



Einladung zum Kochabend vom 6. Oktober 2017, 19:00 Uhr

Club Kochender Männer Oberurnen, Peter Schelling, Seidenstrasse 29, Oberurnen Tel. 079 605 32 86

Abmeldungen bis Mittwoch, 4. Oktober

**Thema:
Eine Hommage an unsere östlichen Nachbarn
und ihre beliebten Mehlspeisen**

Menu

Apéro

Tiroler Speckknödelsuppe

Zwiebelrostbraten
Vorarlberger Käsespätzle

Rosis Kaiserschmarrn
Karamellierte Apfelschnitze

Windbeutel mit Lachscreme

Butter und Mehl für das Blech

- 2 dl Milch
- 85 g Kochbutter
- 2 Prisen Salz
- 120 g Mehl
- 4 Eier
- 1 Prise Backpulver
- 1 Eigelb zum Bestreichen



Füllung:

- 250 g geräucherter Lachs, gehackt
- 2-3 EL Crème fraîche
- 1 Zweig Dill, gehackt
- 1 Zweig Petersilie, gehackt
- Pfeffer, wenig Zitronensaft
- 1,5 dl geschlagener Rahm

Zubereitung

- Milch, Kochbutter und Salz zusammen aufkochen, das Mehl im Sturz begeben und bei mässiger Hitze rühren, bis sich der Teig von der Pfannenwand löst.
- Vom Herd nehmen, kurz etwas abkühlen lassen und anschliessend ein Ei nach dem anderen unter den Teig arbeiten. Beim letzten Ei das Backpulver untermischen.
- Den Teig 10 Minuten in den Kühlschrank stellen.
- Anschliessend mit einem Spritzsack mit Stern- oder glatter Tülle nussgrosse Kugeln (mit grossem Abstand) auf ein bebuttertes, leicht bemehltes Blech spritzen.
- Mit verquirltem Eigelb bestreichen und im vorgeheizten Ofen (150° C) bei steigender Hitze bis 180° C ca. 20-25 Minuten backen.
- Herausnehmen und noch warm mit einer Schere in der Mitte horizontal aufschneiden. Auskühlen lassen
- Lachs, Crème fraîche und Kräuter mit dem Pürierstab oder im Mixer pürieren.
- In eine Schüssel geben, würzen und den Schlagrahm unterheben.
- Mit dem Spritzsack mit Sterntülle oder einem Esslöffel in die Windbeutel füllen und die Deckel aufsetzen

Tiroler Speckknödel

Für alle Tiroler Gerichte gilt: Traditionell werden heimische Agrarprodukte verwendet, dazu Fleisch aus lokaler Zucht und Wild aus den Wäldern der Region. Das landestypische Gericht Tirols ist der "Tiroler Knödel", der in Tirol jedoch "Speckknödel" oder einfach nur "Knödel" genannt wird.

6	Stk	trockene Semmeln
¼	Ltr	Milch
2-3	Stk	Eier
100	Gr.	Speck
150	Gr.	Kasseler
30	Gr.	Butter
½	Stk	Zwiebel
		Petersilie, Schnittlauch
3	EL	Mehl (60-80 Gr.)
		Salz, Bouillon



Zubereitung

- Die **Semmeln** kleinwürfelig schneiden und **salzen**. Die **Milch** mit den **Eiern** verquirlen, über das **Brot** giessen, leicht unterziehen, zudecken und ½ Stunde stehen lassen.
- Den **Speck** sehr fein schneiden und anbraten. **Kasseler** klein schneiden und anbraten. Die in **Butter** geröstete **Zwiebel** und die geschnittenen **Kräuter** beifügen. Das **Mehl** darüberstreuen, mit einem Kochlöffel alles vermengen und zu einer eher festen Masse zusammendrücken.
- Mit nassen Händen 8 bis 12 gleich große **Knödel** formen und gut drehen. Knödel in die leicht kochende Suppe geben und ca. 12 Minuten kochen lassen. Der Knödel soll aussen glatt sein und innen eine lockere Masse aufweisen. Ist der Knödel zu weich, gibt man etwas Mehl dazu und drückt beim Formen fester zu. Zu feste Knödel werden mit **Eiermilch** lockerer. Gute Knödel steigen in der Suppe sofort auf.

Tipp: Nach altem Brauch isst man den ersten Knödel in der Suppe, den zweiten zu Sauerkraut, Rotkraut oder Krautsalat, aber auch zu Fleischspeisen wie Gulasch.

