

## BÜNDNERLAND

**Kürbis-Pizoggel mit Bergkäse**

Hauptgericht für 4 Personen  
Beilage für 6 Personen

**250 g Vollkornmehl**  
**150 g Halbweissmehl**  
**50 g Hartweizengriess**  
**1 TL Salz**  
**4 Eier**  
**ca. 2,5 dl Wasser**  
**400 g Kürbis z.B. Muskat**  
**1 Zwiebel**  
**1 EL Butter**  
**2 Zweige Salbei**  
**Salz, Tabasco**  
**200 g Bergkäse gerieben**  
**2 dl Halbrahm**

**1** Beide Mehlsorten und Griess mischen. Salz, Eier und Wasser verquirlen und beigegeben. Alles zu einem dickflüssigen Teig rühren. Mindestens 15 Minuten ruhen lassen.

**2** Kürbis in Würfelchen schneiden. Zwiebel hacken. In der Butter glasig dünsten. Kürbis dazugeben und einige Minuten mitdünsten. Salbeiblättchen von einem Zweig fein hacken und beigegeben. Mit Salz und Tabasco würzen. Beiseite stellen.

**3** Backofen auf 200 °C vorheizen. Für die Pizoggel 3 l Salzwasser aufkochen.

Teig in 2–3 Portionen auf ein Brett geben. Mit einem Messer, das man immer wieder ins Kochwasser taucht, Pizoggel (Streifen) in das Wasser schaben. Sobald sie an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausheben. Gut abtropfen lassen. In eine ofenfeste Form lagenweise mit Kürbis und Käse einschichten. Mit Kürbis und Käse abschliessen. Restliche Salbeiblätter darauf verteilen. Mit Rahm übergossen. Pizoggel im Ofen 20–25 Minuten überbacken.

**Pizoggel können auch in 4–6 Portionenförmchen gefüllt werden. Backzeit: 10–15 Minuten.**

**Pizokel, Pizzoccheri, Pazogglä – je nach Bündner Region heissen die Pizoggel anders. Sie werden entweder nur aus Mehl oder aus Mehl und Kartoffeln hergestellt. Besonders gut schmecken die Pizoggel mit dem schwarzbraunen Buchweizenmehl; ihm wird eine leicht berauschende Wirkung zugeschrieben.**

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten  
+ 15 Minuten ruhen lassen  
+ 20–25 Minuten backen

Pro Person bei 6 Personen ca.  
26 g Eiweiss, 27 g Fett, 87 g Kohlenhydrate, 2900 kJ/700 kcal



**Bald vereint:** Bei Reichenau fliesst der Vorder- in den Hinterrhein.