Blaue Schupfnudeln mit Kürbisgemüse

1/2 Schupfnudeln

Dauer: Mittel Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Vegetarisch Saison: Herbst Winter Für: 4 Personen

Zutaten

750 G	St. Galler lila Erdäpfel
150 G	universales Weizenmehl
2	Eidotter
75 G	Weizengrieß
75 G	Butter
15 EL	griffiges Mehl
2 TL	Salz
2 EL	Butter zum Schwenken

Verfasst von: Brigitte Quehenberger

Zubereitung

1. Erdäpfel kochen und etwas auskühlen lassen.
2. Durch eine Erdäpfelpresse drücken und mit Mehl, Grieß, 1 Prise Salz, Butter und Dotter zu einem Teig kneten.
3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu daumendicke Rollen formen. In 2 cm dicke Scheiben schneiden und zwischen den Handflächen zu Nudeln wuzeln.
4. Schupfnudeln in leicht gesalzenes, kochendes Wasser geben und bei schwacher Hitze leicht köcheln bis die Nudeln an der Oberfläche schwimmen (dauert ungefähr 5 Minuten).
5. Schupfnudeln aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen und in einen Topf mit aufgeschäumter Butter anrösten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Info

Isst-Gut-Rezept, Erdäpfel-Tag

Tipp von Diätologin Maria Anna Benedikt: Als Dessert eine Joghurtcreme oder dazu einen Salat mit Joghurtdressing!

Schupfnudeln können pikant oder süß weiterverarbeitet werden. Sie passen ausgezeichnet zu Gansl oder Ente.

2/2 Kürbisgemüse

Dauer: Mittel Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Vegetarisch Saison: Herbst Winter Für: 4 Personen

Verfasst von: Brigitte Quehenberger

Zutaten

2 EL	Kürbiskernöl
1 EL	Kürbiskerne
1 KG	Hokkaidokürbis
1 TL	Paprikapulver
100 ML	Rindssuppe
30 G	Butter
1 PRISE	frisch gemahlener Pfeffer
1 TL	Salz
2 EL	Sauerrahm

Zubereitung

1. Kürbis schälen und die Kerne und das wattige Innere entfernen.
2. Kürbis in größere Stücke schneiden und auf einer Haushaltsreibe grob raspeln.
3. In ein Küchentuch geben, gut einsalzen und 20 bis 30 Minuten rasten lassen. Anschließend Kürbis im Küchentuch fest ausdrücken bis beinahe keine Flüssigkeit mehr abrinnt.
4. Die Butter oder das Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Die Zwiebelwürfeln darin glasig dünsten, umrühren und mit Rindsfond (bzw. Gemüsefond, wenn vegetarisch) aufgießen und bei milder Hitze 10 Minuten dünsten.
5. In der Zwischenzeit die Kürbiskerne ohne Fett in einer Pfanne rösten. Nicht aus den Augen lassen, damit die Kerne nicht verbrennen.
6. Das Gemüse mit Paprikapulver und pfeffer würzen. Sauerrahm und Kürbiskerne unterrühren.
7. Je nach Geschmack zum Schluss Kürbiskernöl beifügen.