

Bauernpastete mit Appenzeller (4 Personen)

200 g Zwiebeln, geschält
150 g Rübli, geschält
150 g Sellerie, geschält
150 g Wirz, in Streifen
2 EL Distel- oder Sonnenblumenöl
1 Gemüsebouillonwürfel
½ dl heisses Wasser
1 TL Rosmarinnadeln, gehackt
200 g gekochte Kartoffeln,
in Würfeli
250 g Appenzeller, in Würfeli
4 Eier
1 dl Rahm

2 x 230 g Vollkornteig, ausgewählt
Butter für die Form
1 Ei, verquirt

Das Gemüse mit der Röstiraffel raffeln und mit dem Wirz im Öl knackigdünsten. Den Bouillonwürfel in ½ dl heissem Wasser auflösen, an das Gemüse giessen und Rosmarin beifügen. Das Gemüse in einer Schüssel mit den Kartoffel- und Käsewürfeli, den Eiern und dem Rahm mischen. Eine bebuterte Springform von 22 cm Durchmesser mit einem Teig auslegen. Die Gemüse-Käsemasse einfüllen und den überstehenden Teigrand auf die Füllung legen. Vom zweiten Teig eine Rondelle in der Grösse der Form ausschneiden und über die Füllung legen. Den Teigrand mit Ei bestreichen und mit einer Gabel gut zusammendrücken. Die Pastete mit Teigresten verzieren und mit dem restlichen Ei bestreichen. Mit einer Gabel Luftlöcher in den Deckel stechen. Die Pastete im vorgeheizten Ofen (190 °C) 45 Minuten backen.



Coop informiert:

Über Vollwertiges mit Käse

Mit Rezepten

