



LAURA FINK, JULIAN OBKRICHER, SARA RIER

*"Back to the Roots of  
the Eisacktal Valley"*

"Die kulinarische Reise zurück zu den Ursprüngen des Eisacktals:  
Traditionelle Gerichte, bewahrt vor dem Vergessenwerden."



# Vorwort

**Liebe Leserinnen und Leser,**

mit großer Freude präsentieren wir Ihnen dieses Rezeptbuch, das nicht nur eine Sammlung von kulinarischen Köstlichkeiten darstellt, sondern auch eine Reise durch die Geschichten der einzelnen Gerichte. Die Idee hinter diesem Buch ist es, Sie auf eine kulinarische Entdeckungsreise mitzunehmen.

Wir hoffen von Herzen, dass dieses Buch Ihnen nicht nur viele genussvolle Stunden in der Küche bereitet, sondern auch dazu beiträgt, Ihre Leidenschaft für gutes Essen und Kochen zu entfachen. Möge es Sie zu neuen kulinarischen Abenteuern inspirieren und Sie immer wieder mit unvergesslichen Geschmackserlebnissen überraschen.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen viel Freude beim Kochen, Genießen und Entdecken!

Ihre drei Maturanten  
Laura, Sara und Julian





# Das sind wir



## Laura Fink

Ich heiße Laura Fink und komme aus Gufidaun. Meine Aufgabe liegt darin, unser Projekt mit Kreativität zu schmücken. Meine Stärke, sehe ich darin, neue kreative Ideen miteinzubringen.

## Julian Obkircher

Ich bin Julian Obkircher und komme aus Weltschnofen. Ich bin das IT- Köpfchen der Gruppe. Ich lerne im Bereich IT schnell dazu und kann viele Programme problemlos anwenden.



## Sara Rier

Mein Name ist Sara Rier und ich komme aus Völs am Schlern. Ich habe gute organisatorische Fähigkeiten und es fällt mir leicht, mich an vorgegebene Termine zu halten und ich bin eine kreative Problemlöserin.



# Unser Projekt

## Die Eisacktaler Genussreise

Im Rahmen ihres Maturaprojekts haben sich Laura, Sara und Julian zur Aufgabe gemacht, ein einzigartiges Erlebnis für die Gäste im Eisacktal zu entwickeln. Dies soll den Gästen die Tradition und die Geschichte des Tals näherbringen.



Aus dieser Idee ist die **Eisacktaler Genussreise** entstanden. Am 6. April 2024 findet eine geführte Wanderung mit anschließender Verkostung statt. Während der geführten Wanderung durch die Leitacher Weinberge werden die Teilnehmer über die Geschichte des Weinbaus im Eisacktal informiert. Im Anschluss findet eine Verkostung, gemeinsam mit der Kellerei Eisacktal statt. Bei der Pension Torggler in Gufidaun werden drei traditionelle Eisacktaler Gerichte mit Weinbegleitung serviert. Jedes der Gerichte erzählt dabei seine eigene Geschichte.





