Roggene Fleischkrapfen

Foto: Eva Maria Lipp - Nicht zur freien Verwendung

Kochdauer:
Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:
gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

333,333333333 g	Roggenmehl
0,333333333333 l	Magermilch (max. 0,5 % Fettgehalt)
	Salz
333,333333333 g	Selchfleisch
	Schmalz

Mein persönlicher Tipp

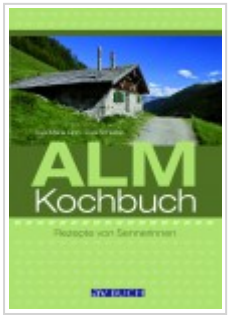
Für diese Krapfenfülle können auch Fleisch- und Wurstanschnitte gut verwertet werden.

Eva Schiefer
Seminarbäuerin aus Sölk

Zubereitung

- Mehl salzen und mit Flüssigkeit zu einem festen Teig kneten.
- Diesen eine halbe Stunde rasten lassen.
- Danach zu einer Rolle (ca. 6 cm Durchmesser) formen und ca. 4 cm dicke Scheiben abscheiden.
- Diese auf einem bemehlten Brett messerrückendick ausrollen und mit gekochtem geschnittenem Selchfleisch füllen.
- Teigenden zusammenfalten und gut festdrücken.
- Im heißen Schmalz schwimmend herausbacken.

Quellen:



Eva Maria Lipp & Eva Schiefer:
Almkochbuch
AV BUCH

Gutes vom Bauernhof
lk Bäuerinnen Österreich
Eine Initiative des Agrar.Projekt.Verein
Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union
Bundesministerium Nachhaltigkeit und Tourismus
LE 14-20
Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums: Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete.