

# Rezepte

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Wohnen**

Band (Jahr): **75 (2000)**

Heft 12

PDF erstellt am: **29.06.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Mitwirkung erlaubt

Die folgenden Rezepte sind nicht besonders demokratisch, weil sie alle aus dem Wallis stammen. Das Tal ist eher für seine Dorfkönige und den CVP-Filz bekannt. Aber beim Zubereiten der drei köstlichen Gänge ist Mitwirkung gefragt: Die kulinarische Meinungsbildung erfolgt mit Vorteil beim Goutieren, und Änderungsvorschläge lassen sich in den Prozess einbauen. Aber Achtung: Zuviele KöchInnen verderben bekanntlich den Brei.

# Wallisser Küche

## Apérobrötchen mit Nusswurst und Käse

Für ca. 30 Stück

200 g Mehl  
1 Brieflein Safran  
1 EL Backpulver  
¼ TL Salz  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
80 g Walliser Bergkäse, gerieben  
100 g Nusswurst, gehackt oder  
50 g Schweinswurst und  
50 g Baumnüsse, gehackt  
1 Bund Petersilie, fein gehackt  
1 Ei, verknüpft  
0,5–1 dl Milch  
1 Ei, verknüpft, zum Bepinseln

**1** Alle Zutaten bis und mit Pfeffer in einer Schüssel mischen.

**2** Käse, Wurst, evtl. Nüsse und Petersilie dazumischen.

**3** Ei und Milch verrühren, zur Mehlmischung geben und zu einem Teigballen zusammenfügen.

**4** Aus dem Teig aprikosengrosse Kugeln formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit Ei bepinseln. Im unteren Teil des auf 210 °C vorgeheizten Ofens ca. 20 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, warm servieren.

Das neue Regionenbuch «Das Wallis – Die Region. Die Rezepte» macht einen kulinarischen Rundgang durch das Ober- wie auch das Unterwallis und zeigt neben den traditionellen auch eine Anzahl neuer Walliser Kochrezepte. Es umfasst 110 Seiten und kostet 18 Franken.

Bezugsnachweis:  
Schweizer Milchproduzenten SMP  
Postfach  
3024 Bern  
Tel 031 359 57 28  
[www.swissmilk.ch](http://www.swissmilk.ch)



### Kaninchenfilet mit lauwarmem Gemüse an Vinaigrette

Für 4 Personen

4 Kaninchenfilets  
70 g Trockenfleisch, in feine Tranchen geschnitten  
Bratbutter oder Bratcrème  
400 g Bohnen, gerüstet, in ca. 3 cm lange Stücke geschnitten  
400 g Broccoli, in Röschen zerteilt  
1 dl Gemüsefond oder -bouillon

#### Vinaigrette:

1 Schalotte, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
3 Tomaten, gedörrt, fein geschnitten  
3 EL weisser Balsamico-Essig  
5 EL Öl  
1 Bund Petersilie, gehackt  
Salz, Pfeffer  
1 Bund Rucola, in mundgerechte Stücke gezupft

1 Ofen auf 80 °C vorheizen. Eine Ofenform einschieben.

2 Kaninchenfilets mit Trockenfleisch umwickeln. In Bratbutter oder Bratcrème rundum 2–3 Minuten anbraten. In die Ofenform legen und im auf 80 °C vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen.

3 Bohnen im sprudelnden Salzwasser ca. 7 Minuten kochen, herausnehmen. Broccoli darin ca. 4 Minuten kochen, abtropfen lassen und beides zugedeckt beiseite stellen.

4 Bratfett mit Haushaltspapier auf tupfen, Fond dazugießen, aufkochen, absieben.

5 Für die Vinaigrette alle Zutaten zum Fond rühren, würzen.

6 Gemüse auf Tellern verteilen, Kaninchenfilets schräg tranchieren, auf das Gemüse legen. Mit Vinaigrette beträufeln und mit Rucola bestreuen.

### Williamsbirnen-Gratin

Für 4 Gratinförmchen von 1,5 dl Inhalt

1 dl Weisswein  
2 EL Zucker  
2 Williamsbirnen, geschält, halbiert, entkernt, auf der gewölbten Seite fein eingeschnitten

#### Guss:

100 g Mascarpone  
wenig Zitronenschale, abgerieben  
1 Eigelb  
1 EL Zucker  
1 Eiweiss, steif geschlagen

1 dl Vollrahm, steif geschlagen  
1 EL Williams

1 Wein und Zucker aufkochen, Birnen beifügen, knapp weich kochen.

2 Mascarpone, Zitronenschale, Eigelb und Zucker cremig rühren. Eischnee darunterziehen.

3 Masse in den Förmchen verteilen, Birnen mit der Wölbung nach oben hineinlegen. In der Mitte des auf 200 °C Oberhitze und Grill vorgeheizten Ofens 8–10 Minuten goldbraun gratinieren.

4 Rahm und Williams mischen, zu den Gratins servieren.