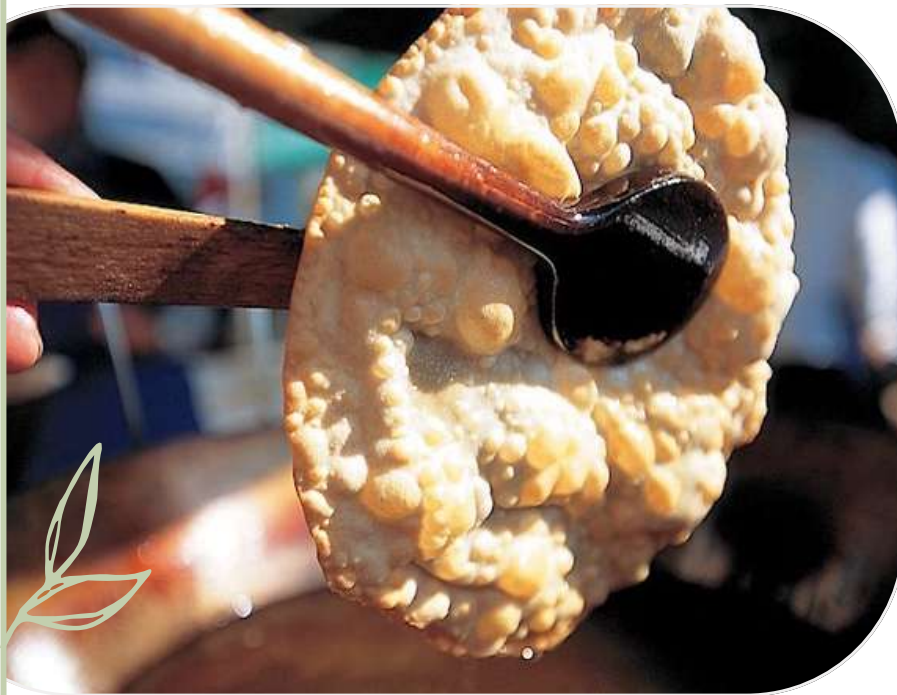
# Rezeptübersicht



# Vorspeisen



Birmehlschlutzer  
s.4



Spinattirtlen  
s.6



Schüttelbrotbandnudeln  
s.7



Eisacktaler  
Weißweinsuppe s.9

# Hauptspeisen



Plenteknödel s.11



Plentenmuas s.12



Schöpsernes s.13



Erdäpfelplattln s.15

# Nachspeisen



Mohnkräpfen s.17



Ofenplent s.19



Zwetschgenknödel s.21



Kniäkiächl s.23





## Birmehl - Das Braune Gold aus Verdings

Das Birmehl ist ein altbäuerliches Nahrungsmittel, das früher als Süßungsmittel den meist sehr teuren Zucker ersetzte. Zur Herstellung wird vor allem die heimische Ferchbirne eingesetzt. Zuerst wurden dabei die entkernten oder ganzen Birnen getrocknet und damit die sogenannten "Kloazen" erzeugt. Die gedörrten Birnen wurden dann zu Birmehl weiterverarbeitet. Die vielen Birnenbäume um Verdings bildeten die beste Ausgangslage für die Erzeugung von Birmehl, so dass die Ortschaft früher auch das "Birmehldorf" genannt wurde.

Während das süße Birmehl über Jahrhunderte hinweg für die ärmliche Landbevölkerung den meist sehr teuren Zucker ersetzte, ist es heute kaum mehr zu finden. Die Herstellung ist sehr aufwändig und zeitintensiv, dabei ist seine Verwendung vielfältig und macht die Speisen einzigartig. Das kleine Dorf Verdings setzt nun seit einigen Jahren auf die Wiederbelebung dieses altbäuerlichen Brauchtums. Ganz nach dem Leitbild Genuss, Kultur und Unterhaltung laden Gastwirte und Vereine zu einem kulinarischen Rundkurs zwischen Verdings und Pardell am eigens eingerichteten Birmehlweg ein. 2024 wurde die vom Aussterben bedrohte Ferchbirne von der Initiative "Baumgart" als Streuobst des Jahres ausgezeichnet.



# Birmehlschlutzer



40 Portionen

## Zutaten

### Für den Teig:

450 g Roggenmehl  
300 g Mehl  
3 Eier  
180 ml Wasser/Milch  
3 EL Öl  
etwas Salz

### Für die Füllung:

1 kg Spinat  
1/2 Zwiebel  
Mehl  
Milch  
Salz, Pfeffer, Muskat

### Zum Garnieren:

Braune Butter  
Parmesan

## Zubereitung

1. Für den Teig alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig kneten.
2. In Frischhaltefolie einwickeln und eine Stunde ruhen lassen.
3. Für die Füllung die Zwiebel in etwas Butter goldbraun andünsten. Mehl unter ständigem Rühren hinzugeben, bis es eine geschmeidige Masse wird.
4. Milch unter ständigem Rühren dazugeben und aufkochen lassen.
5. Den Spinat dazugeben und gut umrühren.
6. Zum Schluss mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken und auskühlen lassen.
7. Den Teig ausrollen, mit Spinat füllen und für ca. 3 Minuten kochen.
8. Mit brauner Butter und Parmesan garnieren.



## Weinempfehlung

### Aristos Sylvaner DOC

**Farbe:** grüngelb bis hellgelb

**Geruch:** elegant, frisch, fruchtig, Pfirsich, Grüner Apfel

**Geschmack:** frisch, kräftig, lang anhaltender Abgang



## Spinattirtlen

Südtiroler Tirtlen sind Teigtaschen, die in heißem Fett gebacken werden und in der Regel mit Spinat oder Sauerkraut gefüllt sind. Dieses traditionelle Gericht aus Südtirol wurde früher oft samstags auf den Bergbauernhöfen serviert. Heutzutage findet man Tirtlen oft auf den Doffesten in Südtirols.



## Weinempfehlung

**Chardonnay DOC, Kellerei Eisacktal, 2022**

**Farbe:** grünlich bis gelb

**Geruch:** trocken, lebhaft, mit angenehmer Fülle

**Geschmack:** frisch-fruchtig, zart, nach Ananas und Banane schmeckend





# Spinat-tirtlen

 4 Portionen

## Zutaten

### Für den Teig:

600 g Roggenmehl  
400 g Weizenmehl  
2 Eier  
2 TL Samenöl  
1 EL Wasser lauwarm  
Salz

### Für den Topfenteig

400 g gekochter, fein  
gehackter Spinat  
200 g Topfen  
1 gekochte, zerdrückte  
Kartoffel  
2-3 EL Schnittlauch  
Salz & Pfeffer  
  
Erdnussöl zum Backen

## Zubereitung

1. Für den Teig alle Zutaten mischen und zu einem glatten Teig kneten.
2. Teig zugedeckt etwa 30 Minuten rasten lassen.
3. Für die Fülle den Spinat mit dem Topfen, der Kartoffel, dem Schnittlauch gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Den Teig dünn auswalken und circa 10 cm runde Blätter ausstechen, etwas Fülle darauf geben, diese verstreichen und ein zweites Teigblatt darüber geben.
5. Die Ränder gut andrücken ("zusammenpitschen") und mit dem Teigrad rund abradeln.
6. Die Tirtlen in heißem Fett schwimmend für etwa 1-2 Minuten auf beiden Seiten herausbacken.



