

30 g Butter
60 g helles Paniermehl
80 g Griess
1 Liter Fleischbouillon
(aus Würfeln)
1 Bund Kerbel oder
Petersilie, gehackt
50 g Greizer, gerieben
50 g Sbrinz, gerieben

Schnell eingebrockt und gern ausgelöffelt:

ZÜRCHER OBERLÄNDERSUPPE

(4 Personen)

Paniermehl und Griess in der erhitzten Butter 3–4 Minuten rösten. Unter Rühren mit der Bouillon ablöschen und 10 Minuten köcheln lassen. Kräuter zufügen, kurz aufkochen und den Käse darin schmelzen (nicht mehr kochen). In vorgewärmte Teller oder Tassen anrichten.

Tip: Die Suppe kann zusätzlich mit geriebenem Käse bestreut oder mit gerösteten Zwiebelringen garniert werden.

einfach,
preisgünstig

einfach,
preisgünstig

So hat ihn jeder gern:

SPINATKUGELN THURGAUERART

(4 Personen)

500 g Kartoffeln, geschält,
in Würfel geschnitten

300 g Spinat, blanchiert,
gehackt

150 g Mehl

2–3 Eier

120 g Rahm-Tilsiter,
gerieben

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Kartoffeln in Salzwasser knapp garkochen, in ein Sieb leeren, gut abtropfen lassen, durchs Passevite treiben und auskühlen lassen. Den gut ausgedrückten Spinat, Mehl, Eier und Rahm-Tilsiter zufügen, würzen und alles gut verkneten. Die Masse mit kalt abgespülten Händen zu ca. 5 cm grossen Kugeln formen. In köchelndem Salzwasser in ca. 10 Minuten garziehen lassen. Mit der Schaumkelle herausheben und auf eine vorgewärmte Platte anrichten.

Tip: Die Spinatkugeln können auch mit einer Zwiebelschweize angereichert werden. Passt zu Saucenfleisch.