

### Recepts rumantsch

In der dieser Ausgabe wollen wir uns der romanischen Küche zuwenden. Es werden drei traditionelle Gerichte in Rezeptform vorgestellt, die auch über die Grenzen des romanischen Sprachgebiets hinaus grosse Beliebtheit erlangt haben.

Il tema da questa ediziun è la cuschina rumantscha. Ils recepts da trais tratgas tradiziunalas vegnan preschentads, tratgas cun ina gronda popularitad era sur ils cunfins dal territori rumantsch ora.

### CAPUNS

#### Ingredientzas

500 g farina  
4 ovs  
1 presa sal  
2–3 dl aua u latg, u mez e mez  
150 g schambun criv  
150 g charnpiertg  
1 salsiz  
1 «Landjäger»  
erva tschurra, peterschigl, tschagugliuns, verd da tschagula, urtais

#### Preparaziun

Far ina pasta da bizochels plitost sitga. Manizzar viaden la charn en fins quadrels, la tschagula, tschagugliuns, erva tschurra e peterschigl, maschadar tut en la pasta da bizochels. Lavar ils urtais, metter viaden in tschadun pitschen pasta, rudlar en els e fermar bain cun il moni dals urtais. Laschar buglir l'aua, ensalar, metter en ils capuns e far coier els 15–20 minutas. Prender ils capuns or da l'aua e metter els en ina stgadella chauda. Springir suren chaschiel sgrattà e derscher surengiu paintg chaud.

### SCHUPPA DA GIUTTA

#### Ingredientzas

60 g giutta  
1.5 l aua  
1 tschadun ieli  
1 por gross  
2 fegls da seller  
1/2 ragischs da seller  
1/2 giabus  
2 rischs melnas  
2–3 tartuffels  
150 g charnpiertg u in toc cutga  
450 g charn fimentada  
1 feglia d'arbaja  
3 groffels  
3 tschaduns latg  
20 g paintg

<b>auzar giu</b>	abschöpfen
<b>agiunscher</b>	beifügen
<b>brassar</b>	braten
<b>brin</b>	braun
<b>buglia da maila</b>	Apfelmus
<b>buglir</b>	kochen (sieden)
<b>charnpiertg</b>	Speck
<b>chaschiel sgrattà</b>	Reibkäse
<b>chazzetta</b>	Pfanne
<b>coier</b>	kochen
<b>cuntè</b>	Messer
<b>cuntuadamain</b>	fortwährend
<b>derscher</b>	leeren
<b>dir</b>	hart
<b>emplenida</b>	Füllung
<b>ensalar</b>	salzen
<b>erva tschurra</b>	Krauseminze
<b>farina</b>	Mehl
<b>fimentà</b>	geräuchert

#### Preparaziun

Metter la giutta grossa en 1 1/2 aua gia la saira avant. Ussa lavar e tagliar la verdura en quadrels e la stufar en ina chazzetta gronda cun in pau ieli. Agiunscher l'aua cun la giutta ed anc duas ulteriuras scadiolas aua. Cura che l'aua buglia agiunscher la charnpiertg e la charn fimentada. Laschar la chazzetta sin pitschen fieu per duas fin trais uras. Attenziun da betg agiunscher memia bler sal, perquai che la charn fimentada è gia ensalada. Avant che servir metter en la stgadella da schuppa in toc paintg, in pau latg u groma ed in zic peterschigl manizzà. La tratga gusta grondius cun in toc paun e vin Vuclina.

### TURTA DA NUSCH ENGIADINAISA

#### Ingredientzas

150 g paintg  
150 g zutger  
1 ov  
1 praisa sal  
300 g farina

#### Preparaziun

Laschar vegnir lom il paintg en la cuschina, agiunscher il zutger e truschar bain. Agiunscher l'ov, il sal e la farina e maschadar tut bain. Metter a fraid per almain in'ura. Rasar ora in terz da la pasta cun in pau farina sin in palpiri da pergamina. Cun in cuntè tagliar suenter l'ur da la furma da turta. Cun ina furtgetta decorar e far in pèr forinas per che l'aria possa sortir. Metter quest viertgel en la frestgera per 10 diesch minutas per ch'el daventia dir. Metter il rest

