

Vielfältig wie noch nie!

Das Chnöpfler-Set – die Eintrittskarte in eine neue Welt des Chnöpfligenusses! Ob vielfältige Chnöpfl als raffinierte Beilage oder etwas grössere Chnöpf als feine und unkomplizierte Hauptmahlzeiten, mit den beiden Sieben, dem Teigschaber und diesen Rezepten ist alles möglich. Sogar einem delikaten runden Dessert steht nichts im Wege. Beim Testen haben wir die grösseren Chnöpf richtig lieben gelernt, weil sie einfach so toll aussehen. Wir haben uns sogar gefragt, warum wir nicht schon lange ein Sieb für Chnöpf erfunden hatten. Aber wie dem auch sei, jetzt ist es da! Ob gross oder klein, der Aufwand für unsere Hit-Rezepte ist gering, der Genuss dafür riesig. Am besten gleich ausprobieren und staunen!

Herzlich

Betty Bossi



Hinweis zum Chnöpfler-Set

Das Chnöpfler Set besteht aus 2 Sieben mit 2 Lochgrössen, Teigschaber und Kochbuch. Die Siebe sind aus hitzebeständigem Kunststoff mit Antirutsch-Flächen für sicheren Halt. Geeignet für Pfannendurchmesser von 18–24 cm. Spülmaschinengeeignet. Hinweis: Nicht geeignet für Bratpfannen.

INHALT

Chnöpfl-Grundrezept	3
viel sagend	
Schweizer Chnöpf	4
viel diskutiert	
Unerwartete Chnöpf	14
viel schichtig	
Raffinierte Chnöpf	22
viel gefragt	
Klassische Chnöpf	30
viel gereist	
Internationale Chnöpf	38
viel gepriesen	
Währschafte Chnöpf	48
viel geliebt	
Süsse Chnöpf	56

Bedeutung der Symbole



Dieses Rezept eignet sich für das Chnopf-Sieb



Dieses Rezept eignet sich für das Chnöpfl-Sieb

1. Auflage 2009

Copyright und Bezugsquelle

Betty Bossi Verlag AG, Postfach, 8021 Zürich

Fotos: Alessandra Leimer, 8045 Zürich

Styling: Feride Dogum, 8640 Rapperswil

Art Direction: PrePress & Multimedia AG, 8902 Urdorf

Druckvorstufe: PrePress & Multimedia AG, 8902 Urdorf

Druck: Swissprinters Ringier Print Zofingen AG, 4800 Zofingen

Titelbild: Ricotta-Chnöpf della nonna, Seite 16, statt Jungspinat Rucola verwenden.

Quellennachweis

Ein grosser Teil des im Buch abgebildeten und im Fachhandel erhältlichen Geschirrs wurde uns von folgenden Firmen zur Verfügung gestellt:

Dingo, Zürich, und Coop City, Zürich

Chnopf und Chnöpfli

Chnopf-/Chnöpfli-Teig



Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

Quellen lassen: ca. 30 Min.

200 g **Mehl**
100 g **Knöpfli-Mehl**
³/₄ Teelöffel **Salz**

1½ dl **Milchwasser**
(½ Milch / ½ Wasser)
3 **frische Eier**

alles in einer Schüssel mischen,
in der Mitte eine Mulde eindrücken

verrühren, nach und nach unter Rühren
in die Mulde giessen, mit einer Kelle
mischen und so lange klopfen, bis der
Teig glänzt und Blasen wirft. Zuge-
deckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min.
quellen lassen

Salzwasser, siedend

Teig portionenweise durchs Chnopf-/
Chnöpfli-Sieb ins leicht siedende
Wasser streichen. Chnöpf/Chnöpfli
ziehen lassen, bis sie an die Ober-
fläche steigen, mit einer Schaumkelle
herausnehmen, gut abtropfen

Pro Person: 6 g Fett, 14 g Eiweiss, 53 g Kohlenhydrate, 1363 kJ (326 kcal)



Chnöpfle herstellen: Teig mit dem
Teigschaber portionenweise durch die
Löcher streichen. Dabei darauf achten,
dass die durchgestrichenen Chnöpfle vor
dem nächsten Streichvorgang ins
Wasser gefallen sind. Nur so entstehen
formschöne Chnöpfle.



Chnöpfli herstellen: Teig mit dem
Teigschaber portionenweise durch das
Sieb streichen.

Pastetli mit Brät-Chnöpf



Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.
Backen: ca. 10 Min.

