

Rezepte

Popcorn und Knackerli-Rädchen

Genügend Öl in Pfanne leicht heiss werden lassen. Maiskörner dazu geben. Nur Boden bedecken. Wenig Butter flüssig machen und kreuz und quer gleichmässig über Popcorn verteilen. Leicht salzen.

Knackerli in feine Scheiben schneiden und auf dem Tepanyaki beidseitig leicht anbraten.

Servieren im Blechnapf.

Gemüse-Chips mit Tomatenquark

Randen, Topinambur, Pastinaken und Kartoffeln in feine Scheiben schneiden. (Grosse Kartoffeln mit Schäler). Auf Backpapier auslegen, leicht salzen und bei 180 Grad Umluft trocknen lassen. Müssen knackig werden, ganz leicht angebrannt an den Rändern. Kartoffeln ca. 10 Minuten, Topinambur ca. 11 Minuten, Randen ca. 12 Minuten. Beobachten!

Tomatenquark:

250 Gramm Tomatenmark und 2 Esslöffel Quark mischen. Mit Salz abschmecken.

Knastsüpli

1 TL Bratbutter
200 g Peterliwurzeln gut gewaschen und zerkleinert
1 Kartoffel
1 Zwiebeln
½ Liter Wasser
Meersalz
Weisser Pfeffer aus der Mühle
1 Sträusschen Peterli als Deko

Peterliwurzeln mit Zwiebeln in Bratbutter andünsten, mit Wasser ablöschen, aufkochen und auf kleinem Feuer 15 Minuten köcheln lassen. Die Suppe pürieren. Würzen. Vor dem Servieren und ein paar Peterli als Deko drüber.

Schweinsbraten von der Schulter mit Maisklösschen und Bohnen

Schweinsschulter würzen mit Pfeffer und Salz. In eine Schale geben und zwei, drei Zentimeter Wasser. Für etwa zweieinhalb Stunden 140 Grad Umluft in den Ofen. Dazwischen immer wieder mit Jus übergiessen.

Bohnen fädeln und ca. 20 Min. kochen im Salzwasser. Zwiebeln und Chnoblis ganz fein hacken und andünsten und dann über die fertigen Bohnen geben.

Für die Maisklösschen zuerst 1 Liter Wasser mit 1 TL Salz aufkochen. 250 g Maisgries langsam einrühren. 3 bis 5 Min. kochen zu dickem Brei. Etwa 5 Minuten auskühlen lassen und zu Klösschen formen. Dann ins siedende Wasser geben, bis sie oben aufschwimmen.

Griesschöpfli mit Birnen und glasierten Zuckerrüben-Stäbchen

3 dl Milch und 3 dl Wasser, Vanilleschote und Prise Salz, 3 EL Zucker und 100 gr Rahmquark. Zuckerrübe im November bei einem Bauern holen. Auch auf geernteten Feldern findet man immer noch einzelne.

Milch und Wasser in eine Pfanne geben. Vanilleschote längs halbieren, das Mark herauskratzen. Mit dem Salz begeben und aufkochen. Gries begeben und unter Rühren bei kleiner Hitze 15 bis 20 Min. zu einem Brei kochen. Zucker und Quark darunter mischen. Masse in kalt ausgespülte Förmchen giessen und etwa 2 bis 3 Stunden auskühlen lassen. Oder kürzere Zeit im Kühlschrank oder Tiefkühler.

Birnen schälen, aufkochen, bis sie weich aber immer noch gut im Biss sind. Inneres Fruchtfleisch der Zuckerrübe in kleine Stäbchen schneiden und im Butter glasieren, bis sie weich aber doch noch knackig sind. Zuckerrübenstäbchen rund um das Griesschöpfli drapieren, Pfefferminzblatt als Dekoration oben drauf.