

SCHUPFNUDELN MIT ROSENKOHL

Allns to sien Tiet

ROSENKOHL

SAISON VON OKTOBER BIS FEBRUAR



FÜR 2 PORTIONEN WIRD BENÖTIGT:

500 G KARTOFFELN, MEHLIGKOCHEND
100-150 G MEHL
1 EL KARTOFFELSTÄRKE
1 EI
ETWAS SALZ

500 G ROSENKOHL
250 ML GEMÜSEFOND
2 EL ZITRONENSAFT
250 G SCHUPFNUDELN
1 EL ÖL
100 G FRISCHKÄSE
GEWÜRZE

ZUBEREITUNG:

1. KARTOFFELN WASCHEN UND WEICH GAREN. DIE GESCHÄLTEN KARTOFFELN DURCH EINE KARTOFFEL-PRESSE IN EINE SCHALE DRÜCKEN (ALTERNATIV STAMPFEN).
2. MEHL, STÄRKE, EI UND SALZ ZUR KARTOFFELMASSE GEBEN UND RASCH ZU EINEM GLATTEN TEIG VERKNETEN. WENN DIE MASSE NOCH ZU KLEBRIG IST, MEHR MEHL ZUGEBEN.
3. TEIG AUF EINER GUT BEMEHLTEN ARBEITSFLÄCHE ZU 2-2,5 CM DICKEN ROLLEN FORMEN. JEWEILS 1,5-2 CM BREITE STÜCKE ABSCHNEIDEN UND MIT DER HAND ZU AN DEN ENDEN SPITZ ZULAU-FENDEN SCHUPFNUDELN FORMEN.
4. DIE SCHUPFNUDELN IN LEICHT SIEDENDEM SALZWASSER KOCHEN LASSEN, BIS SIE OBEN SCHWIMMEN. MIT EINEM SCHÖPFLÖFFEL HERAUSNEHMEN UND ABTROPFEN LASSEN.
5. ROSENKOHL PUTZEN, HALBIEREN UND 15 MINUTEN IM FOND MIT 1 EL ZITRONENSAFT BISSFEST GAREN. MIT SALZ, PFEFFER UND MUSKAT WÜRZEN.
6. SCHUPFNUDELN IN HEISEM ÖL KURZ ANBRATEN.
7. ROSENKOHL ABGIEßEN, FOND AUFFANGEN, UND MIT 1 EL ZITRONENSAFT ZU DEN SCHUPFNUDELN GEBEN UND BEI GERINGER HITZE WEITERE 10 MINUTEN GAREN.
8. FRISCHKÄSE UND FOND ZU EINER SÄMIGEN SOBE AUFKOCHEN. MIT SALZ, PFEFFER, MUSKAT UND WEITEREN GEWÜRZEN (Z.B. CURRY) ABSCHMECKEN UND ZUR ROSENKOHL-SCHUPFNUDEL-PFANNE SERVIEREN.

