

Traditionelle Rezepte der Waldenser

Kartoffeln am Spieß

"Davon könnte ich zwei essen", kommentierte eine Landfrau beim Probieren der "Kartoffeln am Spieß" begeistert. Und eine Kollegin sagte: „Der Spieß ist der Super-Clou unter diesen Rezepten! Und so preiswert!“

Beraterin Beaupoil-Schmitz rät, den mageren Speck schon in gewünschter Dicke (einen halben Zentimeter) zu kaufen. Die vorbereiteten Spieße eignen sich auch hervorragend für den Grillabend. Man kann sie im Backofen fast fertigbaren und später auf dem Grill noch einige Minute von allen Seiten nachgaren.

Wenn man Gäste hat, lassen sich 20 dieser Spieße auf einmal auf dem Blech backen.

Zutaten

1 kg mittelgroße Kartoffeln
Salz, schwarzer Pfeffer
750 g große Zwiebeln
würzflüssiger Kümmel
250 g magerer Räucherspeck
Edelsüßpaprika
1-2 EL Butter

Zubereitung

Kartoffeln waschen, in fingerdicke Scheiben schneiden und auf Küchenkrepp trocknen, von einer Seite mit Salz und Pfeffer bestreuen. Die geschälten Zwiebeln in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und ebenfalls von einer Seite mit würzflüssigem Kümmel beträufeln. Räucherspeckscheiben (0,5 cm dick) mit Edelsüßpaprika bestreuen.

Die gewürzten Zutaten 10 Minuten durchziehen lassen und abwechselnd auf Spieße reihen. Dabei beginnt und endet man mit Endstücken der Kartoffeln. Aluminiumfolie mit Butter einpinseln und Spieße darin einwickeln. Backofen auf großer Hitze vorheizen, dann Spieße bei 200° C etwa 30-40 Minuten backen. In Alupäckchen servieren.

Waldenser Maultaschen mit Kartoffelsalat

Zutaten für 24 Stück

500g Nudelteig (am besten vom Bäcker)

Füllung:

300 g Nürnberger Brät

60 g geräucherter Speck (fein gehackt)

80 g geröstete Zwiebel (fein gehackt)

300 g gekochte Kartoffeln (fein gerieben)

100 g Kartoffelpulver

Salz, Pfeffer, Muskat.

8 Eier; 2 Eier trennen (Eiweiß zum bestreichen des Teigs)

Kartoffelsalat:

750 g Kartoffeln

Zwiebel

klarer Essig, Salz, Pfeffer

Walnussöl

Fleischbrühe

Zubereitung

Füllung:

Eier und Gewürze gut verrühren, die restlichen Zutaten dazugeben, gut durchkneten, Teig mit Eiweiß bestreichen, in Stücke 10 auf 10 cm schneiden, mit Esslöffel Füllung in die Mitte geben und schließen. In Fleischbrühe 10 Minuten kochen, und kalt abschrecken.

Kartoffelsalat:

Kartoffeln kochen, noch warm schälen, etwas auskühlen lassen, Zwiebel in feine Würfel schneiden. Kartoffeln mit der Hand oder Reibe in feine Scheiben schneiden. Salz, Pfeffer, Essig, heiße Fleischbrühe und Öl zugeben und unterheben.

Risotto mit Steinpilzen

Zutaten

250 g frische Steinpilze
400 g Reis
1 Zwiebel
Butter, Parmesankäse
Petersilie
Salz, Pfeffer
1,5 l Fleischbrühe

Zubereitung

Zwiebel und Petersilie in Butter andünsten, die in Scheiben geschnittenen Steinpilze beifügen und 15 Minuten schmoren lassen. Den Reis beifügen, unter ständigem Rühren immer wieder Fleischbrühe zugießen.

Vor dem Servieren Butter und Parmesankäse beifügen. Einige Minuten ruhen lassen.

