



**Kochdauer:**

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten für 4 Portionen:**

- 50 dag Vollkornmehl
- 30 dag Weizenmehl
- 10 dag Grieß
- 1 Schuss Öl
- Salz
- 400 ml Wasser
- 50 dag Topfen
- 50 dag Erdäpfel, gekocht
- 1 Stk. gelbe Zwiebel
- Minze
- Kerbel
- Lauch

**Mein persönlicher Tipp**

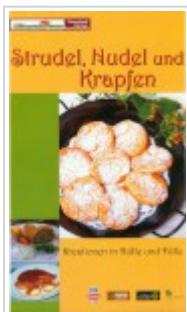
Nudeln lassen sich im gekochten, ausgekühltem Zustand auch sehr gut einfrieren!



**Melitta Spendier**

Seminarbäuerin aus St. Egidien

**Quellen:**



Seminarbäuerinnen Kärnten: *Strudel, Nudel und Krapfen*

**Kärntner Nudel**



Foto: Manuela Pichler - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

**Teig:**

- o Zutaten (für 4 Portionen): 50 dag Vollkornmehl (Dinkel oder Weizen) 30 dag Weizenmehl (glatt), ev. 10 dag Grieß, 1 Schuss Öl, Salz, ca. 400 ml Wasser
- o Für den Teig alle Zutaten auf einem Brett oder in einer Schüssel vermengen und zu einem glatten, geschmeidigen, nicht zu festen Teig kneten.
- o Diesen lässt man mindestens eine halbe Stunde rasten.

**Fülle:**

- o Zutaten (für 4 Portionen): 50 dag Topfen, 50 dag gekochte, passierte Erdäpfel, Salz, 1 geröstete Zwiebel, Minze, Kerbel fein gehackt, ev. Porree
- o Für die Fülle alle Zutaten gut vermengen und kleine Kugeln formen.

**Kärntner Nudeln formen:**

- o Der Teig wird je nach Weiterverarbeitung, in gekrenzelte oder ausgeradelte Nudel, 1-3 mm dick ausgerollt.
- o Die Fülle legt man in gleichmäßigem Abstand auf den Teig (Bild 1).
- o Teig darüber schlagen, rundum fest drücken und Nudeln ausradeln (Bild 2).
- o Wer die Nudeln nicht krenzelt, kann sie so ins kochende Salzwasser geben und einige Minuten ziehen lassen.
- o Wer die Nudel krenzeln will, drückt die Teiggränder mit Daumen und Zeigefinger zu einem zackenförmigen Rand zusammen (Bild 3) und kocht die Nudeln anschließend in reichlich Salzwasser.



Bild 1      Bild 2      Bild 3

**Anrichten:** Mit zerlassener Butter und Salat servieren.

Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen  
traditionell & saisonal

SEMINAR  
BÄUER  
INNEN

lk Landwirtschaftskammer  
Kärnten



lk Bäuerinnen  
Österreich

Eine Initiative des  
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

LE 14-20  
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums:  
Hier investieren Europa in  
die ländlichen Gebiete.

