

|„Stadt, Land, Lecker“ vom 22. September 2018| Rezept von Mali Höller



Schlutzkrapfen mit Spinat-, Brennessel- und Birnenfüllung

Der Name „Schlutzkrapfen“ ist lautmalerisch und soll die Konsistenz beschreiben: die Teigspezialität wird gekocht und erhält dadurch eine schlüpfrige, glitschige Konsistenz. Und weil es je nach Dialekt hierfür andere Wörter gibt, haben die Krapfen von Region zu Region andere Namen – in Osttirol etwa nennt man sie „Schlipfkrapfen“. Die Füllung variiert. Das, was gerade Saison hat oder was man noch an Eingemachtem im Keller hat, wird in Teig eingeschlagen. Mali Höller hat sich für Brennesseln, Spinat und getrocknete Birnen entschieden.

Zutaten für den Teig:

1000 g	Weizenmehl
2	Eier
1 TL	Salz
2 EL	Pflanzenöl
1 EL	Butter
Ca. 120 ml	Milch

Zutaten für die Spinat-Füllung:

300 g	frischer Spinat
½	Zwiebel
1 EL	Pflanzenöl
4 EL	Mehl
80 ml	Milch
	Petersilie
	Salz, Pfeffer und Muskatnuss
30 g	Butter
20 g	Parmesan, fein gerieben

Zutaten für die Brennnessel-Füllung:

300 g	frische Brennnessel (Triebspitzen)
½	Zwiebel
1 EL	Pflanzenöl
4 EL	Mehl
80 ml	Milch
	Petersilie
	Salz, Pfeffer und Muskatnuss
30 g	Butter
20 g	Parmesan, fein gerieben

Zutaten für die Birnen-Füllung:

300 g	getrocknete Birnen
2 EL	Zucker
1 TL	Zimt
1 EL	Honig

Zubereitung:

1. Aus den Teigzutaten einen nicht zu festen Teig kneten. Die Milch vorher erwärmen, damit der Teig elastisch wird.
2. Die Menge der Milch richtet sich nach der Feuchtigkeitsaufnahme des Mehls. Daher kann man die Geschmeidigkeit des Teiges durch die Zugabe der Milch steuern. 120 Milliliter sind also als Richtmaß zu betrachten.
3. Den Teig in ein Tuch wickeln und an einer warmen Stelle eine Stunde ruhen lassen.
4. Spinat- und Brennnesselfüllung sind in gleicher Weise herzustellen: Den Spinat bzw. die Brennnesseln putzen, gründlich waschen und abtropfen lassen. In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und den Spinat (die Brennnesseln) portionsweise darin etwa eine Minute garen und abtropfen lassen.
5. Anschließend gründlich ausdrücken und pürieren.
6. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.
7. Zwiebel glasig anschwitzen, Mehl und Milch dazugeben und zu einer festeren Masse verrühren, es entsteht eine sogenannte Einbrenne, die die Füllung bindet.
8. In diese Masse Spinat (bzw. Brennnesseln) und Petersilie gut unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
9. Die Birnenfüllung stellt man her, indem man die getrockneten Birnen in gesüßtem und gewürztem (Zimt und Honig) Wasser zunächst solange kocht, bis sie weich sind und dann fein püriert. Damit ist auch die dritte Füllung einsatzbereit.

10. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit einem Nudelholz möglichst dünn ausrollen. Nun kleine Häufchen der Füllung(en) aufbringen, den Teig dann umklappen und mit dem Finger zwischen den Häufchen zusammendrücken. Dann mit einem Teigrädchen voneinander trennen.
11. Die Schlutzkrapfen in Salzwasser etwa fünf Minuten kochen lassen, danach entnehmen und etwas abtropfen lassen.
12. Butter erhitzen, bis sie goldbraun ist. Die Schlutzkrapfen mit brauner Butter und Parmesan servieren.