Zwiebelrostbraten

Zutaten für 4 Personen:

- 8 Scheiben Rinderhüfte
- Öl für die Folie
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Öl
- 750 ml Geflügelbrühe
- 3 Zwiebeln
- 4 EL Butter
- 1 TL Puderzucker
- 2 TL Tomatenmark
- 150 ml kräftigen Rotwein
- getrockneten Majoran
- 20 g Butter



Zubereitung:

- Das Fleisch zwischen zwei geölten Folienschichten etwas plattieren. Folien entfernen und die Fleischscheiben mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend im erhitzten Öl von beiden Seiten anbraten.
- Die Rindersteaks aus der Pfanne nehmen und das überflüssige Öl abgießen. Mit der Brühe aufgießen und den Bratensatz mit dem Kochlöffel lösen.
- Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Halbringe schneiden. In einer Schmorpfanne die Zwiebeln bei mittlerer Hitze zusammen mit der Butter und dem Puderzucker hell bräunen, Tomatenmark unterrühren und mit Rotwein ablöschen. Kurz einköcheln lassen, und dann den Bratensatz unterrühren und aufkochen lassen.
- Das Fleisch in die Sauce geben und alles ca. 60 min. knapp unter dem Siedepunkt schmoren lassen. Dabei immer wieder das Fleisch mit der Sauce begießen.
- Zehn Minuten vor Ende der Garzeit 1 Prise Majoran hinzufügen.
- Vor den Servieren die Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken und die kalte Butter unterziehen. Dann den Zwiebelrostbraten zum Beispiel mit Kartoffeln oder Klößen servieren.

VORARLBERGER KÄSESPÄTZLE

Zutaten für 4 Portionen

350	g	Bergkäse
6	Stk	Eier
500	g	Mehl (Type 480)
125	ml	Milch
1	Prise	Muskatnuss
1	Prise	Pfeffer
150	g	Räskäse od. Emmentaler
1	Prise	Salz
1	Stk	Zwiebel, in Ringe geschnitten



Zubereitung

- Für die **Käsespätzle** das Mehl, Eier und Milch in einer Schüssel mit dem Kochlöffel vermischen (muss nicht wirklich glatt sein) - der Teig sollte zähflüssig sein. Ist der Teig zu fest kann man noch ein wenig Wasser hinzufügen.
- Nun noch Salz, Pfeffer und Muskatnuss zum Teig hinzufügen, gut verrühren und für gut 10 Minuten ruhen lassen.
- Anschließend den Teig durch das Spätzlesieb in kochendes Salzwasser (großer Topf) durchlassen, einmal aufkochen und mit einem Lochsieb abschöpfen. In eine Schüssel geben (dabei ist es kein Problem wenn ein wenig "Spätzlewasser" mitgeschöpft wird).
- Sofort den geriebenen Käse dazugeben und mit dem Kochlöffel durchmischen - der Käse sollte durch die noch heißen Spätzle ein wenig schmelzen und "Fäden" ziehen.
- Zum Schluss die Spätzle auf Teller anrichten und mit den in Butter goldbraun gebratenen Zwiebeln garnieren.

Rosis Kaiserschmarrn

Für 2 Portionen oder 4 zum Dessert

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten

ZUTATEN:

4	DI	Milch
200	Gr.	Mehl
50	Gr.	Butterschmalz
6	Stk	Eier
	Prise	Salz
		Puderzucker



Zubereitung

- Mehl mit Milch und Salz in eine große Rührschüssel geben. Gut und klumpenfrei verrühren. Eier dazugeben und unterheben, aber nicht glatt rühren, so erspart man sich den Eischnee.
- Das Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne (ca. 30 cm) auf 180 Grad erhitzen und den Teig daumenhoch einfüllen.
- Bei mäßiger Hitze die Unterseite goldbraun backen (ca. 2-3 Minuten). Den Teig vierteln, wenden und fertig backen
- Mit einem Teigschaber in grobe Stücke reißen. Am Pfannenboden Rosi's Kaiserschmarrn-Gewürz (Zimtzucker) einstreuen und bei etwas höherer Hitze (220 Grad) den Kaiserschmarrn mit dem Gewürzzucker kurz nachrösten – somit ist er auch gleich karamellisiert!
- Mit Puderzucker bestreuen und servieren.