

Alltagstauglich und saisonal anpassungsfähig

Dem Gemüse einen Korb geben

Im rauen Klima des Vallée de la Brévine wächst das Gemüse etwas später. Wenn es dann soweit ist, freut sich die ganze Familie auf «Gemüse im Brotkorb», ein Rezept aus dem neuen Kochbuch «Neuenburger Landfrauenküche».

Gemüse im Brotkorb

Als Vorspeise oder leichtes Nachtessen für 4 Personen



Vorbereiten der Brotkörbchen.

- 1 rundes Toastbrot
(z. B. in Bäckereien erhältlich)
- 60g Butter
- 400–500 g gemischtes Saisongemüse
(z. B. Rüeblen, grüne Spargeln, Kohlrabi)
- 1 dl Bouillon
- 2 dl Vollrahm
- Salz
- Pfeffer
- Petersilie

Brot in 5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben dem Rand entlang gut 4 cm tief einschneiden und das Brotinnere leicht rautenförmig einritzen (Bild 1). Schnittflächen mit der weichen Butter bestreichen und auf ein mit Backtrennpapier belegtes, vorgewärmtes Blech geben.



Im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 10 bis 15 Minuten bräunen.

Gemüse in Stifte oder Scheiben schneiden und in der heissen Bouillon bissfest kochen. Gemüse abtropfen lassen und gut 1 dl Sud auffangen.

Sud aufkochen, Rahm beifügen und köcheln, bis die Sauce schön sämig ist, allenfalls mit etwas kalter Butter binden.

Gemüse zur Sauce dazugeben und erhitzen, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Vor dem Servieren das Brotinnere nach unten drücken, so dass es die Form einer Pastete erhält (Bild 2). Auf Tellern anrichten, mit Gemüse füllen und mit gehackter Petersilie garnieren. ■

Barbara Saisselin



Im Weiler «Le Cachot» im Vallée de la Brévine lebt Barbara Saisselin mit ihrer Familie. Vor über 20 Jahren ist sie der Liebe gefolgt und hat ihren Lebensmittelpunkt vom Berner Oberland zu ihrem Mann Mathias in den Kanton Neuenburg verlegt. Hier betreiben sie einen Milchwirtschaftsbetrieb (Gruyère AOP). Mittlerweile haben ihre Kinder Davia (19), Joana (17) und Christian (15) ihren eigenen beruflichen Weg eingeschlagen und es bleibt etwas mehr Raum für eigene Projekte.

Ein solches Projekt ist die Mitarbeit in der Apéro-Gruppe «Les Fermières de l'Orée des Joux» (foj-aperoch.ch). Seit deren Gründung im Jahr 2005 ist die passionierte Köchin Barbara dabei. Zusammen mit anderen Frauen organisiert sie Apéros im ganzen Kanton Neuenburg. Im Angebot stehen feine Käse- und Fleischplatten sowie diverse Partybrote, Gebäck und Kuchen, hergestellt mit Produkten aus der Region. Barbara freut sich immer wieder, ganz verschiedene Leute kennenzulernen, wenn sie einen Apéro an einer Hochzeit oder an einer Vernissage organisieren darf.

Besonders stolz ist Barbara auf die «Neuenburger Landfrauenküche», ein zweisprachiges Kochbuch, das sie als Autorin und als Mitglied des Verbandes der Neuenburger Bäuerinnen mitgestaltet hat. Darin zu finden sind 145 Neuenburger Köstlichkeiten für das ganze Jahr, für jede Gelegenheit und für jeden Geschmack.

Interessiert? Bestellungen auf www.landfrauenkochen.ch

Rezept-Autorin

Barbara Saisselin, La Chaux-du-Milieu
Quelle: Kochbuch «Neuenburger Landfrauenküche», Redaktion Landfrauen kochen, Allmendweg 16, 3653 Oberhofen, redaktion@landfrauenkochen.ch, www.landfrauenkochen.ch, www.paysannes-neuchatelaises.ch

Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband Frauen-Netzwerk mit Zukunft

www.landfrauen.ch. Berufsverband für die Bäuerin. Interessenvertretung von Frauen und Familien auf dem Land. Engagement für Themen rund um Ernährung und Hauswirtschaft.