

PHSG – HeS20 Kulturelle Aspekte der Nahrungszubereitung

Hindersi Äplermagronen mit Apfelmus

Bildweiser Familienrezept – LNW



Andrina Wellauer
12.11.2020



Zugedeckt auf grosser Stufe erwärmen, bis es zischt. Sofort auf kleine Stufe zurückschalten.

Tip: Wenn der Dampfzug laut ist, hört man das Zischen schlecht → einfach kurz den Deckel heben, um zu hören, ob es bereits zischt.



Zimtstange vor dem Mixen entfernen.



Mixen

Tip: Damit die Pfanne nicht zerkratzt wird, gedämpfte Äpfel in Litermass oder ähnliches Gefäss zum Mixen umgiessen.



Auskühlen - Zugedeckt kühl stellen!

Tipp: In einer grossen kalten Schüssel kühlt das Apfelmus schneller ab als in der warmen Pfanne.

Hindersi Äplermagronen



Mise en place:

- Zwiebeln, Butter, Magronen, Sbrinz, **fest kochende** Kartoffeln, Gemüsebouillon, Rahm, Salz und Pfeffer
- Pfanne mit Deckel, Bratschaufel, Röstiraffel, Rüstmesser, Schneidebrett, Sparschäler



- 1) Zwiebel halbieren
- 2) längs in Streifen schneiden



Zwiebel hacken (vgl. TT S. 176).

Tipp, um Tränen zu verhindern:

- Schneidebrett mit Wasser anfeuchten.
- Einen Schluck Wasser in den Mund nehmen.



Zwiebelstreifen hellbraun rösten.

ACHTUNG: zu dunkel geröstete Zwiebeln schmecken bitter!

Tipp:

- Vor dem Herausnehmen Butter abtropfen lassen (siehe Bild).
- Geschirr vor Beginn des Röstens bereitstellen.



Die **gehackten** Zwiebeln in derselben Pfanne andämpfen.



Magronen und Kartoffeln kurz mitdämpfen.



Bouillon dazugießen.



Aufkochen



Hitze reduzieren.

Zugedeckt, unter gelegentlichem Rühren
ca. 10 Minuten knapp weich kochen.



Sobald die Flüssigkeit **eingekocht** ist,
Pfanne von Herdplatte nehmen.

- 1) Rahm dazugiessen
- 2) Sprinz sorgfältig daruntermischen
- 3) Mit Salz und Pfeffer abschmecken



Anrichten und geniessen!

«En Guete Appetit»