8 Blätterteig-Pastetli

auf ein mit Backpapier belegtes Blech stellen, nach Angaben auf der Verpackung zubereiten

Sauce

2 Esslöffel **Butter**

2 Esslöffel **Mehl**

in einer Pfanne warm werden lassen
unter Rühren mit dem Schwingbesen
bei mittlerer Hitze dünsten, das Mehl
darf dabei keine Farbe annehmen.
Pfanne von der Platte nehmen

3 dl **Milch**

1 dl **Vollrahm**

auf einmal dazugießen, unter Rühren
aufkochen, Hitze reduzieren

wenig **Muskat**

½ Teelöffel **Salz**, wenig **Pfeffer**

Sauce würzen, unter gelegentlichem
Rühren bei mittlerer Hitze ca. 5 Min.
köcheln

1 Esslöffel **Kapern**, abgespült, abgetropft

beigeben, bei kleinster Hitze ca. 5 Min.
ziehen lassen

Brät-Chnöpf

300 g **Kalbsbrät**

1½ Esslöffel **Estragon**, fein geschnitten

Salzwasser, siedend

in einer Schüssel gut mischen

Brätmasse portionenweise durchs
Chnopf-Sieb ins leicht siedende Wasser
streichen. Chnöpf ziehen lassen, bis
sie an die Oberfläche steigen, mit einer
Schaumkelle herausnehmen, gut
abtropfen, in die Sauce geben

100 g **Cherry-Tomaten**, geviertelt

beigeben, nur noch heiss werden
lassen. Pastetli auf Teller verteilen,
Sauce darin anrichten, sofort servieren

Pro Person: 64 g Fett, 17 g Eiweiss, 39 g Kohlenhydrate, 3354 kJ (802 kcal)

viel



sagend

Bärner Händöpfel-Chnöpfli



Vor- und zubereiten: ca. 45 Min.
Quellen lassen: ca. 30 Min.

Vorbereiten: Ofen auf 60 Grad vorheizen, Schüssel und Teller vorwärmen.

500 g **Gschwellti** (mehlig kochende Sorte), frisch gekocht

noch heiss schälen, in Stücke schneiden, durchs Passe-vite in eine Schüssel treiben, auskühlen

2 **Weggli**, in Stücken

in eine kleine Schüssel geben

1½ dl **Milch**, lauwarm

darübergiessen, stehen lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist, mit einer Gabel fein zerdrücken, zum Kartoffelpüree geben

½ Esslöffel **Butter**

in einer Pfanne warm werden lassen

1 **Zwiebel**, fein gehackt

andämpfen, zur Kartoffelmasse geben

100 g **Mehl**

50 g **Berner Bergkäse**, gerieben

1½ Teelöffel **Salz**

alles begeben, gut mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken

1 dl **Wasser**

3 **frische Eier**

verrühren, nach und nach unter Rühren in die Mulde giessen, mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen. Chnöpfli zubereiten siehe Seite 3

50 g **Berner Bergkäse**, gerieben

lagenweise unter die gut abgetropften Chnöpfli mischen, zugedeckt warm stellen

Tipp

Gebratene rote Zwiebelringe vor dem Servieren darauf verteilen.

Pro Person: 17 g Fett, 21 g Eiweiss, 53 g Kohlenhydrate, 1887 kJ (451 kcal)



Violetti Chnöpf



Vor- und zubereiten: ca. 50 Min.
Quellen lassen: ca. 30 Min.

Vorbereiten: Ofen auf 60 Grad vorheizen, Schüssel und Teller vorwärmen.

750 g **Gschwellti** (Vitellotte* oder vorwiegend fest kochende Kartoffeln), frisch gekocht

noch heiss schälen, in Stücke schneiden, durchs Passe-vite in eine Schüssel treiben, etwas abkühlen

200 g **Mehl**

1½–2 dl **Milch**

50 g **geriebener Sbrinz**

1 **frisches Ei**

wenig **Muskat**

1½ Teelöffel **Salz**

alles daruntermischen, rasch zu einem weichen, glatten Teig kneten, zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 15 Min. ruhen lassen

Salzwasser, siedend

Teig portionenweise durchs Chnöpf-Sieb ins leicht siedende Wasser streichen. Chnöpf ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, gut abtropfen, zugedeckt warm stellen

1 **gereifte Belper Knolle****

einige Späne vor dem Servieren darüberhobeln

Tipp

Statt Belper Knolle Sbrinz verwenden.

Pro Person: 9 g Fett, 17 g Eiweiss, 69 g Kohlenhydrate, 1802 kJ (431 kcal)

* Vitellotte ist eine alte, schwarz-violette Kartoffelsorte, die heute vorwiegend an der Loire und im Süden Frankreichs angebaut wird. Sie ist in Coop Supermärkten erhältlich.

** Die Belper Knolle ist ein zur Kugel geformter Käse aus Kuhmilch, welcher von Pfeffer, Knoblauch und Himalayasalz umhüllt ist. Er ist als Frischkäse und gereift erhältlich.