<b>forina</b>	kleines Loch
<b>furma da turta</b>	Springform
<b>furn</b>	Ofen
<b>giabus</b>	Kohl
<b>giutta</b>	Gerste
<b>grattar</b>	raffeln
<b>groma</b>	Rahm
<b>manizzar</b>	fein hacken
<b>maschadar</b>	vermischen
<b>mellen brin</b>	goldgelb
<b>moni</b>	Stiel
<b>mundar</b>	schälen
<b>nusch</b>	Nuss
<b>paintg</b>	Butter
<b>paira tosta</b>	Dörrbirnen
<b>palpiri da pergamina</b>	Pergamentpapier
<b>pitschen fieu</b>	kleine Flamme
<b>pasta</b>	Teig
<b>peterschigl</b>	Petersilie

da la pasta en la furma da turta cun in ur d'ina autezza da 3 cm.

#### Ingredientzas per l'emplenida

300 g zutger  
1 tschadun aua  
2 dl groma  
200 g nuschs  
1 tschadun mandels mieuts

Ustrir il zutger brin fin ch'el stgima levamain. Agiunscher l'aua e truschar bain (pigliar la chazzetta giu dal fieu). Laschar vegnir in pau fraid ed alura agiunscher las nuschs. Metter l'emplenida sin la pasta en la furma da turta, metter suravi il viertgel. Metter la turta en il furn fraid. Far coier durant 10 min. a 250 °, suenter durant 20–30 min. a 180 °.

### BIZOCHELS CUN GIABUS

#### E PAIRA TOSTA

#### Ingredientzas

300 g farina  
2 ovs  
1 dl aua  
1 dl latg  
1 tschadun pitschen sal  
1/4 giabus  
4 pairs tosts  
100 g chaschiel sgrattà  
paintg

#### Preparaziun

Far la pasta da bizochels, manizzar la paira tosta e truschar en la pasta, laschar ruassar ina mes'ura. Tagliar il giabus en strivlas. Laschar buglir l'aua, ensalar, metter il giabus en l'aua e laschar coier 10–15 minutas. Far en ils bizochels. Auzar giu ils bizochels, springir

<b>quadrel</b>	Würfel
<b>rasar</b>	auslegen
<b>rudlar</b>	rollen
<b>scadiola</b>	Tasse
<b>schambun criv</b>	Rohschinken
<b>sitg</b>	trocken
<b>springir</b>	bestreuen
<b>stgadella</b>	Schüssel
<b>stgimar</b>	schäumen
<b>strivlas</b>	Streifen
<b>stufar</b>	dämpfen
<b>truschar</b>	verrühren
<b>tschadun pitschen</b>	Teelöffel
<b>tschagugliuns</b>	Schnittlauch
<b>tschagula</b>	Zwiebel
<b>urtais</b>	Mangold
<b>ustrir</b>	rösten
<b>viertgel</b>	Deckel
<b>vin Vuclina</b>	Veltliner

suren chaschiel sgrattà e derscher surengiu paintg chaud.

### MALUNS

#### Ingredientzas

1 kg tartuffels cotgs,  
sche pussaivel dal di avant  
300 g farina  
1 tschadun sal  
paintg

#### Preparaziun

Mundar grattar ils tartuffels. Maschadar ils tartuffels grattads cun la farina ed il sal. Luentar il paintg en la chazzetta da brassar e brasar ils maluns, prender mo pitschnas purziuns a la giada. Truschar cuntinuadamain ed agiunscher paintg, sch'i fa da basegn. Brassar ils maluns sin pitschen fieu fin ch'els daventan mellen brins e survegnan in pau crusta. Sch'ins als brassa en pliras purziuns metter anc ina giada tuts ensem en la chazzetta a la fin. Gusta stupent cun buglia da maila, in café cun latg u in bun toc chaschiel.

Funtaunas: Pierina Caminada. Daletgs culinars per in e scadin. Vrin; La Padella. Recepts ramassos e miss en padella da Cilgia Nogler-Pedrun. Reediziun cumbinada 2004. Tschlin: Il Chardun.

### Adressa LR

Lia rumantscha  
Via da la Plessur 47  
7001 Cuir  
telefon 081 258 32 22  
fax 081 258 32 23  
liarumantscha@rumantsch.ch