

REZEPTE der WOCHE: Rund um's Törggelen

Wer weiß schon, woher der Begriff *Törggelen* kommt? Seinen Ursprung hat es in der Torgg(e)l, wie in Südtirol eine Presse zur Gewinnung von Obstsaften – der Vorstufe von Wein – genannt wird. Zur Verkostung des neuen Weins gab es traditionell Nüsse, Kastanien und Krapfen, Roggenbrot, Speck und einfache Bauerngerichte. Mittlerweile ist man bei Schlachtplatten angelangt und massenhaft bevölkerten Lokalitäten. Wir gehen es geruhsamer an, weil Törggelen auch im Kleinen geht – also zu Hause.

Gerstensuppe

Zutaten:

100 g Speck
1 kleine Zwiebel
80 g Gerste
200 g Selchfleisch
250 g Gemüse
(Lauch, Karotten, Sellerie)
2 – 3 Kartoffeln
1,5 l Rinderbrühe
Salz
Petersilie

Zubereitung:

- Speck und Zwiebel fein schneiden. Speck glasig rösten, dann die Zwiebel dazu, anschließend die Gerste. Umrühren, mit Suppe aufgießen und zugedeckt kochen.
- Wenn die Suppe heiß ist, das Selchfleisch dazugeben. Nach ca. 1 Stunde das fein geschnittene Gemüse und die geschälten, würfelig geschnittenen Kartoffeln zugeben, würzen und die Suppe weiterkochen lassen.
- Anschließend wird das Selchfleisch fein geschnitten und wieder in die Suppe gegeben. Nochmal fein abschmecken und mit Petersilie bestreut servieren.
- Man kann natürlich Speck und Selchfleisch weglassen und stattdessen die Zwiebel in Butter anrösten und statt der Fleischbrühe eine Gemüsesuppe nehmen. In die Suppe passen außerdem auch Bohnen, um eine vegetarische Variante aufzupeppen.

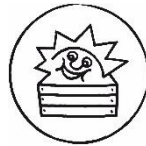
Buchweizenknödel

Zutaten:

120 g Knödelbrot
80 g Lauch, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
100 g Speck, kleinwürfelig
50 g Butter
100 ml Milch oder Wasser
2 Eier
1 EL Petersilie, fein gehackt
100 g grobes Buchweizenmehl
Salz
Butter, Parmesan, Schnittlauch

Zubereitung:

- Das Knödelbrot in eine Schüssel geben. Lauch, Knoblauch und Speck in Butter anschwitzen und zu den Brotwürfeln geben.
- Milch oder Wasser, verquirlte Eier, Petersilie, Buchweizenmehl und Salz ebenfalls dazugeben und alles gut vermengen.
- Die Knödelmasse zudecken und ca. 30 Minuten kühl stellen.
- Knödel formen und in leicht wallendem Salzwasser sieden.
- Die Knödel mit brauner Butter, geriebenem Parmesan und Schnittlauch servieren.
- Schmeckt auch gut ohne Speck. Zu den Knödeln passt Rohnen-, Rettich- oder Krautsalat.



Vinschgerlen – für ca. 15 – 20 Laibchen, je nach Größe

Zutaten:

500 g Weizenmehl glatt
500 g Roggenmehl
1 – 1 1/2 EL Salz
3 EL Brotgewürz (oder 1 EL Schabziegerklee und 2 EL Brotgewürz)
25 g Germ
1 l Wasser (oder 500 ml Wasser und 500 ml Buttermilch)

Zubereitung:

- Das Mehl mit Salz und gemahlenem (oder im Mörser zerstoßenen) Brotgewürz in einer Schüssel gut vermischen und den Germ darüberbröckeln.
- Lauwarmes Wasser dazugeben und zu einem weichen Teig verrühren.
- An einem warmen Ort eine halbe bis eine Stunde gehen lassen.
- Den Teig nochmals gut kneten und auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Teile abstechen, in Mehl wenden, kleine Laibchen formen und auf ein Backblech legen. Nochmals ca. 15 Minuten gehen lassen.
- Im vorgeheizten Backrohr zuerst bei 210 Grad (10 Minuten), dann bei 190 Grad fertig backen (ca. 45 Minuten).

Kirchtagskrapfen

Zutaten:

350 g Mehl
40 g Butter
1 – 2 Bio-Eier
Salz
ca. 250 ml Wasser
Butterschmalz
Staubzucker

150 g Dörrzwetschken
100 g Dörrbirnen
1/8 l Milch
40 g Butter
150 g Zucker
Schale von einer halben Bio-Zitrone
1 Stamperl Rum
Zimt- und Nelkenpulver

Zubereitung:

- Mehl, zerlassene Butter, Wasser, Eier, Salz und Rum zu einem Teig vermischen, gut kneten. Vier gleich große Stücke formen, die man so lange knetet, bis der Teig seidig glatt ist. Eine halbe Stunde rasten lassen.
- Für die Fülle weichgekochte Zwetschken und Birnen fein wiegen. Milch, Butter und Zucker aufkochen, mit den Gewürzen und der Zitronenschale verfeinern. Anschließend die Früchte unterrühren und den Rum untermischen. Es entsteht eine cremige Masse.
- Jedes der vier Teigstücke zu sehr dünnen Blättern ausrollen. In regelmäßigen Abständen von ca. 5 cm kleine Häufchen der Fülle legen. Ein weiteres Teigblatt darüberlegen, zwischen den Häufchen den Teig mit den Fingerspitzen andrücken und Quadrate ausschneiden.
- Die Krapfen auf beiden Seiten in Butterschmalz backen, bis sie goldbraun sind. Mit Staubzucker bestreut servieren.

Gutes Gelingen und viel Genuss!