötig dazu geben. Mit dem Rahm verfeinern und würzen. Auf dem Teller mit einem Löffel Hüttenkäse und gehackten Pistazien garnieren.

Käsetäschchen



Käsetäschchen

Teig

- ♦ 300g Mehl
- ♦ 100g weiche Butter
- ♦ 1 Tl Salz
- ♦ 1-2 Eigelb zum Bestreichen

Alle Zutaten ausser dem Eigelb zu einem Teig kneten.

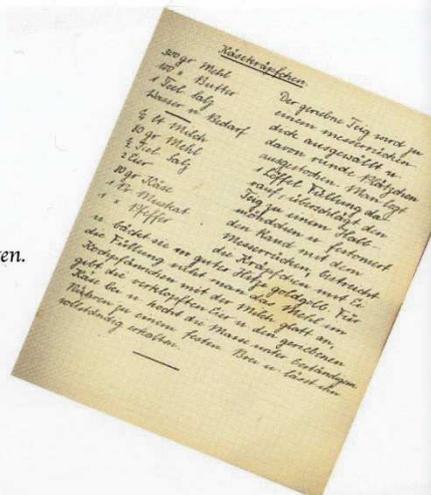
Käsefüllung

- ♦ 100g Crème Fraîche
- ♦ 100g Frischkäse
- ♦ 100g geriebener, würziger Käse
- ♦ 60g grüne und schwarze Oliven
- ♦ Pfeffer
- ♦ Kräuter nach Belieben

Die Oliven zerkleinern, die Kräuter fein hacken und mit den drei Käsesorten mischen. Den Teig ca. 3mm dünn auswallen und runde Plätzchen mit einem Durchmesser von ca. 12cm ausstechen. Einen Löffel der Käsefüllung in die Teigmittle legen. Den Teigrand oberhalb der Füllung zusammennehmen und mit Backschnur zusammenbinden. Die Täschchen mit Eigelb bestreichen.

Bei 180°C ca. 15 Minuten goldbraun backen!

Die Backschnur kann nach dem Backen durch eine Bastchnur oder einen Geschenkbandel ersetzt werden.



Gmüäs-Chnöpfli



Gmüäs-Chnöpfli

- ♦ 500g Mehl
- ♦ 1 dl Milch
- ♦ 4 Eier
- ♦ 150g Spinat
- ♦ 100g Karotten
- ♦ Salz
- ♦ Butter / Öl
- ♦ 1-2 Zwiebeln
- ♦ Salbei
- ♦ 50g Cherrytomaten
- ♦ 80g Alpkäse

Das Mehl, die Milch und die Eier zu einem festen Teig rühren. Den Spinat im gesalzenen Wasserbad weich kochen und danach pürieren. Die Karotten schälen und fein raffeln, zusammen mit dem Spinat zum Teig geben und gut mischen. Den leicht flüssigen Teig durch das Spätzlissieb in gesalzenes, kochendes Wasser streichen. Wenn die Chnöpfli im Wasser aufschwimmen, kann man sie mit einem Sieb herausfischen und in der Bratpfanne in etwas Öl oder Butter leicht anbraten. In der Zwischenzeit die Zwiebeln in Ringe oder Streifen schneiden und zusammen mit fein geschnittenem Salbei und halbierten Cherrytomaten in der Bratpfanne mit wenig Öl bräunen. Auf dem Teller werden die Chnöpfli mit frisch geraffeltem Alpkäse, den Zwiebeln, Salbei und Tomaten garniert.

Dinkelgratin mit Curry



Dinkelgratin mit Curry

- ♦ 300g Dinkelkörner
- ♦ 10g getrocknete Steinpilze
- ♦ 1-2 Zwiebeln
- ♦ 2 El Curry
- ♦ 100g Karotten
- ♦ 100g Fenchel
- ♦ Öl
- ♦ 3 dl Bouillon
- ♦ 150g saurer Halbrahm
- ♦ 60g würziger Käse
- ♦ Petersilie
- ♦ Schnittlauch

Die Dinkelkörner müssen über Nacht in kaltem Wasser eingelegt werden. Als erstes die getrockneten Pilze in warmem Wasser einlegen. Die Zwiebeln in Streifen schneiden und in einer grossen Pfanne mit Öl andünsten. Das Wasser vom Dinkel abschütten, die Körner mit dem Curry zu den Zwiebeln geben und mitdünsten. In einer zweiten Pfanne werden das fein geschnittene Gemüse und die abgetropften Pilze angebraten und danach zum Dinkel gegeben. Mit der Bouillon ablöschen, bis alles bedeckt ist und zugedeckt ca. 40 Minuten köcheln lassen. Danach den sauren Halbrahm dazu geben, eventuell noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann alles in eine Gratinform geben, mit dünnen Käsescheiben belegen und 20-30 Minuten im Ofen bei 180°C gratinieren. Es muss darauf geachtet werden, dass der Gratin während dem Gratiniere genügend Flüssigkeit hat.