Piemonteser Rinderschmorbraten mit getrüffelten Rahmkartoffeln und Savoyer Kohl

Zutaten für 4 Personen

Rinderschmorbraten:

750 g Rindfleisch (aus der Nuss, dem mürben Schoß, alternativ Schweinebug)
0,75 l Rotwein (Lemberger, Burgunder oder Barbera)
1 Zwiebel, 1 Karotte
3 Lorbeerblätter
2 Nelken
Salz, Pfeffer

Rahmkartoffeln:

750 g gekochte Kartoffel
100 gr. Butter
250 ml Rahm
Salz, Pfeffer, Muskat
1 TL Trüffelöl
Savoyer Kohl
½ Kopf Wirsing
Salz

Zubereitung

Schmorbraten:

Rindfleisch über zwei Nächte in Rotwein einlegen, nicht zu kühl stellen. Fleisch aus der Beize nehmen, trockenreiben, mit Salz und Pfeffer würzen. In Topf mit heißem Fett scharf anbraten, Zwiebel und Karotte zugeben und mit der Rotweinbeize ablöschen, Nelken und Lorbeerblätter zugeben und schmoren lassen.

Nach ca. 2,5 Stunden Fleisch herausnehmen und warm stellen, Soße mit Mehl binden und abschmecken.

Rahmkartoffeln:

Gekochte und geschälte Kartoffeln auskühlen lassen und in Würfel schneiden. Butter im Topf aufschäumen lassen, Kartoffeln zugeben. Salz, Pfeffer, Muskat und Rahm mischen und übergießen. Zum Schluss etwas Trüffelöl zugeben.

Savoyer Kohl:

Wirsing vierteln und in ca. 3 cm breite Streifen schneiden, waschen und gut abtropfen lassen. Topf mit Wasser aufstellen, Salz und Wirsing dazugeben ca. 20 Minuten kochen lassen.

Jahreszeitentorte mit Kartoffeln

Zutaten

300 g trockenes Toastbrot
750 ml Milch
3 EL Weckmehl
3 Esslöffel brauner Zucker
4 Eier
1 Prise Salz
150 g Äpfel gerieben
150 g Kartoffel gerieben
100 g Dörrobst (Birnen und Äpfel)
50 g Walnußkerne
1 EL Schnaps
2 EL Quittenmus

Zubereitung

Toastbrot in Würfel schneiden, in Schüssel geben und mit lauwarmer Milch übergießen. Eier, Zucker, Salz, verrühren. Äpfel, Kartoffeln, Früchte und Toastbrot unterheben. Schnaps zugeben. Teig in gefettete und mit Semmelbröseln ausgestreute Springform füllen, im vorgeheizten Backofen bei 220 ° C 50 Minuten backen.

Pfannkuchen mit Kartoffeln und Maulbeerenkompott

Zutaten

Pfannkuchen:

100 g Butter

6 Eier

250 g Kartoffeln

50 g Mehl

knapp 0,5 l Milch

Maulbeer-Kompott:

500 g Maulbeeren

250 ml Rotwein

½ Stange Zimt

100 g Zucker

1 Nelke

Zubereitung

Pfannkuchen:

Kartoffeln reiben, Eier trennen; aus dem Eiweiß Schnee schlagen. Dann die Butter leicht rühren und nach und nach das Eigelb dazugeben, ebenso die geriebenen Kartoffeln und das Mehl. Milch eingießen und zuletzt den Eischnee unterheben. Aus der Masse Pfannkuchen ausbacken. Mit dem Maulbeerkompott bestreichen und servieren.

Maulbeer-Kompott:

Alle Zutaten kurz miteinander verkochen.

Waldenser-Knöpfe

Zutaten für 50 Stück

1 kg Kartoffeln
200 g gerauchter Schweinebauch
200 g gekochter Schinken
2 Zwiebeln
6 Eier
600g Mehl
Salz, Pfeffer, Muskat
Fleischbrühe

Zubereitung

Kartoffeln kochen und fein reiben, Schweinebauch und Schinken in kleine Würfel schneiden, Zwiebel ebenfalls fein reiben. Dann die Eier dazugeben und mit Mehl und Gewürzen verkneten. Fleischbrühe aufkochen und Knöpflemasse zum Beispiel mit einem Spätzlehobel hineinschaben. Nach ein paar Minuten, wenn sie oben schwimmen, mit einem Schaumlöffel herausschöpfen.

