

Quarkpizokels mit bunt gemischtem Gemüse Überbacken mit Bergkäse

150 g	Dinkelmehl von Gran Alpin
150 g	Pizokelmehl von Gran Alpin
150 g	Magerquark
50 g	Bergkäse
2 Stk	Bio Eier
wenig	Bio Rahm
10 g	Gewürzsalz
1 Prise	Muskatnuss gerieben/Pfeffer
wenig	Mineralwasser je nach Konsistenz (ca. 150 ml.)



Magerquark mit den Eiern und den Gewürzen mischen, diese Masse zu den zwei Mehlsorten geben und alles mischen. Wenig Mineralwasser begeben und den Teig kurz kneten bis er plastisch ist.

Den Teig kurz ruhen lassen. In der Zwischenzeit Wasser in einem grossen Topf aufsetzen, das Wasser leicht salzen. Den Pizokelteig auf ein kleines Brett geben und mit einem Spachtel dünne Pizokels schaben, kurz aufkochen lassen und die Pizokels aus dem Wasser fischen. Die Pizokels in wenig Butter anbraten.

Gemischtes Gemüse je nach Saison dünsten, mit frischen Kräutern aus dem Garten abrunden und zu den Pizokels geben. Wenig flüssigen Bio Rahm begeben, alles auf einen Teller oder Gratinplatte anrichten und mit geriebenem Bergkäse bestreuen und unter dem Grill überbacken.

Tipp: Garnieren mit Kräutern und Blümchen aus dem Garten!

Herausgeber: Hotel Ucliva, Waltensburg, www.ucliva.ch

Weitere Rezepte aus Uri, Graubünden und Glarus auf www.alpinavera.ch (Rezept der Woche)