

Maluns

Bündner Rezepte



Maluns ist die Königin unter den Herdöpfelspeisen und stammt ursprünglich aus Chur. Maluns ist ein traditionelles Bündner Bauerngericht und die Bündner Antwort auf Röstli!

> Zutaten für 4 Personen:

1 kg Gschwellti
300 g Mehl
80 g Butter
Salz, Pfeffer

> Zubereitung:

Die Kartoffeln mit der Schale kochen. Während die Herdöpfel noch warm sind schälen und mit einer Röstiraffel reiben. Zusammen mit Mehl und Salz in einer Schüssel vermischen.

In einer Bratpfanne einen Drittel der Butter erhitzen und die Herdöpfel begeben. Die Herdöpfel bei mittlerer Hitze und unter ständigem Rühren für etwa 40 Minuten rösten. Die restliche Butter wird während dem rösten hinzugefügt.

Der Maluns ist fertig, wenn sich kleine, runde und knusprige Herdöpfelbrösel gebildet haben. Traditionell werden Maluns mit Apfelmus serviert. Je nach Saison können aber auch andere Früchte verwendet werden wie z.B. Zwetschgen, Birnen.

Zum Anrichten mit Alpkäse verfeinern. En Guete!