# Schüttelbrotnudeln



4 Portionen



## Weinempfehlung

Aristos Müller Thurgau Doc, Kellerei Eisacktal 2022

Farbe: gelb bis leicht strohgelb

Geruch: trocken, frisch, mineralisch, mit lebendiger Säure

Geschmack: intensiv, angenehm aromatisch, erinnert an exotische Früchte und Muska



## Zutaten

### Für den Teig

110 g Hartweizenmehl  
50 g fein gemixtes  
Schüttelbrot  
2 Eier  
1 TL Olivenöl  
Salz  
evtl. etwas Wasser

### Weiters

40 g Butter  
¼ Zwiebel, in Würfel  
geschnitten  
50 g Südtiroler Speck,  
in Streifen geschnitten  
50 g Bergkäse  
etwas gehackte  
Petersilie

## Zubereitung

1. Hartweizenmehl, gemahlene Schüttelbrot, Eier, Öl und Salz zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Sollte der Teig zu fest sein, etwas Wasser dazugeben.
2. Teig in Klarsichtfolie wickeln und 1 Stunde ruhen lassen.
3. Mit der Nudelmaschine oder einem Nudelholz dünn austreiben und in Tagliatelle schneiden.
4. In einer Pfanne Butter erhitzen, Zwiebelwürfel und Speckstreifen darin kurz anschwitzen.
5. Tagliatelle in Salzwasser bissfest kochen, abseihen und in der Pfanne schwenken. Schüttelbrot-Tagliatelle auf Teller verteilen, mit Bergkäse und Petersilie bestreuen.



# Eisacktaler Weißweinsuppe



4 Portionen



## Zutaten

500ml Fleischsuppe  
4 Eigelb  
250 ml Sahne  
250 ml Eisacktaler  
Silvaner  
3 Weißbrotscheiben  
Butter  
1 TL gemahlener Zimt  
Salz

## Zubereitung

1. Die Fleischsuppe in einem Topf erhitzen.
2. Eigelb, Sahne und Weißwein in einer Schüssel gut verrühren und dann zur Fleischsuppe gießen. Bei kontrollierter Hitze die Suppe mit dem Schneebesen schaumig schlagen. Achtung: Die Suppe soll nicht aufkochen!
3. Die Weißbrotscheiben in kleine Würfel schneiden, in Butter gleichmäßig anrösten und mit etwas Zimt bestreuen.
4. Suppe mit Salz abschmecken, in vorgewärmte Teller füllen und mit den gerösteten Weißbrotwürfel bestreuen.





## Unser Tipp

Für die Zubereitung eignet sich besonders:

**Aristos Sylvaner, Kellerei Eisacktal, 2022**

**Farbe:** grüngelb bis hellgelb

**Geruch:** frisch, kräftig, mit kerniger Säure

**Geschmack:** elegant, frisch-fruchtig, mineralisch-erdiger

Duft, erinnert an Pfirsich und grüne Äpfel

## Wussten Sie, dass...

...Weinsuppen schon in der Zeit der alten Römer und im Mittelalter beliebt waren? Früher wurden sie sogar als eine Art Heilmittel betrachtet und in alten Büchern über Medizin oft erwähnt.

Diese Suppe galt als richtiges Powerfood! Man sagte, sie sei gut fürs Gehirn, für das Herz und die Nerven.

Aber Achtung: Anders als andere Suppen sollte man Weinsuppe immer in Maßen genießen.

Die Hauptzutaten der Suppe sind Fleischbrühe, Weißwein, Sahne und Eigelb. Um den Geschmack zu verfeinern, kann Lorbeer oder geröstete Brotwürfel mit Zimt verwendet werden.







## Geschichte des Buchweizen in Südtirol

In Südtirol wird Buchweizen auch als "Schworzplentn" bezeichnet. Das Wort enthält "Plent", das an Polenta erinnert.

Doch Buchweizen hat keine Verbindung zur Polenta, da Polenta aus Mais hergestellt wird. Buchweizen zählt nicht zu den Getreidesorten wie Roggen, Weizen und Dinkel, sondern gehört zur Familie der Knöterichgewächse.

Im Winter wächst Roggen auf dem Acker, der im Frühjahr geerntet wird. Während des Sommers gedeiht der Buchweizen, der auf der Höhe der Kastanie angebaut wird und dann Anfang Oktober geerntet wird. Deshalb spricht man auch davon, dass Buchweizen als Zweitfrucht angebaut wird.

Früher wurde Buchweizen im Pustertal angebaut, aber am meisten konsumiert wurde er im Eisacktal. Dort gehörten "Plentenen Knödel" zu den alltäglichen Gerichten – außer sonntags, wenn weiße Knödel auf den Tisch kamen.

# Polenteknödel

 6 Portionen

## Zutaten

200 g Knödelbrot  
40 g Weizenmehl, gesiebt  
75 g Buchweizenmehl  
(Schwarzpolentamehl)  
125 g Bergkäse/Almkäse,  
gerieben  
50 g Butter  
40 g Zwiebel, brunoise  
75 g Lauch, fein  
geschnitten  
1 Knoblauchzehe, fein  
geschnitten  
75 ml Milch  
3 Eier  
2 EL Schnittlauch, fein  
geschnitten  
Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. Knödelbrot in die passende Schüssel geben
2. Beide Mehlsorten vermischen und mit dem Bergkäse/Almkäse unter das Knödelbrot mischen.
3. Zwiebel, Lauch und Knoblauch in Butter andünsten und dazugeben.
4. Warme Milch, Eier, Schnittlauch und Gewürze verrühren und unter das Knödelbrot mischen.
5. Den Knödelteig etwa 20 Minuten zugedeckt rasten lassen.
6. Knödel formen, in kochendes Salzwasser geben und etwa 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen.
7. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, gut abtropfen lassen, mit geriebenen Käse bestreuen und mit heißer, aufschäumender Butter abschmelzen.



