

Bündner-Pizokel mit Minze und Winter-Gemüse

Für 4 Personen

Wintergemüse:

| | | |
|---------------|-------------------------|----------------|
| 150 g Wirsing | 2 Karotten | 1 Zwiebel, rot |
| 2 EL Butter | 150 g Blattspinat, jung | Salz |
| Pfeffer | | |

Bündner-Pizokel:

| | | |
|----------------------|------------------------|--------------|
| 200 g Buchweizenmehl | 150 g Weizenmehl | 200 ml Milch |
| 3 Eier | 0,5 Bund Minze | 2 EL Butter |
| 4 EL Paniermehl | 100 g Bündner-Bergkäse | Salz |
| Pfeffer | Eiswasser | Muskatnuss |

Wintergemüse:

Wirsing und Karotten in Streifen schneiden und drei Minuten blanchieren. Zwiebel in Streifen schneiden und in Butter fünf Minuten andünsten. Wirsing, Karotten und geputzten Spinat begeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Bündner Pizokel:

Beide Mehlsorten mit Salz in einer Schüssel mischen. Eier mit Milch und Minze fein pürieren. Das Püree zu der Mehlmasse geben, zu einem Teig verrühren und 20 Minuten quellen lassen. Den Teig auf einem feuchten Brett mit einem Spachtel in kochendes Salzwasser schaben. Wenn die Pizokel an die Oberfläche steigen mit Hilfe einer Schaumkelle in das Eiswasser geben. Butter erhitzen und die Pizokel darin anbraten. Das Paniermehl mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Gemüse mischen und mit Käse bestreuen.

Andreas C. Studer am 05. März 2010