

Kinderferienprogramm 2024



KOCHEN WIE IN DER SCHWEIZ MIT DEN LANDFRAUEN



R e z e p t e

○ Apéro ○

Mini-Pastetli

Zutaten:

2 Rollen Blätterteig

100 g Frischkäse

1 Ei

1 Esslöffel Milch

grüne Oliven, entsteint

10 rote oder orangene Kirschtomaten

1 bis 2 kleine rote Zwiebeln

1 Handvoll geriebener Käse

$\frac{1}{2}$ kleine rote Paprika

1 Handvoll eingelegte getrocknete Tomaten in Streifen

Außerdem: ein Schnapsglas oder Mini-Einmachglas

Zubereitung:

Paprika fein würfeln, Zwiebeln in Scheiben schneiden, Tomaten halbieren, Ei und Milch verquirlen.

Backofen auf 180° C Umluft vorheizen.



Erste Lage Blätterteig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit Frischkäse bestreichen.

Mit der zweiten Lage abdecken.



In Stücke teilen.



Mit Glas eindrücken.



Vertiefungen mit einer Gabel einstechen.
Mit Eiermilch bestreichen.



Teig belegen.



Pastetli im vorgeheizten Backofen für etwa 20 bis 25 Minuten golden backen.

Gingerli

Rezept für 1 Glas:

200 ml Ginger Ale
1 Esslöffel Grenadine Sirup
1 Esslöffel Limettensaft
Eis

Zur Deko: Beeren auf Spiessli

Alle Zutaten in ein Glas geben und mischen.
Mit Beerenspiessli dekorieren.

○ Vorspeise ○

Bündner Gerstensuppe

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

1 Esslöffel Öl
1 Zwiebel, gehackt
2 Rüebli (Karotten), in Würfeli
100 g Knollensellerie, in Würfeli
1 kleine Lauchstange, in feinen Ringen
50 g getrocknete Tomaten, fein geschnitten
80 g Rollgerste (Gerstengraupen)
1 Lorbeerblatt
1 Liter Gemüsebouillon (Gemüsebrühe)
100 ml Nidle (Sahne)
Salz und Pfeffer zum Würzen
etwas fein geschnittenen Schnittlauch zur Deko

Zubereitung:

Öl in einem Topf erhitzen,
Zwiebel, Rüebli, Knollensellerie und Lauch dazugeben
und 5 Minuten dünsten.

Rollgerste und getrocknete Tomaten für eine Minute mitdünsten.
Lorbeerblatt und Pfeffer dazugeben.

Mit Gemüsebouillon ablöschen, aufkochen,
und zugedeckt bei kleiner Hitze 30 Minuten köcheln lassen.

Lorbeerblatt entfernen, Rahm unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Gerstensuppe vor dem Servieren mit Schnittlauch dekorieren.

○ Hauptgericht ○

Älplermagronen

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

200 g Penne Rigate oder ähnliche Teigwaren

4 mittelgroße Kartoffeln

200 g Hartkäse (z.B. Gruyère), gerieben

200 ml Rahm (süße Sahne)

4 Zwiebeln, in Ringe geschnitten

Salz und Pfeffer

Butterschmalz

Zubereitung:

Die Zwiebeln bei mittlerer Hitze in einer Bratpfanne in etwas Butterschmalz langsam goldbraun rösten, gelegentlich wenden.

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden, in einem großen Topf in reichlich Salzwasser aufkochen lassen. Nach 3 - 5 Min. die Penne dazugeben und gemeinsam kochen, bis die Penne „al dente“ sind.

Das Kochwasser abgießen.

Geriebenen Käse und Rahm zu Teigwaren und Kartoffeln geben und umrühren, so dass der Käse schmilzt.

Mit Pfeffer und, falls nötig, Salz abschmecken.

Zum Servieren die goldbraunen Zwiebelringe über die Älplermagronen streuen.

Traditionell werden Älplermagronen mit Apfelbrei oder Apfelkompott serviert.



Apfelbrei

Zutaten:

1 kg Äpfel (Fallobst, Abfallobst)

$\frac{1}{2}$ Liter Wasser

Zitronenschale

60 - 80 g Zucker

Zitronensaft

Zubereitung:

Äpfel waschen, Blüte, Stiel und Kernhaus entfernen,
nach Bedarf ausschneiden, vierteln oder achteln,
mit Wasser knapp bedecken und die Zitronenschale zugeben,
zugedeckt weichkochen, passieren, abschmecken.

Die Hälfte des Zuckers warm zugeben,
Rest erkaltet - erspart etwas Zucker.

○ Dessert ○

Rahmbretzeli

Zutaten:

750 g Crème fraîche

300 g Zucker

Vanilleschote

1 Prise Salz

400 g Mehl

Außerdem benötigt man ein spezielles Bretzeliisen (ähnlich einem Waffeleisen) aus der Schweiz.

Zubereitung:

Crème fraîche und Zucker schaumig rühren.

Die Vanilleschote längs halbieren, das Mark herauskratzen und zusammen mit dem Salz und dem Mehl unterrühren. Den Teig 15 Minuten stehen lassen.

Den Teig portionsweise in das vorgeheizte Bretzeliisen geben und goldbraun herausbacken.

Noch warm zu Röllchen formen und abkühlen lassen.



Die Bretzeli können zusammen mit Glacé (Eis), Nidle (Sahne) und Früchten serviert werden.

Aber auch als Mümpfeli (kleine Süßigkeit) zum Nachmittagskaffee schmecken sie sehr lecker!