

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 Pfefferminzkräuter
- 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 Kräuter 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 Kräuter, Zwiebelschweitze, geröstetes Paniermehl, Reibkäse und braune Butter.

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



SURSELVA



minipic