## Weinempfehlung

**Aristos Grüner Veltliner, Kellerei Eisacktal, 2022**

**Farbe:** grünlich bis hellgelb

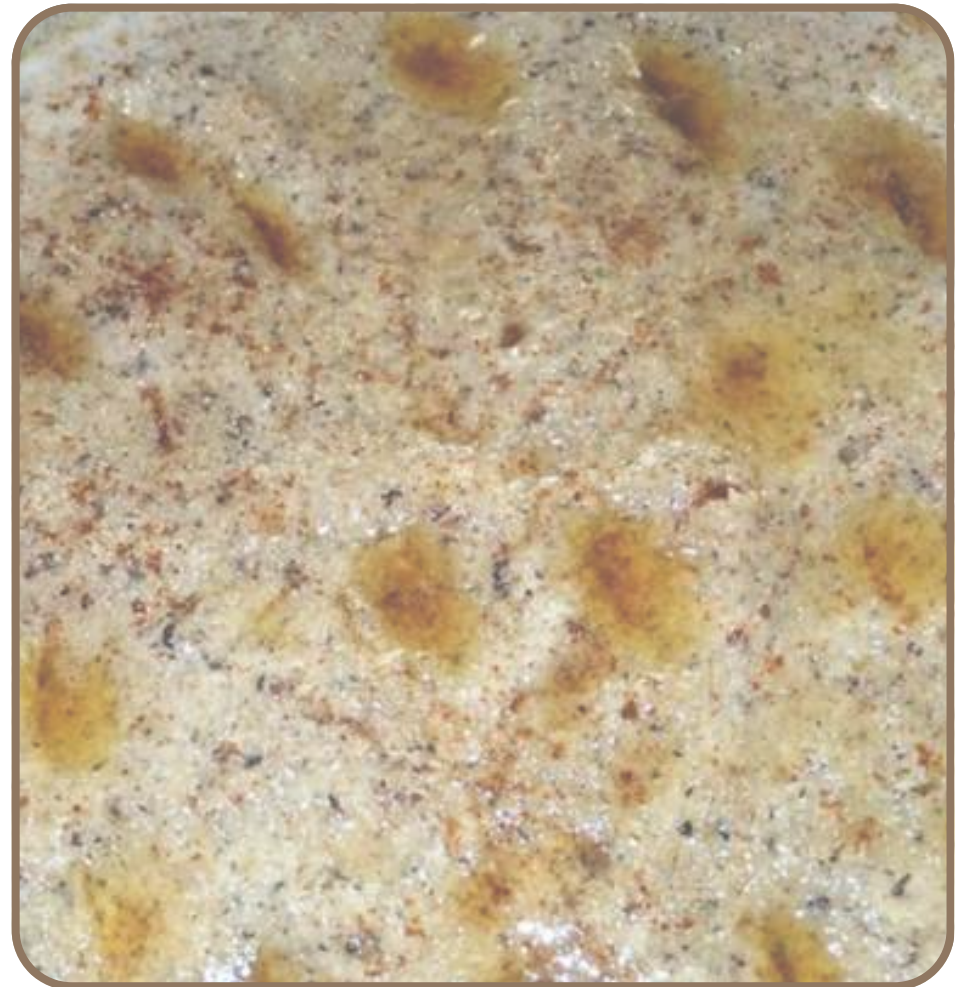
**Geruch:** angenehm würzig, frisch, leicht aromatisch

**Geschmack:** dezent, fruchtig, harmonisch



# Plentenmuas

Früher im Eisacktal wurde zum Frühstück oft das "Plentenmuas" genossen, eine herzhaft und nahrhafte Mahlzeit. Damals wurde es oft mit Kartoffeln zubereitet. Vor etwa 40 Jahren entwickelt sich jedoch eine süße Variante, bei der das Muas entweder mit "Holersulze" (schwarzer Holunder) oder mit Marmelade serviert wurde.



## Zutaten

500 ml Milch  
150 ml Wasser  
2 EL Weizenmehl  
4 EL Buchweizenmehl  
Salz  
Zerlassene Butter zum  
Abschmelzen

## Tipp

Zum Muas kann Holersulze (schwarzer Holunder) oder Marmelade serviert werden.

## Zubereitung

1. Eine Eisenpfanne auf den Herd stellen und mit Butter ausstreichen.
2. Darin das Wasser aufkochen, Milch dazugeben, salzen und nochmals aufkochen.
3. Das vermischte Mehl langsam unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen einrühren. 10 – 15 Minuteniterrühren, dann die Hitze reduzieren und ca. 10 Minuten ausdämpfen lassen. Dabei entstehen dann die sogenannten Schorren (=sind kleine knusprige Stücke die beim Kochen entstehen können.).
4. Mit brauner Butter abschmelzen und etwas auskühlen lassen.





