

Öise Lade 5-2009, p. 62

Savens vegnan ellas sutstimadas e spretschadas sco ina verdura sanadaivla, però pauc savurusa. Las rischmelnas – i dat schizunt era sorts alvas u violettas – èn però tut autras che lungurusas. Gist l'enviern, cura che las tomatas e



Rescuvri las rischmelnas!

blers auters legums han pauc gust, è il suandant recept in'alternativa zunt delicata, nutritiva e pauc cumplitgada da preparar: la schuppa da crema da rischmelnas cun paiver verd. Per quatter persunas dovr'ins 300 g rischmelnas, 1 tschagula, 25 g paintg, ½ dl Martini (vermut), 5 dl broda da verdura, 2 dl groma e var 30 grauns da paiver verd. Luar il paintg e pargialar lien las rischmelnas e la tschagula taglia-das en pitschens quadrels. Stidar cun Martini ed agiuntar la broda da verdura. Coier fin che la verdura è bain loma. Metter la schuppa en il mixer e purar. Svidar enavos la schuppa en la padella ed agiuntar ca. 1 dl groma. Ils grauns da paiver verd vegnan derschentads cun aua chauda, struclads cun ina furtgetta e repartids sin ils plats da schuppa stgaurads. Servir la schuppa e metter en mintga plat anc in detg tschadun groma sbattida. Per far la schuppa anc pli squisita, la pon ins era servir en in magiel u ina cuppina. Ulteriurs recepts tradiziunals delizius davent da l'avantpast fin al dessert u al menu da plirs plats, recepts da biscuits, da paun e da sirups chattais Vus en il cudesch da cuschinar «Cuschigna surmirana», edì sco versiun sinoptica tudestg-rumantscha.

Bler plaschair da rescuvrir la cuschina tradiziunala indigena e stai bainin!

Cordialmain



Angela Schmed