

Kochstudio 25.04.2013

„Almküche“-Knödel, Käse, Kuchen von der Alm

Unsere Rezeptideen für Sie:

Bohnenschmalzspitz

Allgäuer Käsesuppe

Kärntner Kasnudeln

Spinatknödel mit Bergkäse & Nüssen

„Tourte du Valgaudemar“ aus den
französischen Alpen

Gefüllte Buchteln

Weitere Rezeptideen finden Sie auch im
Internet unter www.swk.de >Freizeit
>Familie >mehr Info >Kochen mit SWK



Bohnenschmalzspitz

500 g Bohnenkerne aus der Dose
1 Knoblauchzehe
Oregano
2 Zwiebeln
100 ml Olivenöl
Salz , Pfeffer aus der Mühle
6 dunkle Körnerbrötchen

- 1.) Bohnenkerne abtropfen lassen
- 2.) Knoblauchzehe in etwas Wasser weich kochen
- 3.) Zwiebeln schälen und fein würfeln, in 50 ml Olivenöl braun rösten
- 4.) Bohnenkerne mit dem Knoblauch zu Püree stampfen, würzen mit Oregano , Salz und Pfeffer, das restl. Olivenöl unter die Bohnencreme rühren
dann die Hälfte der gerösteten Zwiebelwürfel untermischen
- 5.) Körnerbrötchen in dünne Scheiben schneiden, mit Bohnenschmalz bestreichen.
Mit übrigen Zwiebeln bestreuen und etwas Pfeffer darüber mahlen

Allgäuer Käsesuppe

100 g Butter
100 g Mehl
2 l Hühnerbrühe
250 g Bergkäse
Salz
Pfeffer
Schnittlauch

- 1.) Die Butter in einem Topf schmelzen und das Mehl darin unter Rühren anschwitzen
Die Brühe angießen und unter ständigem Rühren aufkochen
- 2.) Den Käse fein reiben und in die Suppe rühren
Unter Rühren auflösen und 5 Minuten bei niedriger Hitze köcheln , mit Salz und Pfeffer abschmecken
- 3.) Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und über die Suppe streuen

Kärntner Kasnudeln

Für den Nudelteig

750 g Mehl (plus Mehl zum Bestäuben)
2 Eier (Größe M)
3 EL Olivenöl
Salz

Für die Füllung

600 g mehliges Kartoffeln
2 Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
150 g Porree
6 EL Butter
Salz
Petersilie
Kerbel
Minze
250 g Quark (20 %)
5 EL saure Sahne
Pfeffer , geriebene Muskatnuss
300 ml Brühe

- 1.) Für den Teig Mehl , Ei und Öl mit 270 ml Wasser und 1 Prise Salz zu einem weichen Nudelteig verkneten. In Folie wickeln und 30 min ruhen lassen.
- 2.) Für die Füllung die Kartoffeln mit Schale in kochendem Salzwasser garen, pellen, durch eine Kartoffelpresse drücken und abkühlen lassen.

Kärntner Kasnudeln

- 3.) Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden
- 4.) Lauch putzen, der Länge nach halbieren, gründlich waschen und in feine Ringe schneiden.
- 5.) Alles zusammen in der Butter und mit einer Prise Salz in 5 min weich dünsten.
- 6.) Kräuter waschen und fein hacken, einen Teil der Kräuter zum Garnieren beiseitelegen.
- 7.) Kräuter, Zwiebelmischung und Kartoffeln mit Quark und saurer Sahne mischen, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskat abschmecken.
- 8.) Die Hälfte vom Nudelteig mit wenig Mehl bestäuben und dünn ausrollen.
Mit einer ca. 8 cm großen runden Ausstechform Kreise ausstechen.
Kreise mit 1 EL Kartoffelmasse füllen und zusammen falten, dabei einen fingerbreiten Rand sorgfältig zusammen drücken, nach Belieben "krendeln"
- 9.) In einem großen Topf Salzwasser aufkochen lassen.
Die Teigtaschen darin in 8-10 min sachte köcheln lassen, mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben und auf Teller verteilen.
Die Brühe aufkochen lassen, über die Kasnudeln löffeln und alles mit den Kräutern garnieren.

Spinatknödel mit Bergkäse & Nüssen

1800 g frischer Spinat
400 g Weißbrot vom Vortag
200 g Bergkäse am Stück
2 Zwiebeln 2 Knoblauchzehen
200 g Butter
4 Eier (Größe L)
Salz , Pfeffer , geriebene Muskatnuss
4 EL Walnusskerne