## Zutaten

1,5 kg Lammfleisch  
(Schulter, Nacken oder  
Keule), in mundgerechte  
Stücke geschnitten  
600 g Kartoffeln  
(festkochend)  
1 Selleriestange  
1 Zwiebel  
2 Frühlingszwiebeln (oder  
2 Schalotten)  
1 Knoblauchzehe  
2 Karotten  
1 EL Tomatenmark  
¼ l Weißwein  
1 l Fleisch- oder  
Gemüsebrühe  
1 Lorbeerblatt  
1 Zweig Thymian  
1 Zweig Rosmarin  
Olivenöl zum Anbraten  
Salz, Pfeffer



# Schöpsernes



etwa 4 Portionen

## Zubereitung

1. Sellerie, Karotten, Zwiebel, und Frühlingszwiebel in kleine Würfel schneiden.
2. Das Lammfleisch in Olivenöl gut anrösten, salzen, pfeffern und herausnehmen.
3. Das klein geschnittene Gemüse in derselben Pfanne anrösten und das Tomatenmark zugeben. kurz durchschwenken und mit dem Weißwein ablöschen. Diesen etwas einreduzieren lassen.
4. Mit der Fleisch-/Gemüsebrühe aufgießen, die halbierte Knoblauchzehe, das Lorbeerblatt, den Thymian- und den Rosmarin-Zweig zugeben und zugedeckt für 20 Minuten schmoren lassen.
5. Die Kartoffel schälen, in Würfel schneiden und zum Eintopf geben. Die Koteletts und die Rippchen dazugeben. Weitere 20 Minuten schmoren und bei Bedarf noch etwas Suppe hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

### Tipps:

Für Schöpsernes wird auch Hammelfleisch verwendet. Dieses muss für etwa 1 ½ Stunden schmoren.