Anderes Gemüse wie zum Beispiel Peperoni, Lauch oder Zucchini eignet sich auch bestens. Anstelle von Steinpilzen können auch Morcheln verwendet werden.

Bachforelle im Heubett



Bachforelle im Heubett

- ◆ 4 küchenfertige Forellen (je ca. 300g)
- ◆ Salz
- ◆ Pfeffer
- ◆ Zitronensaft
- ◆ 2 Tomaten
- ◆ 2 Knoblauchzehen
- ◆ 1 Bund Petersilie
- ◆ 1 Bund Basilikum
- ◆ 1 Bund Schnittlauch
- ◆ Heu
- ◆ 20g Butter

Die Forellen waschen und mit Küchenpapier abtupfen. Innen und aussen mit Pfeffer, Salz und eventuell Fischgewürz würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Die Tomaten in feine Scheiben schneiden und in den Fischbauch legen. Die Kräuter grob hacken und mit dem zerkleinerten Knoblauch auf die Tomaten verteilen. Für jeden Fisch Alufolie ausbreiten und in der Mitte mit Heu belegen. Den Fisch auf das Heu legen und auf seine Oberfläche ein paar Butterflocken verteilen. Die Alufolie an den Seiten und oben so zusammen falten und verschliessen, dass keine Flüssigkeit ausrinnen kann und über der Forelle noch etwas Luft, aber kein Heu liegt. Die verpackten Fische auf ein Backblech oder in die Gratinform legen.

Bei 200°C 25 Minuten backen!

Anstelle von Tomaten eignet sich auch anderes Gemüse wie zum Beispiel Peperoni, Lauch oder Zucchini bestens.

Beerenauflauf



Beerenauflauf

Helles Biskuit

- ♦ 3 Eier
- ♦ 100g Zucker
- ♦ 1 Prise Salz
- ♦ ½ Zitrone
- ♦ 100g Mehl

Das Eigelb der drei Eier mit dem Zucker, Salz und zwei Esslöffel warmem Wasser schaumig rühren. Die Schale einer halben Zitrone dazureiben. Das Mehl zur Masse mischen und die zu Eischnee geschlagenen Eiweisse sorgfältig darunter ziehen. In einer mit Backpapier ausgelegten Form ca. 2cm dick verteilen.

Bei 180°C ca. 25 Minuten backen!

Beerenschicht

- ♦ 150g Himbeeren
- ♦ 150g Erdbeeren
- ♦ 100g Johannisbeeren
- ♦ 2 El Zucker
- ♦ 1 Pkl. Vanillezucker

Die Hälfte aller Beeren mit dem Stabmixer pürieren und mit den restlichen Beeren und dem Zucker vermischen.

Eischnee

- ♦ 1 Eiweiss
- ♦ 1 Tl Vanillepulver
- ♦ 1 El Zucker

Das Eiweiss zu Eischnee schlagen, das Vanillepulver und den Zucker zugeben.

In ca. sechs Gläser (dies können Einmachgläser oder auch gewöhnliche Gläser sein, da man nicht mehr so stark erhitzt) werden je zwei bis drei Esslöffel der Beeren gegeben. Aus dem Biskuit schneidet man Kreise mit dem gleichen Durchmesser wie das Glas und legt diese über die Beeren. Darüber kommt eine zweite Beerenschicht. Zum Schluss verteilt man den Eischnee gleichmässig als oberste Schicht.

Bei 60°C ca. 15 Minuten backen!

Am besten schmecken die Aufläufe, wenn sie noch warm sind.

Aus dem restlichen Biskuit können zum Beispiel Cake pops gemacht werden.

Die Beeren können auch durch Rhabarbern, Zwetschgen, Kirschen, Heidelbeeren oder Brombeeren ersetzt werden.

Nidelzältli mit Nüssen



Nidelzältli mit Nüssen

- ♦ 5 dl Halbrahm
- ♦ 5 dl Milch
- ♦ 500g Zucker
- ♦ 1 Vanilleschote
- ♦ 50g Mandeln
- ♦ 50g Haselnüsse
- ♦ 50g Baumnüsse
- ♦ Zimt

Den Rahm zusammen mit der Milch, dem Zucker und der offen geschnittenen Vanilleschote ca. 1,5 Stunden köcheln lassen, bis die Zuckermasse caramellfarben und dickflüssig wird. Wenn man beim Rühren den Boden sieht und sich die Masse vom Rand löst, wird sie, nachdem man die Nüsse zugefügt hat, auf ein bebutterttes oder mit Backpapier ausgelegtes Kuchenblech geleert. Sobald die Masse erkaltet ist, wird sie mit einem in heissem Wasser getauchtes Messer in kleine Vierecke geschnitten.