

Bohneneintopf mit Wachtel und Grießknödel

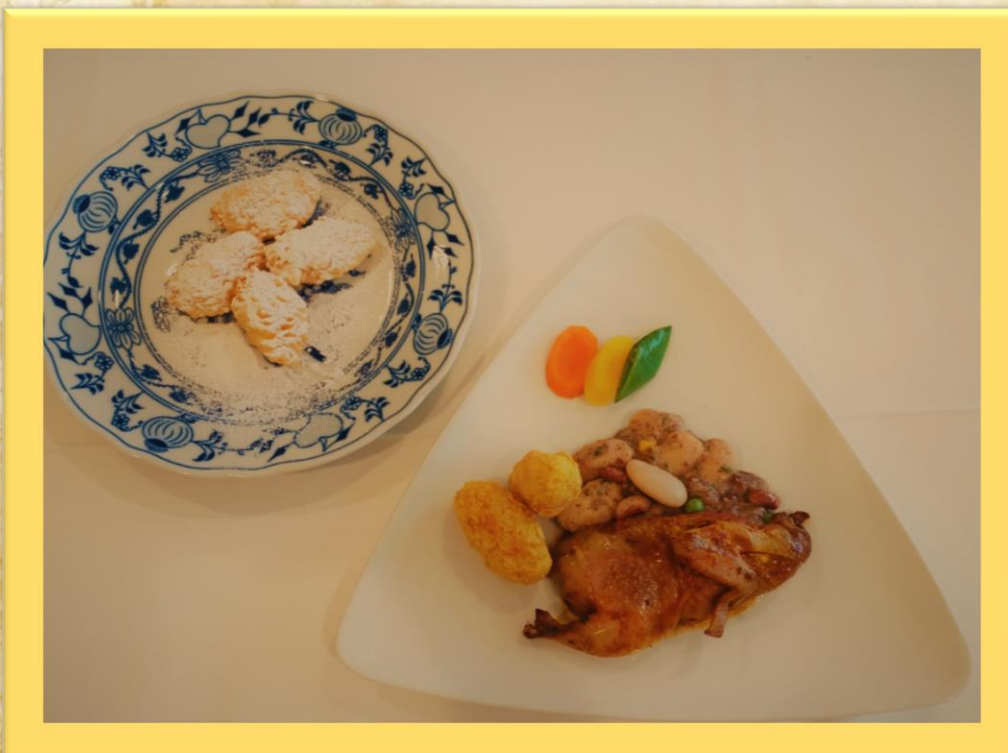
Als Fleisch noch als Delikatesse galt.
Die Züchtung und Nutzung regionaler
Schlachttiere war lange Zeit für viele
Familie selbstverständlich.

Je 20 Dekagramm Saubohnen und
Feuerbohnen über Nacht in kaltem Wasser
einweichen, danach im Druckkochtopf bissfest
kochen.

In der Zwischenzeit Wurzelgemüse klein
schneiden und in einem Kochtopf mit Zwiebel
und Schmalz anbraten. Mit Suppe aufgießen
und aufkochen lassen, erst zum Schluss die
vorgekochten Bohnen dazu. Eventuell mit Mehl
binden.

Für die Grießknödel 1/4 Liter Milch oder Wasser mit etwas Butter, Salz und 10
Dekagramm Grieß aufkochen, und kleine Knödel formen. Einen Backteig aus Ei, Milch und
Mehl bereiten und die Knödel vor dem Frittieren darin herausbacken.

Die Wachtel wird im Ganzen im Rohr gebacken oder Halb in der Pfanne gebraten. Das
dauert nicht lange und sollte bei geringer Hitze gemacht werden. Passende Gewürze sind
Salz, Pfeffer, Rosmarin, Paprika oder Knoblauch.



Emely Wieland:

*„Die Grießknödel können
als pikante Beilage aber auch
mit Zimt und Zucker als
Süßspeise gegessen werden.“*