

Pizokels

Bündner Rezepte



Pizokels sind eine in ganz Graubünden bekannte und beliebte Spezialität. Deren Teig kann mit demjenigen von Spätzli verglichen werden.

> Zutaten für 4 Personen:

200 g	Mehl
0,8 dl	Milch
2	Eier
20 g	Bündnerfleisch (Puolpa), fein geschnitten
20 g	Bauern-Salsiz (Contadino), fein geschnitten
50 g	Speck, in feine Streifen geschnitten
20 g	Lauch, fein geschnitten
120 g	Wirsing, grobe Mittelrippen herausgeschnitten
100 g	Spinat
1	Schalotte, fein gehackt
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 Prise	Salz, Muskatnuss, Pfeffer
0,8 dl	Vollrahm

> Zubereitung:

Für die Pizokel-Masse Mehl, Milch und Eier zu einem glatten Teig verrühren. Bündnerfleisch, Salsiz und Lauch in Butter andünsten, würzen und auskühlen lassen. Danach unter den Teig mischen.

Wirsing- und Spinatblätter in grobe Quadrate schneiden und in siedendem Salzwasser knapp weich kochen. Wasser abgiessen, gut abtropfen lassen. Speck, Schalotten und Knoblauch in Butter andünsten. Wirsing und Spinat begeben.

Den Pizokel-Teig auf ein kalt abgespültes Brett geben. Mit einem Spachtel oder Messer feine Streifen ins siedende Salzwasser schaben. Pizokel an die Oberfläche steigen lassen, mit einer Schaumkelle herausnehmen. In einer vorgewärmten Schüssel mit dem heissen Gemüse mischen und würzen. Rahm aufkochen, sorgfältig darunter geben, sofort servieren.