## Erdäpfelplattln

## Weinempfehlung

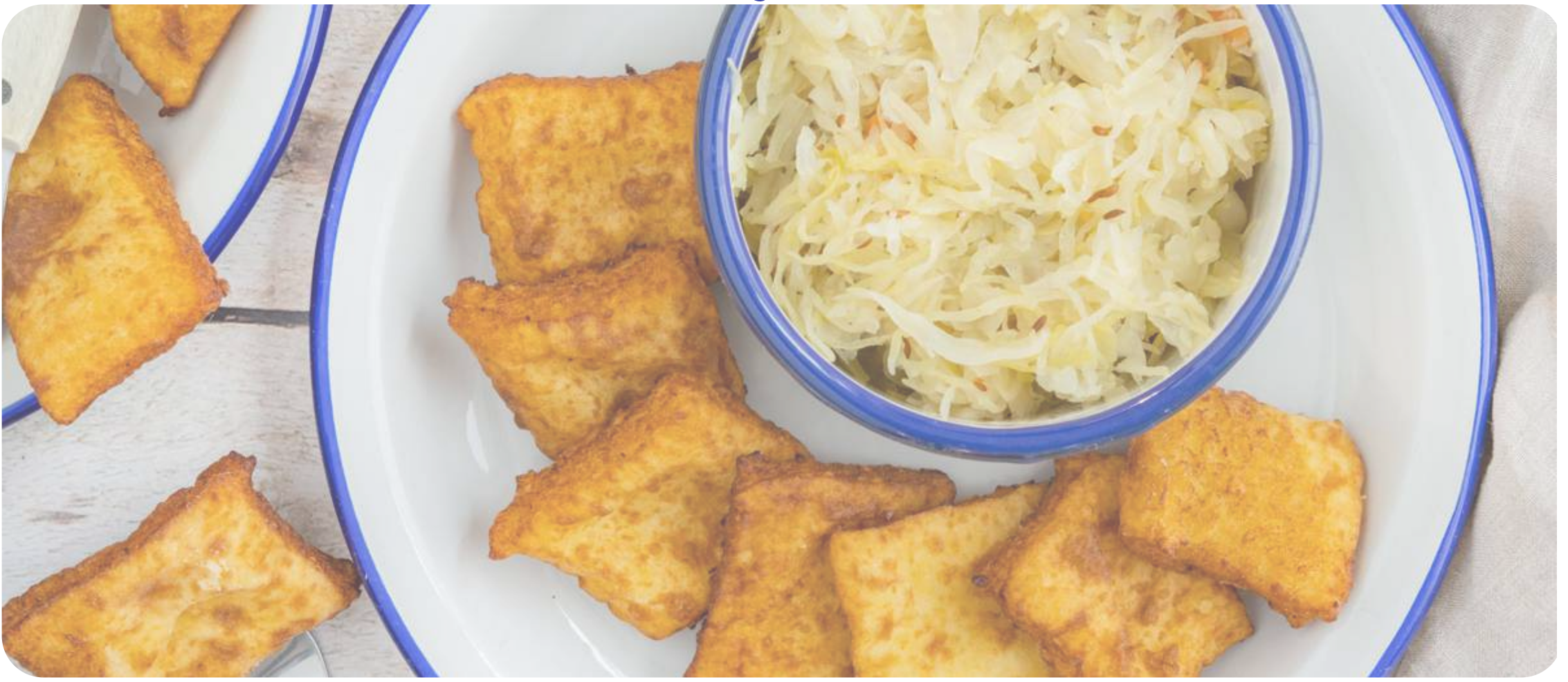


**Aristos Gewürztraminer DOC, Kellerei Eisacktal, 2022**

**Farbe:** grünlich bis gelb

**Geruch:** aromatisch, kräftig, würzig, körperreich

**Geschmack:** elegant, intensiv, aromatisch, mit dezentem frischen Duft nach Nelken und Vanille



# Erdäpfelplattln



etwa 5 Portionen

## Zutaten

### Für den Teig:

500 g Kartoffeln,  
mehlig, gekocht und  
passiert

40 g Eigelb

25 g Vollei

10 g Butter, zerlassen

Kümmel

25 g Hartweizenmehl

125 g Weizenmehl

### Weiteres

Erdnussöl

Sauerkraut



## Zubereitung

1. Die Kartoffeln mit Eigelb, Ei, Butter und Gewürzen gut vermengen.
2. Beide Mehlsorten vermischen, dazugeben und rasch zu einem Teig kneten.
3. Den Kartoffelteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche oder einem Nudelbrett 2-3 mm dick ausrollen.
4. Mit einem runden Ausstechen (6-8cm Durchmesser) Blätter ausstechen oder mit einem Teig- oder Krapfenrad in beliebige Stücke schneiden.
5. Die Teigblätter auf ein bemehltes Tuch legen und bereitstellen.
6. Die Teigblätter in heißem Fett bei etwa 180 Grad goldgelb backen, herausnehmen und auf Kürchkrepp legen.
7. Traditionell werden die Erdäpfelplattln mit Sauerkraut serviert.



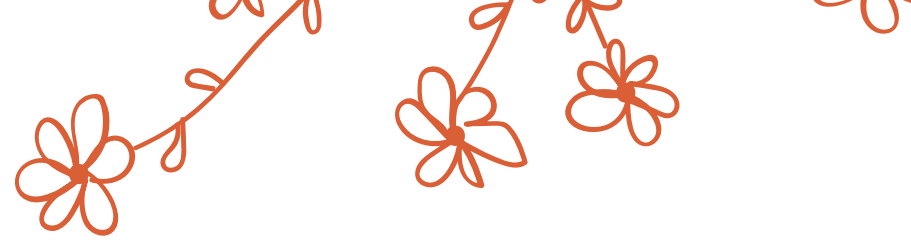
## Geschichte des Mohn in Südtirol

Der Mohn braucht kalte Füße - So sagt man in Südtirol und beschreibt damit treffend die Keimung des Schlafmohns: Er keimt bereits ab 3° C Bodentemperatur, hat eine Keimdauer von 1 bis 2 Wochen und eine langsame Jugendentwicklung.

Der Anbau von Mohn ist im Alpenvorland seit der Jungsteinzeit belegt, in Südtirol seit dem 13. Jahrhundert.

Mohn gedeiht in kühleren Regionen und im Berggebiet besonders gut. Hier ist auch der Ölgehalt höher als in wärmeren Gebieten. Damit die Pflanzen nicht abknicken, werden Schnüre zwischen die Pflanzen gespannt und der Mohnacker wird bevorzugt an windstillen und sonnigen Lagen angelegt. Während der Blüte und Samenreife benötigt der Mohn Sonne und Wärme.

Auch erzählt man sich, dass der Anbau von Mohn während der Faschistenzeit verboten wurde, weil er rot-weiß blüht.



# Mohnkrapfen

6 Portionen

## Zutaten

### Für den Teig:

500 g Weizenmehl  
60 ml Milch, lauwarm  
60 ml Öl  
60 ml Wasser, lauwarm  
1 EL Grappa  
1 EL Zucker  
2 Eigelb  
1 Ei  
Salz

### Für die Füllung:

200 ml Wasser  
250 g Zucker  
250 g Mohn, gemahlen  
1 EL Honig  
1 Msp. Zitronenschale, gerieben  
1/2 TL Zimt  
1 Pkg. Vanillezucker  
1 EL Rum

### Weiters:

Ei zum Bestreichen  
Fett zum Backen  
Staubzucker

## Zubereitung

1. Das Mehl in eine große Schüssel geben und mit der Milch, dem Öl, dem Wasser, der Grappa, dem Zucker, dem Eigelb, dem Ei und dem Salz vermischen, anschließend auf einer Arbeitsfläche zu einem glatten Teig kneten. 20 Minuten zugedeckt rasten lassen.
2. Das Wasser mit Zucker aufkochen, den Mohn dazugeben und kurz kochen lassen, Mit dem Honig, der Zitronenschale, dem Zimt, dem Vanillezucker und Rum abschmecken.
3. Den Teig in zwei Stücke teilen, mit der Nudelmaschine dünn austreiben und in 10 cm breite Streifen schneiden. Auf die Hälfte des Streifens die Füllung geben, nun den Rand mit dem verrührten Ei bestreichen, den Teig zusammenfalten, mit den Händen die Ränder andrücken und mit dem Teigrad die Krapfen abradeln.
4. Das Backfett erhitzen und die Krapfen auf beiden Seiten knusprig braun braun. Mit Staubzucker bestreuen und servieren.