- 1.) Spinat verlesen, von groben Stielen befreien. In kochendem Wasser blanchieren, eiskalt abschrecken, sehr gut ausdrücken, grob hacken.
500 g Spinat abwiegen.
- 2.) Brot in Würfelchen schneiden,
Käse entrinden, eine Hälfte grob raspeln,
Rest sehr klein würfeln.
- 3.) Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln,
in 1 EL Butter weich garen, Knoblauch dazu pressen.
- 4.) Zwiebelmischung mit Spinat und Eiern pürieren.
- 5.) Spinatmasse und Käsewürfel zum Brot geben. Mit Salz,
Pfeffer und Muskat würzen.
Masse mit der Hand gut verkneten, zugedeckt ca. 30 min
ziehen lassen.
- 6.) Mit angefeuchteten Händen 16 größere oder 24 kleinere
Knödel formen.
- 7.) In reichlich kochendem Salzwasser bei kleiner Hitze
ca. 12 min mehr kochen als köcheln.
- 8.) Nüsse grob hacken. Restliche Butter zerlassen. Knödel aus
dem Wasser heben, kurz abtropfen lassen.
Mit zerlassener Butter begießen und mit Walnüssen und
restlichem Bergkäse bestreuen.

„Tourte du Valgaudemar“ aus den französischen Alpen

Für den Teig

300 g Mehl
3 EL Zucker
1 Prise Salz
1/2 Würfel Hefe
80 ml lauwarme Milch
2 Eier
60 g weiche Butter
1 TL geriebene Zitronenschale

Für die Füllung

1/2 l Milch
100 g Zucker
1 EL Vanillezucker
3 Eigelb
1 Päckchen Vanillepuddingpulver (40 g)
2 EL Rum

Außerdem : Backpapier
und : Puderzucker zum Bestäuben

- 1.) Mehl, Zucker und 1 Prise Salz in einer Schüssel mischen, eine Mulde in der Mitte formen.
- 2.) Die Hefe in der Mulde mit 80 ml lauwarmer Milch verrühren, mit Mehl bestäuben und an einem warmen Ort 10 min gehen lassen.
- 3.) Dann 1 Ei, Butter und Zitronenschale zugeben und kräftig unterkneten, bis der Teig nicht mehr klebt.
Teig zugedeckt an einem warmen Ort eine gute Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

„Tourte du Valgaudemar“ aus den französischen Alpen

- 4.) Für die Füllung 2/3 der Milch aufkochen lassen.
Zucker, Vanillezucker, Eigelbe, Puddingpulver mit der restlichen Milch verrühren, mit dem Schneebesen unter die kochende Milch schlagen, dabei immer weiter rühren.
Sobald die Creme aufkocht und dick wird, den Rum zugeben.
Creme in eine kalte Schüssel umfüllen.
- 5.) Den Backofen auf 175 Grad (Umluft) vorheizen.
Den Teig in 2 Kugeln teilen, jede Kugel auf einem großem Stück Backpapier
zu einem Kreis von 32 cm Durchmesser ausrollen.
- 6.) Vanillecreme auf einem Teigkreis verteilen, zweiten Teigkreis darauf legen, Ränder gut andrücken, dann rundherum umlegen (krendeln).
- 7.) 1 Ei mit 2 EL Wasser verquirlen, Kuchen damit bestreichen und in 20 min goldbraun
backen, mit Puderzucker bestäuben.

Gefüllte Buchteln

500 g Mehl
200 ml Milch
1/2 Würfel Hefe
70 g Zucker
1 Prise Salz
170 g Butter
abgeriebene Schale von 1/2 Zitrone
2 Eier
Pflaumenmus
Mehl für die Arbeitsfläche
Butter für die Form
Puderzucker zum Bestäuben

- 1.) Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken und dahinein lauwarmer Milch, die zerbröselte Hefe, 2 EL Zucker und Salz geben und 10 min zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.
- 2.) 70 g Butter schmelzen und mit der restlichen Milch, dem restlichen Zucker, der Zitronenschale und den Eiern verrühren, zum Vorteig geben und alles von der Mitte aus mit dem Mehl zu einem homogenen Teig verkneten. Den Teig abgedeckt 30 min an einem warmen Ort gehen lassen.
- 3.) Den Teig auf einer bemehlten Fläche etwa 1 cm dick ausrollen und in gleichmäßige Quadrate von 6 mal 6 cm schneiden. Je ein TL Pflaumenmus auf die Teigquadrate geben und zu Kugeln formen.
- 4.) Die restliche Butter schmelzen und die Teigkugeln darin wälzen, dann dicht an dicht in eine gebutterte Auflaufform legen. Zugedeckt nochmals gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Gefüllte Buchteln

- 5.) Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.
Die Buchteln nochmals mit zerlassener Butter bestreichen und im Ofen ca. 25 min goldbraun backen.
- 6.) Mit Puderzucker bestäuben und mit Vanillesauce servieren.

Vanillesauce

- 1l Milch
- 1 Prise Salz
- 1 Pck. Vanillepuddingpulver
- 75 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker

- 1.) 3/4 l Milch aufkochen
- 2.) kalte restliche Milch mit dem Puddingpulver anrühren, sobald die Milch kocht, unter Rühren dazu geben.
- 3.) Sauce mit Zucker und Salz würzen.