Bündner Chnöpf



Vor- und zubereiten: ca. 50 Min.

Quellen lassen: ca. 30 Min.

Gratinieren: ca. 10 Min.

Für eine weite ofenfeste Form von ca. 2 Litern, gefettet

Chnöpf

150 g **Mehl**

150 g **Buchweizenmehl**

1 Teelöffel **Salz**

alles in einer Schüssel mischen,
in der Mitte eine Mulde eindrücken

1½ dl **Milchwasser**

(½ Milch / ½ Wasser)

3 **frische Eier**

verrühren, nach und nach unter Rühren
in die Mulde giessen, mit einer Kelle
mischen und so lange klopfen, bis der
Teig glänzt und Blasen wirft. Zuge-
deckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min.
quellen lassen. Chnöpf zubereiten
siehe Seite 3, in die vorbereitete Form
geben

Gemüse

Wasser, siedend

300 g **Wirz**, in Streifen

ca. 2 Min. blanchieren, herausnehmen,
abtropfen, auf den Chnöpfen verteilen
in derselben Pfanne offen ca. 15 Min.
knapp weich kochen, abtropfen, in
die Form geben. Wasser weggiessen,
Pfanne ausreiben

300 g **Bohnen**, evtl. halbiert

in derselben Pfanne warm werden
lassen

1 Esslöffel **Butter**

1 **Zwiebel**, fein gehackt

8 **Salbeiblätter**, in Streifen

andämpfen, in die Form geben

100 g **Salsiz**, in Würfeli

daruntermischen

½ Teelöffel **Salz**, wenig **Pfeffer**

würzen, gut mischen

100 g **Bündner Bergkäse**,
grob gerieben

darauf verteilen

Gratinieren: ca. 10 Min. in der oberen Hälfte des auf 220 Grad
vorgeheizten Ofens.

Lässt sich vorbereiten: Bündner Chnöpf ca. 1 Tag im Voraus
ofenfertig zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Pro Person: 27 g Fett, 32 g Eiweiss, 58 g Kohlenhydrate, 2523 kJ (604 kcal)



Waadtländer Chnöpf



Vor- und zubereiten: ca. 50 Min.

Quellen lassen: ca. 30 Min.

Vorbereiten: Ofen auf 60 Grad vorheizen, Schüssel und Teller vorwärmen.

Chnöpf

200 g **Mehl**

100 g **Ruchmehl**

$\frac{3}{4}$ Teelöffel **Salz**

1 dl **Weisswein** (z. B. Chasselas)

1 dl **Wasser**

3 **frische Eier**

alles in einer Schüssel mischen,
in der Mitte eine Mulde eindrücken

verrühren, nach und nach unter Rühren
in die Mulde giessen, mit einer Kelle
mischen und so lange klopfen, bis der
Teig glänzt und Blasen wirft. Zuge-
deckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min.
quellen lassen

1 **Saucisse aux choux***
(ca. 300 g)

aufschneiden, Inneres mit einem Löffel
herausschaben, fein hacken, unter
den Teig mischen. Chnöpf zubereiten
siehe Seite 3. Chnöpf ca. 5 Min.
ziehen lassen, zugedeckt warm stellen

Lauch-Kartoffel-Eintopf

1 Esslöffel **Butter**

600 g **Lauch**, halbiert, in ca. 2 cm
breiten Streifen

300 g **fest kochende Kartoffeln**,
in Würfeln

2 dl **Wasser**

1 dl **Weisswein** (z. B. Chasselas)

$\frac{3}{4}$ Teelöffel **Salz**, wenig **Pfeffer**

1 Esslöffel **Thymianblättchen**

in einer Pfanne warm werden lassen

andämpfen

dazugießen, aufkochen

würzen, Hitze reduzieren, zugedeckt
ca. 20 Min. köcheln

begeben, offen ca. 5 Min. weiter-
köcheln

Pro Person: 30 g Fett, 27 g Eiweiss, 72 g Kohlenhydrate, 2888 kJ (691 kcal)

* Typische, kalt gegarte Westschweizer Rohwurst, nur erhältlich in der kalten Jahreszeit. Sie enthält Schweinefleisch, Gewürze und blanchierten Kabis.



Würzige Apéro-Chnöpf



Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

Quellen lassen: ca. 30 Min.

Ergibt ca. 30 Stück

Vorbereiten: Ofen auf 60 Grad vorheizen, Schüssel und Teller vorwärmen.