**Backtemperatur: 190-200° Grad**

**Backzeit: 1-2 Minuten**





# Ofenplent

 4 Portionen



## Weinempfehlung

**Kerner Nectaris Passito DOC, Kellerei Eisacktal, 2021**

**Farbe:** intensiv goldgelb

**Geruch:** edelsüß, vollmundig, harmonisch

**Geschmack:** aromatisch, würzig, Duft nach getrockneten  
exotischen Früchten



## Zutaten

4 Eiweiß  
4 Eigelb  
400 g Weizenmehl  
200 g Zucker  
100 g Polentamehl  
400 ml Milch  
1 Päckchen Backpulver  
5 EL Samenöl  
Schale einer  
unbehandelter Zitrone  
  
Öl für die Form  
Semmelbrösel

## Zubereitung

1. Das Eiweiß steif schlagen, in den Kühlschrank stellen und die restlichen Zutaten zu einem weichen Teig rühren.
2. Das Eiweiß unter die Masse rühren.
3. Den Teig in eine geölte, mit Semmelbrösel bestreute Form geben.
4. Bei 180°C, 45 Minuten backen.

## Unser Tipp

Zum Ofenplent kann Apfelmus oder Apfelkompott serviert werden.





## Zwetschgenknödel

Schon seit dem späten Mittelalter ist die Zwetschge an den Barbianer Hängen heimisch. Bis weit in das 20. Jahrhundert hinein war sie gar ein wichtiges Exportgut des südlichen Eisacktals. Und noch heute wird die vitamin- und mineralstoffreiche Steinfrucht hier auf vielen Bauernhöfen angebaut und weiterverarbeitet.

### Fitnessfrucht

Erwähnenswert ist auch die gesundheitliche Wirkung der Barbianer Zwetschke. Sie ist reich an Vitaminen, Mineralstoffen und einer Fülle sekundärer Pflanzenstoffe und daher eine wahre Fitnessfrucht. Der hohe Kaliumgehalt regt die Nierentätigkeit und den Stoffwechsel an und fördert so die Entschlackung und den Fettabbau. Die Barbianer Zwetschke weist einen hohen Anteil an Sorbit auf, welches sonst als Ersatzsüßstoff dient und hier in der Natur vorkommt. Die blauen Früchte enthalten das Provitamin A, fast alle B-Vitamine und zahlreiche Spurenelemente – und stärkt so Nerven- und Immunsystem und die Widerstandsfähigkeit gegen Stress und Verstimmungen.



## Zutaten

### Für den Kartoffelteig:

450 g Karoffel, mehlig

2 Eigelb

1 EL Butter, zerlassen

130 g Weizenmehl

1 Msp. Muskatnuss,

gerieben

Salz

8 St. Zwetschgen

8 St. Würfelzucker

### Für den Kartoffeleig:

100 g Brotbrösel

50 g Zucker

1/2 TL Zimtpulver

### Weiters:

60 g Butter zum

abschmelzen



## Zwetschgenknödel

### Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, in große Stücke schneiden und in Salzwasser 20 - 30 Minuten weich kochen.
2. Abseihen und gut ausdämpfen lassen.
3. Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken, mit Eigelb und Butter vermischen und erkalten lassen.
4. Weizenmehl, Salz und geriebene Muskatnuss rasch unter die Kartoffelmasse kneten.
5. Den Teig sofort ausrollen und in acht gleiche Quadrate schneiden.
6. Die Zwetschgen waschen, vom Kern befreien und mit je einem Zuckerwürfel füllen.
7. Die Teigquadrate um die Zwetschgen wickeln, gut verschließen und zu Knödel formen.
8. Die Knödel in reichlich Salzwasser etwa 15 Minuten kochen.
9. Für die süßen Bröseln: Brotbröseln in einer Pfanne trocken rösten, Zucker und Zimt dazugeben und einige Male durchschwenken.
10. Die Knödel aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen und in den süßen Bröseln wälzen. Die Knödel anrichten und mit heißer, aufschäumender Butter anrichten.

# Kniakiachl

## Weinempfehlung



**Kerner Nectaris Passito DOC, Kellerei Eisacktal, 2021**

Farbe: intensiv goldgelb

Geruch: edelsüß, vollmundig, harmonisch

Geschmack: aromatisch, würzig, Duft nach getrockneten  
exotischen Früchten



## Zutaten

10 g Hefe, zerbröckelt  
40 ml Milch, lauwarm  
25 g Zucker  
175 g Weizenmehl,  
gesiebt  
20 g Butter, zerlassen  
2 Eigelb  
1 TL Vanillezucker  
5 ml Rum  
1 Msp. Zitronenschale,  
gerieben  
  
50 g  
Preiselbeermarmelade  
Staubzucker  
  
Erdnussöl

# Kniakiachl

## Zubereitung

1. Für das Dampfl die zerbröckelte Hefe in etwa die Hälfte der lauwarmen Milch auflösen, etwas Zucker dazugeben und mit etwas Weizenmehl zu einem dickflüssigen Teig anrühren.
2. Das Weizenmehl in eine passende Schüssel geben und in der Mitte eine Mulde machen.
3. Das angerührte Dampfl in die Mulde geben und bei maximal 33 Grad etwa 15-20 Minuten zugedeckt aufgehen lassen.
4. Zerlassene Butter mit Eigelb und Aromen gut verrühren und zum Dampfl geben, mit dem restlichen Weizenmehl gut vermengen, bis ein weicher, nicht zu fester Teig entsteht.
5. Diesen Teig wiederum bei maximal 35 Grad zugedeckt um das Doppelte aufgehen lassen.
6. Den Teig auf einer bemehlten Fläche etwa 1 cm dick ausrollen und mit einem runden Ausstecher ausstechen.
7. Die Teigstücke auf ein bemehltes Tuch legen, zudecken und nochmals aufgehen lassen.
8. Die Teigstücke von der Mitte ausgehend leicht auseinanderziehen, mit der Oberseite in das heiße Erdnussöl geben und beidseitig herausbacken.
9. Das Kniakiachl auf Küchenkrepp gut abtropfen lassen, mit Preiselbeermarmelade füllen und mit Staubzucker bestreut servieren.

