

gute laune- knödel

waldviertler

25 dag Topfen
15 dag Mehl
6 dag Margarine
1 Ei
2 Handvoll Grieß
Salz

Fülle:
3 Stangen Frühlingszwiebeln,
fein geschnitten
1 gelbe Rübe, fein gewürfelt
1/4 Bund Staudensellerie,
klein geschnitten
20 dag Grünkern gekocht, kalt
werden lassen, faschieren
Petersilie
15 dag Tofu geräuchert, faschiert
10 dag Topfen (Quark)
Galgant
Ayurvedisches Zaubersalz fein
Gute Laune-Gewürz-Blüten-
Mischung

für 4 Personen

Wissenswertes

Fülle:

Zwiebel und Gemüse in Pflanzenöl leicht anschwitzen.
Mit den restl. Zutaten vermischen und würzen. Kleine Kugeln
formen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Topfen-Grieß-Teig:

Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten,
1/2 Stunde zugedeckt im Kühlschrank rasten lassen.

Aus dem Teig eine Rolle formen und gleich große Scheiben
abschneiden, etwas flachdrücken, mit Fülle belegen und zu
Knödeln formen.

In kochendem Salzwasser 10–15 Minuten ziehen lassen.

*Die Gute Laune Knödel wurden in Kooperation mit den Zwertler
Wirten bei der Knödelolympiade 2004 in Zwettl kreiert.*



scharfmacher- risonno mit gebratenem toskanischen gemüse

1 EL Olivenöl
250 g Scharfmacher Risonno
500 ml Wasser
1/2 Melanzani
1 Zucchini
2 Paprika (rot und gelb)
Ayurvedisches Zaubersalz fein
2 EL Scharfmacher Gewürz-
Blüten-Mischung
2 EL Olivenöl

für 4 Personen

Tipp

Olivenöl erwärmen, Scharfmacher Risonno dazugeben, kurz
anlaufen lassen, mit Wasser auffüllen und auf kleiner Stufe
zart köcheln lassen und immer wieder umrühren bis das Was-
ser aufgenommen ist. Melanzani und Zucchini in Scheiben
schneiden, Paprikaschoten vom Strunk her die Seitenteile ab-
schneiden. Das Gemüse mit Zaubersalz fein und Scharfmacher
Gewürz-Blüten-Mischung würzen und in Olivenöl beidseitig
langsam braten. Das Scharfmacher Risonno auf Teller anrich-
ten und das gebratene Gemüse dazugeben.

*Verfeinern Sie das Risonno mit geschlagenem Obers (Sahne) und
geriebenem Parmesan!*