



Schweinslungenbraten „Colbert“ mit Prinzenkrapferl

Seminarbäuerin Elfriede Schachinger aus Schlatt

Schweinslungenbraten

Zutaten: 1 Stk. Schweinsnetz (oder Alufolie), 80 g Selchspeck (dünn geschnitten), 1 Schweinslungenbraten (ca. 350 g), 1 kleiner Kohlkopf, 100 g Champion, 50 g Fett oder Öl, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Kümmel, Wasser oder Suppe zum Aufgießen, ev. Maizena zum Binden

Zubereitung: Schweinslungenbraten mit Salz, Pfeffer, Paprika und etwas Kümmel würzen und in heißem Fett auf beiden Seiten goldbraun anbraten.

Gewässertes Schweinsnetz (od. Alufolie) auf ein Brett legen, mit den Speckscheiben belegen. Kohlblätter kurz in Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und den Strunk herausschneiden. Diese dann über den aufgelegten Selchspeck breiten und ev. noch etwas salzen und pfeffern. Nun feingehackte Zwiebel und Champions in Öl im Bratenrückstand anrösten und leicht im eigenen Saft dünsten. Mit dieser Masse die Kohlblätter bestreichen. Den Lungenbraten darauflegen und im Schweinsnetz fest zusammenrollen. Den Netzbraten in eine geeignete Pfanne oder auf ein Backblech legen mit Suppe übergießen.

Ins vorgeheizte Backrohr schieben und bei 160°C ca. 35 Min. braten und dazwischen immer fleißig begießen.

Prinzenkrapferl

Zutaten: 1 kg mehlig Erdäpfel, 100 g Butter, 40 g Reibkäse, 2 Eier, Salz, Muskat, Ei zum Bestreichen

Zubereitung: Die gekochten Erdäpfel schälen und sofort durch die Kartoffelpresse drücken. Butter, Eier, Reibkäse, Salz und Muskat untermischen und rasch zu einem Teig verarbeiten. Diese Masse in einen Dressiersack füllen und kleine Krapferl auf ein vorbereitetes Backblech spritzen, mit Ei bestreichen und bei 180°C ca. 15 Min. backen.

Gutes Gelingen wünschen:



Einkaufsadressen:

Hier gibt's Milchprodukte, Käse Kuh*, Schaf, Ziege***

Familie Grabner*	Laiter 4	4894 Oberhofen	06213/8380
Familie Innerlohninger*	Radau 11	4882 Oberwang	06233/ 8308
Familie Mayr*	Reichholz 20	4852 Weyregg	07664/3122
Familie Preuner*	Halt 2	4873 Frankenburg	07683/8663
Familie Rosner***	Katterlohen 4	4880 Berg	07667/ 80 49
Familie Spitzer**	Traschwandt 1	4882 Oberwang	06233/ 8376
Familie Strobl*	Achenstraße 5	5310 Mondsee	06232/ 42 23
Familie Wiener*	Hötzing 2	4870 Vöcklamarkt	07682/6596

Hier gibt's Schweinefleisch/-produkte

Familie Niedermayr	Hainbach 5	4861 Aurach am Hongar	07662/ 8987
Familie Pillichshammer	Stein 2	4851 Gampern	07682/8020

Hier gibt's Erdäpfel

Familie Ammer	Glatzing 2	4690 Rüstorf	(07673) 2354
Familie Friedl	Engelsheim 10	4841 Ungenach	(07672) 8200
Familie Hausjell	Unterachmann 10	4860 Lenzing	(07662) 2106
Familie Niedermaier	Schlatt 12	4691 Breitenschützing	(07673) 2484
Familie Ranseder	Steinbach 6	4861 Schörfing	(07662) 2010
Familie Schablinger	Iming 4	4692 Niederthalheim	(07673) 7446

Hier gibt's Gemüse* und Gewürze und Dinkel*****

Familie Friedl*	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Eder**	Hainbach 3	4692 Niederthalheim	07673/ 7179
Familie Grausgruber**	Hinterschützing 6	4691 Schlatt	07673/2910
Familie Lohninger **	Truchtlingen 3	4890 Weißenkirchen	07684/ 8272
Familie Neuhuber **	Philippenberg 3	4690 Schlatt,	07673/ 4246
Familie Niedermaier*, **	Schlatt 12	4691 Breitenschützing	07673/ 24 84
Familie Schablinger*, ***	Iming 4	4692 Niederthalheim	(07673)7446

Hier gibt's Kümmel

Familie Perner*	Schmidham 2	4841 Pilsbach	07672/29747
-----------------	-------------	---------------	-------------

Hier gibt's Eier

Familie Hausjell	Unterachmann 10	4860 Lenzing	07662/ 21 06
Familie Lohninger	Steindorf 5	4863 Seewalchen	07662/ 28 42
Familie Pillichshammer	Stein 2	4851 Gampern	07682/8020
Familie Reither	Schacha 1	4844 Regau	0676/ 564 17 50

Homepage der Direktvermarkter: www.gutesvombauernhof.at, www.genussland.at

Kostenlose Rezeptheft und Lebensmittelinfo: www.ama-marketing.at

Unsere Bauernmärkte im Bezirk:

Bauernmarkt MONDSEE	Marktplatz, Ende Mai bis Ende Oktober, jeden Samstag, 8:30 -12:00 Uhr
Bauernmarkt REGAU	Markthalle Regau, jeden Freitag, 16:00 - 19:00 Uhr
Bauernmarkt SCHWANENSTADT	Gmundner Straße, Sparkassenplatz, jeden Samstag, 8:30 - 12:00 Uhr

Gutes Gelingen wünschen:

