

Rezepte «Eusi Landchuchi»

Gartensalat im Maiehäfelì

Vorspeise von Marc Schlotterbeck

für 4 Personen

Maiehäfelì

- 100 g Halbweissmehl, Weizen
- 100 g Halbweissmehl, Dinkel
- 50 g frisch, fein gemahlener Dinkel
- 1 Prise Himalaya-Salz
- 1 Prise Rohrohrzucker
- 10 g frische Hefe
- 1,25 dl Wasser, lauwarm
- 3 EL Olivenöl
- Maisgriess und Halbweissmehl
- 4 Tontöpfe 11 cm Durchmesser, gewässert

Mehle mehrmals gesiebt in eine Teigschüssel geben. Dinkel und Himalaya-Salz zugeben und mischen. eine leichte Vertiefung bilden. Die Rohrohrzucker und Hefe in ein kleines Schüsselchen geben und mit wenig lauwarmen Wasser anrühren. Die angerührte Hefe in die Vertiefung geben. Restliches lauwarmes Wasser und Olivenöl zugeben und mit einer Kelle rührend von der Mitte her das Mehl langsam einarbeiten. Den Teig aus der Teigschüssel nehmen und gut durchkneten, bis der Teig weich und glatt ist. Den Teig in die Teigschüssel zurückgeben und mit einem feuchten Küchentuch bedeckt 24 Stunden im Kühlschrank gehen lassen.

4 ungebrauchte Tonblumentöpfe mit einem Durchmesser von 11 cm in kaltem Wasser wässern, bis sich das Topfmaterial mit Wasser vollgesaugt hat (analog Römertopf). Vor dem Gebrauch aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen.

Den Backofen auf 180° Grad vorheizen. Ein Backblech bereitstellen.

Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und in 4-6 Portionen teilen. Auf wenig Maisgriess / Halbweissmehl möglichst dünn rund auswallen. Die Tonblumentöpfe leicht bemehlen und auf das Backblech stellen. Je eine Teigplatte darüber legen. Darauf achten, dass der Teig nicht bis ganz auf das Blech zu liegen kommt.

Das Blech in den Backofen schieben und bei 180° Grad solange backen, bis die Formen eine schöne Farbe angenommen und sich knusprig anfühlt. Blech aus dem Backofen nehmen. Den Brotteig möglichst umgehend von den Tonblumentöpfen nehmen (kleben sonst sehr schnell). Die Maiehäfelì auskühlen lassen.

Gartensalat

- ½ Kopfsalat
- 50 g Spinatblätter
- 100 g saisonale Wildkräuter (Gierschblätter, junger Löwenzahn, Vogelmierespitzen, junge Spitzwegerichblätter, rote Melde, Gartenmelde, etc.)
- Gemüseblüten und -knospen (Rosenkohl und Federkohl)
- 3 EL kalt gepresstes Olivenöl
- 2 EL naturtrüben Apfelessig
- Himalayasalz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Knoblauchzehen, sehr fein geschnitten
- versch. Kräuter: Ysop, Thymian, Majoran
- 2 gekochte Laufenten-Eier

Kopfsalat, Spinatblätter, Wildkräuter waschen und gut abtropfen lassen. Anschliessend in eine Salatschüssel geben.

Olivenöl, Apfelessig, Himalayasalz, Pfeffer, Knoblauch und Kräuter zusammen mischen, rühren bis das Salz aufgelöst ist und dann kurz vor dem Servieren zum Gartensalat geben. Mischen und in die Maiehäfel abfüllen.

Anrichten

Salatsauce zum Gartensalat geben und mischen. Den Salat in Maiehäfel und auf den Vorspeiseteller anrichten. Das Maiehäfel zum Salat stellen und mit den Laufenten-Eiervierteln ausgarnieren.