Bauerngeröstl mit gekochtem Rindfleisch

Bauerngeröstl ist eigentlich ein bäuerliches Resteessen, bei dem übrig gebliebene Bestandteile des Sonntagsessens verarbeitet werden: Kartoffeln, Braten- oder Kochfleischreste und Brühe. Insofern kann man diese Tradition aufgreifen und ebenfalls Reste für dieses Rezept verwenden. Das folgende Rezept beschreibt aber, wie man das Gericht auch ohne Reste herstellt. Trotzdem empfiehlt es sich, Fleisch und Kartoffeln bereits am Vortag zu garen. So lassen sie sich besser verarbeiten.

Zutaten:

700 g	Rindfleisch (Kochfleisch, etwa Tafelspitz, Brust, Schulter)
1 kg	Kartoffeln
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
3 EL	Öl
1 TL	Salz
	gemahlener Pfeffer, Majoran, Lorbeerblatt
ca. 100 ml	Fleischbrühe
30 g	Butter

Zubereitung:

1. Zunächst muss das Rindfleisch gekocht werden: Karotten, Sellerie und Petersilienwurzel schälen, Lauch putzen und waschen, dann alles grob schneiden. Zusammen mit dem Fleisch in einen Topf geben, Pfeffer, Salz und Lorbeer zugeben und mit Wasser auffüllen, bis alles bedeckt ist.
2. Zum Kochen bringen und mindestens 90 Minuten leicht sieden lassen. Das Fleisch sollte dann schön weich sein. Falls nicht, Kochzeit verlängern. Wenn das Fleisch fertig gegart ist, herausnehmen, abkühlen lassen und danach in Streifen schneiden.
3. Die Kartoffeln (festkochend) waschen und samt Schale mit Wasser bedeckt 25-30 Minuten gar kochen.
4. Abgießen und kurz abdampfen lassen. Schälen und in dünne Scheiben schneiden. Gut im Kühlschrank durchkühlen lassen.
5. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken und in einer großen, beschichteten Pfanne anschwitzen.

6. Die Rindfleischstreifen in die Pfanne geben und nur ganz kurz anbraten. Die Kartoffeln dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen, das Lorbeerblatt zugeben und alles etwa zehn Minuten braten.
7. Ein wenig Fleischbrühe angießen, Butter dazugeben und weitere fünf Minuten braten lassen. Währenddessen immer ein bisschen umrühren.
8. Mit Schnittlauch oder Petersilie servieren.

Bonusrezept: Brotkiarchl (Brotküchlein)

Zutaten:

2	Brötchen vom Vortag
3	Eier
100 g	Zwetschgenmarmelade
200 g	Mehl
	Salz
125 ml	Milch
1	Schuss Rum
1 Msp.	Vanillezucker
1 Msp.	Backpulver
	Pflanzenfett oder Butterschmalz, zum Backen
	Puderzucker

Zubereitung:

1. Mehl, eine Prise Salz, Milch, Rum, Eier, Vanillezucker und Backpulver mit einem Schneebesen zu einer glatten Masse verrühren. Dabei darauf achten, dass keine Mehlklümpchen entstehen. Der Teig darf nicht zu dick- und nicht zu dünnflüssig sein, er sollte etwa die Konsistenz eines dicken Pfannkuchenteigs haben.
2. Die Brötchen in dünne Scheiben schneiden und dick mit der Marmelade bestreichen.
3. In einer hohen Pfanne Öl oder Butterschmalz erhitzen. Das Fett sollte einige Zentimeter hoch in der Pfanne stehen, damit die Kiarchln darin schwimmen können.
4. Die einzelnen Brotscheiben werden in den Teig getunkt und sofort ins heiße Fett gegeben.
5. Sobald die Kiarchl goldbraun sind, umdrehen, kurz von der anderen Seite backen und dann herausnehmen. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und zum Servieren mit viel Puderzucker bestäuben.