Supa Barbeta

Diese Spezialität stammt aus den Waldenser-Tälern und gilt inzwischen als Symbol der Waldenser-Küche: "Barbet" wurden die protestantischen Waldenser genannt, die in den westlichen Alpentälern wohnen.

Zutaten

Supa:

Kohl

Grissini (dünne Brotstangen, Knabberei) oder Brot vom Vortag

Toma-Käse (würziger Bauernkäse)

Butter

Salz, Pfeffer und weitere Gewürze nach Geschmack

Fleischbrühe:

Hühner- und Schweinefleisch

Karotten, Zwiebeln, Lauch

Salz, Pfeffer

Kräuter wie Petersilie oder Majoran

Zubereitung

Supa:

Topf mit Kohlblättern auslegen, darauf eine Schicht Grissini oder Brot vom Vortag. Es folgt eine Schicht in Würfel geschnittener Toma-Käse, einige Butterflöckchen und Gewürze. Dann den Topf mit weiteren Schichten aus Brot, Tomakäse und Gewürzen bis zum Rand füllen und mit der Brühe übergießen. Auf kleiner Flamme kochen. Alternativ gelingt die Zubereitung auch in einem gusseisernen Topf (Dutch Oven) in der Glut eines Feuers. Die Supa, so verlangt es die Tradition, darf nicht umgerührt werden und wird nach zwei Stunden gestürzt serviert.

Fleischbrühe:

Hühner- und Schweinefleisch in einem separaten Topf am Stück in kaltem Wasser ansetzen, aufkochen und kleingeschnittenes Gemüse dazugeben. Mindestens eine halbe Stunde, besser länger kochen. Vorsichtig Fettaugen entfernen.

**Zuppa di Fontina
Käsesuppe aus dem Piemont.**

Eine Käsesuppe aus dem Piemont, die besonders im Kochen Ungeübten gefallen wird.

Zutaten für 4 Personen

100 g hauchdünn geschnittene Brotscheiben
400 g Fontina-Käse
1250 ml Fleischbrühe.

Zubereitung

Die Brotscheiben im Backofen oder in einer Pfanne rösten und in vier Suppenschüsseln (wenn möglich: mit Deckel) verteilen. Eine Schicht sehr dünn geschnittene Käsescheiben darauflegen, dann Brot und wieder Käse, bis die Zutaten aufgebraucht sind. Die kochende Brühe darübergießen und die Schüsseln zudecken. Im warmen Backofen etwa 5 Minuten ziehen lassen.

Waldenserschnitzel

Zutaten

4 Kalbsschnitzel, dünn
Salz, Pfeffer
125 g Steinpilze, frisch
Zitronensaft
Salz, Mehl
1 Ei
Butter
Salbei, Rosmarin
4 Scheiben Edamer, dick

Zubereitung

Die Kalbschnitzel gut klopfen und würzen. Steinpilze säubern, mit Zitronensaft und Salz einreiben, in nicht zu dünne Scheiben schneiden. Anschließend die Schnitzel in Mehl wenden, beidseitig durch zerschlagenes Ei ziehen und langsam in erhitzter Butter von beiden Seiten braten, herausnehmen. Die geschnittenen Pilze bei reduzierter Hitze in die Pfanne geben sowie Salbei und Rosmarin, bis der Fond nahezu verdunstet. Jetzt die Schnitzel auf eine feuerfeste Platte legen, die Pilze darübergerben, mit dem Käse belegen und mit flüssiger Butter bestreichen. Die Platte in den vorgeheizten Ofen schieben, bis der Käse geschmolzen ist.