



KW 22/2016

## Münsterländer Stielmus

### Zutaten für 4 Personen:

1 Kg Stielmus, 650 ml Gemüsebrühe, 7 große Kartoffeln, 2 Zwiebeln, 200 g Crème fraîche, Zitronensaft, 4 EL Butter, 3 TL Speisestärke . Pfeffer aus der Mühle, Salz, 1 Prise Zucker, Muskat, 4 Stück Bratwurst.

**Zubereitung:** Stielmus gründlich mehrmals waschen. Blätter grob hacken. Stiele in 1-2 cm lange Stücke schneiden.

Brühe in einem Topf zum Kochen bringen und die Stiele ca. 1 Minute blanchieren, so dass sie noch knackig sind. Durch ein Sieb gießen, Brühe auffangen, wieder zum Kochen bringen und die Blätter kurz blanchieren. Durch ein Sieb abgießen und Brühe aufbewahren.

Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. In der Brühe 10 Minuten kochen. Abgießen, Brühe auffangen. Kartoffeln in einer Pfanne in Butter bei mittlerer Hitze ringsherum braun braten. Kartoffeln Salzen.

Zwiebeln in kleine Würfel schneiden. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen und die Würfel glasig anschwitzen. Etwas Brühe angießen, Stielmus dazugeben und vermischen. Speisestärke mit 2 TL Wasser vermischen und das Gemüse mit der Brühe binden. Mit Crème fraîche, etwas Zitronensaft, Zucker sowie Pfeffer, Salz und etwas Muskat abschmecken. Sollte das Gemüse zu dünnflüssig sein, mit Stärke noch etwas nachdicken. Ist das Gemüse zu dick, noch etwas Brühe zugeben.

Zwischenzeitlich die Würste braten und mit dem Stielmus und den Kartoffelwürfeln servieren.

## Rübstielkuchen

### Zutaten für 4 Personen:

Für den Teig, 150 g Mehl, 100 g Butter, 1 Ei, 1 TL Salz, Mehl zum Arbeiten. Für den Belag: 500 g junger Stielmus, 150 g geräucherter Speck, 2 Zwiebeln, 1 EL Pflanzenöl, 4 Eier, 150 ml Milch, 250 ml Schlagsahne, 100 g Crème fraîche, 100 g geriebener Gruyère-Käse, Salz, Pfeffer aus der Mühle

### Zubereitung:

Aus dem Mehl, der Butter, dem Ei und Salz einen Mürbeteig kneten, in Folie wickeln und im Kühlschrank ca. 30 Minuten ruhen lassen. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche dünn ausrollen und in die Form legen. Dabei einen Rand hochziehen.

Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.

Für den Belag den Kohl waschen, putzen und grob hacken. Den Speck in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und ebenfalls klein würfeln. Zusammen mit dem Speck in heißem Öl kurz anschwitzen. Den Kohl zugeben und zusammenfallen lassen. Auf dem Teig verteilen.

Die Eier verschlagen. Die Milch mit der Sahne, der Creme fraiche, den Eiern und der Hälfte vom Käse vermengen, salzen, pfeffern und über das Gemüse geben. Mit dem restlichen Käse bestreuen und im heißen Backofen 40-45 Minuten goldbraun backen.

Am besten heiß oder lauwarm servieren.

**Wir wünschen Guten Appetit!**

**Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg**

---

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich u. Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: [bestellung@gaertnerhof-callenberg.de](mailto:bestellung@gaertnerhof-callenberg.de)

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

[www.gaertnerhof-callenberg.de](http://www.gaertnerhof-callenberg.de)

Bankverbindung: GLS Bochum Konto: 6007291100 BLZ: 43060967