Apéro-Chnöpf

100 g **Mehl**
¼ Teelöffel **Salz**

in einer Schüssel mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken

100 g **Halbfettquark**
2 Esslöffel **Milch**
1 **frisches Ei**

verrühren, nach und nach unter Rühren in die Mulde giessen, mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen. Chnöpf zubereiten siehe Seite 3

Panade

50 g **Bündner Bergkäse**, fein gerieben
50 g **gemahlene Haselnüsse**
2 Esslöffel **Petersilie**, fein gehackt
2 Prisen **Salz**

alles in einem flachen Teller mischen, Chnöpf portionenweise in der Panade wenden, Panade gut andrücken

Bratbutter zum Braten

in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren. Chnöpf portionenweise beidseitig je ca. 3 Min. braten, zugedeckt warm stellen

Pro Stück: 2 g Fett, 2 g Eiweiss, 3 g Kohlenhydrate, 157 kJ (37 kcal)

viel



diskutiert

Ricotta-Chnöpf della nonna



Vor- und zubereiten: ca. 35 Min.
Quellen lassen: ca. 30 Min.

200 g **Mehl**
100 g **Knöpfli-Mehl**
 $\frac{3}{4}$ Teelöffel **Salz**

alles in einer Schüssel mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken

250 g **Ricotta**
1 dl **Milch**
3 **frische Eier**

alles verrühren, nach und nach unter Rühren in die Mulde giessen, mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen. Chnöpf zubereiten siehe Seite 3, zugedeckt beiseite stellen

1 Esslöffel **Bratbutter**

in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Chnöpf begeben, bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. braten

250 g **Cherry-Tomaten**, halbiert
4 Tranchen **Rohschinken**, in Streifen
75 g **Jungspinat**, zerzupft

begeben, nur noch heiss werden lassen

nach Bedarf **Salz, Pfeffer**

würzen

Pro Person: 19 g Fett, 26 g Eiweiss, 56 g Kohlenhydrate, 2097 kJ (502 kcal)



Kresse-Chnöpfl an Senfsauce



Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

Quellen lassen: ca. 30 Min.

Vorbereiten: Ofen auf 60 Grad vorheizen, Schüssel und Teller vorwärmen.

Kresse-Chnöpfl

200 g **Mehl**

100 g **Knöpfl-Mehl**

$\frac{3}{4}$ Teelöffel **Salz**

25 g **Kresse**

1 dl **Wasser**

3 **frische Eier**

alles in einer Schüssel mischen,
in der Mitte eine Mulde eindrücken

zusammen pürieren, nach und nach unter Rühren in die Mulde giessen, mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen. Chnöpfl zubereiten siehe Seite 3, zugedeckt warm stellen

25 g **Kresse**

vor dem Servieren unter die fertigen Chnöpfl mischen

Senfsauce

4 dl **Gemüsebouillon**

1 **Schalotte**, grob gehackt

3 Stängel **Petersilie**

zusammen aufkochen, auf ca. 1 dl einkochen. Sud absieben, zurück in die Pfanne giessen

1,8 dl **Saucen-Halbrahm**

1 Esslöffel **Senf**

beigeben, nur noch heiss werden lassen

nach Bedarf **Salz, Pfeffer**

würzen, Sauce mit den Kresse-Chnöpfl servieren

Pro Person: 18 g Fett, 16 g Eiweiss, 54 g Kohlenhydrate, 1872 kJ (447 kcal)



Avocado-Chnöpf mit Tomaten-Vinaigrette



Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.
Quellen lassen: ca. 30 Min.

Vorbereiten: Ofen auf 60 Grad vorheizen, Schüssel und Teller vorwärmen.

Avocado-Chnöpf

200 g **Mehl**
100 g **Knöpfli-Mehl**
 $\frac{3}{4}$ Teelöffel **Salz**

alles in einer Schüssel mischen,
in der Mitte eine Mulde eindrücken

1 **Avocado**, in Stücken
 $1\frac{1}{2}$ dl **Wasser**
3 **frische Eier**

zusammen pürieren, nach und nach
unter Rühren in die Mulde giessen,
mit einer Kelle mischen und so lange
klopfen, bis der Teig glänzt und
Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtem-
peratur ca. 30 Min. quellen lassen.
Chnöpf zubereiten siehe Seite 3, zu-
gedeckt warm stellen

Tomaten-Vinaigrette

2 Esslöffel **Aceto balsamico bianco**
4 Esslöffel **Olivenöl**
1 kleine **rote Zwiebel**, fein gehackt
1 Esslöffel **Basilikum**, fein geschnitten
2 **Tomaten** (San Marzano),
entkernt, in Würfeli
nach Bedarf **Salz, Pfeffer**

alles in einer kleinen Schüssel verrühren

Servieren: Avocado-Chnöpf anrichten, Tomaten-Vinaigrette darüberträufeln.

Pro Person: 26 g Fett, 15 g Eiweiss, 56 g Kohlenhydrate, 2204 kJ (527 kcal)