**Temperatur Backfett: 160-180 Grad**

**Backzeit 4-6 Minuten**





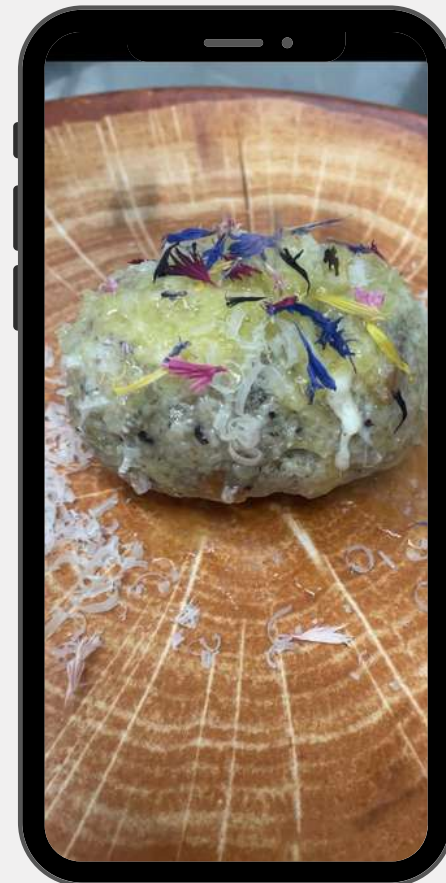
# QR-Codes zum Scannen



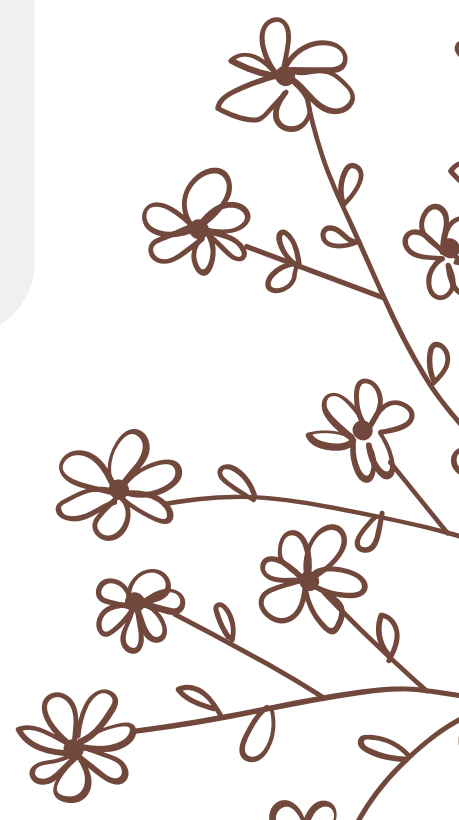
HERSTELLUNG DER  
BIRMEHLSCHLUTZER



HERSTELLUNG DER PLENTENEN  
KNÖDEL



HERSTELLUNG DER  
MOHNKRAPPEN



# Unser Partner



## Kellerei Eisacktal

Gemeinsam mit der Kellerei Eisacktal wurde die Verkostung realisiert und die Weinempfehlungen zu den Gerichten ausgearbeitet.



## Tourismusverein Klausen

Gemeinsam mit dem Tourismus Verein Klausen wurde das Event und das Projekt realisiert.



## Antonia Fink

Durch die langjährige Erfahrung in der Gastronomie hat die Gruppe gemeinsam mit Antonia Fink, aus Brixen die Geschichte der Gerichte erarbeitet.





# Schlusswort

**Liebe Leserinnen und Leser,**

wir möchten uns von Herzen bei Ihnen für Ihre Zeit und Ihr Interesse an unserem Maturaprojekt bedanken. Die Reise, die wir gemeinsam durch die kulinarischen Welten unternommen haben, war für uns drei Maturanten eine unglaublich bereichernde Erfahrung.

Es war uns eine Freude, unsere Leidenschaft für gutes Essen und Kochen mit Ihnen teilen zu können. Von traditionellen Gerichten bis hin zu kreativen Neuschöpfungen - wir hoffen, dass wir mit unserem Rezeptbuch nicht nur den Gaumen erfreuen können, sondern auch die Freude am Kochen geweckt haben.

Ein Projekt wie dieses wäre ohne die Unterstützung und Ermutigung unserer Partnerbetriebe nicht möglich gewesen.

Möge unser Rezeptbuch Sie auf diesem köstlichen Weg begleiten.

Mit den besten Wünschen und kulinarischen Grüßen,

Ihre drei Maturanten  
Laura, Sara und Julian



