

Chnöpfli

Gut vorbereitet ist halb gekocht

Wenn sich Maja Grunder aus Oberneunforn auswärts für die Stellung der Frauen in der Landwirtschaft einsetzt, gibt es zuhause zum Mittagessen einen Chnöpfliauflauf, den sie gut vorbereiten kann.

Chnöpfliauflauf

für den Chnöpfleteig auf Vorrat

2 kg Chnöpfmehl
20–22 Eier (1,2 l)
8 dl Milch
40 g Salz

Milch und Eier verrühren, dann Mehl und Salz dazugeben. Mit dem Knethaken der Küchenmaschine rühren oder von Hand mit der Kelle schlagen bis sich Blasen bilden. 1–2 Stunden ruhen lassen, damit das Mehl quellen kann.

2–3 Liter Wasser mit 2 EL Salz aufkochen. Den Teig portionenweise durchs Knöpfli sieb streichen. Die Chnöpfli ziehen lassen bis sie an die Oberfläche steigen. Mit der Schaumkelle herausnehmen, abtropfen las-

sen. Vorgang wiederholen bis der Teig aufgebraucht ist. Die Chnöpfli eignen sich sehr gut zum Tiefkühlen.

Auflauf fertigstellen (für 4 Personen)

800 g Chnöpfli
5 dl Halbrahm
4 EL Tomatenpüree
150 g – 200 g Reibkäse
Salz und Pfeffer

Halbrahm und Tomatenpüree verrühren, würzen. Reibkäse begeben und über die Knöpfli verteilen. Im 180 Grad heissen Ofen 30 Minuten gratinieren.

Zum Chnöpfliauflauf passt gebackener Fleischkäse und Salat.

Mit den vorbereiteten Chnöpfli steht der Zmittag schnell auf dem Tisch. Bild: Anne-Marie Trümpi



Rezeptbäuerin Maja Grunder: «Die Mühle Entenschliess ist seit über 600 Jahren in Betrieb»



In Oberneunforn TG steht der Milch-wirtschaftsbetrieb der Familie Grunder, mit der Mühle Entenschliess als Betriebs-

zweig. Die Familie betreibt die Mühle in der 4. Generation. Über 25 Mehlsorten entstehen hier aus regionalem Getreide. Das Abpacken, Etikettieren und Verkaufen der Mehle ist eine der Hauptaufgaben von Bäuerin Maja Grunder. Bei diesen Arbeiten wird sie unterstützt von Praktikantinnen, die sich auf die Berufsprüfung Bäuerin mit Fachausweis vorbereiten. Maja Grunders Leidenschaft ist, neben der Mühle, die Arbeit im Verband Thurgauer Landwirtschaft, wo sie das Vize-Präsidium innehat. Besonders die Kommission «Frauen in der

Landwirtschaft», die sie präsidiert, liegt ihr am Herzen. Die Stellung der Frauen in der Landwirtschaft zu stärken, ist für sie zentral. Entscheidungen rund um Vorsorge und Versicherung der Bäuerin sollen partnerschaftlich gefällt werden. Alle auf dem Hof arbeitenden Personen brauchen eine Versicherung. Sie ermutigt alle Bäuerinnen, sich darum zu kümmern, dass sie, zum Beispiel bei einem allfälligen Todesfall des Ehepartners, gut abgesichert sind.

www.muehle-entenschliess.ch

Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband Frauen-Netzwerk mit Zukunft
www.landfrauen.ch

Möchten auch Sie ein Lieblingsrezept in der UFA-Revue vorstellen? Melden Sie sich bei Anne-Marie Trümpi, 058 433 6522, anne-marie.truempi@ufarevue.ch