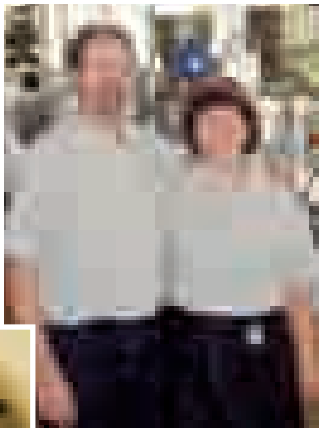


Der «Walliser Frass»

Marielle Mooser (53) kocht in Sierre (VS) ein herzhaftes Gericht, das sie seit ihrer Kindheit kennt. Es schmeckt köstlich – trotz seines Namens.



Roland Mooser (57) ist Kellermeister und findet immer die passenden Weine zu Gerichten, die Marielle Mooser als leidenschaftliche Köchin zubereitet.



und diese deshalb separat auf den Tisch brachte. Kurz nach der Ausstrahlung war meine Mutter beim Einkaufen. Sie hatte mich nicht im Radio gehört. Jemand sagte zu ihr, soeben habe das Radio gemeldet, dass sie Zwiebeln nicht mag. Und sie fragte sich erstaunt, warum das die Leute vom Radio wissen und verbreiten.»

So wird es gemacht

Zutaten für 4 Personen: 8 mittlere Kartoffeln, 400 g Makkaroni, 6 Cervelas, 4 Zwiebeln, 150 g Alpkäse, 1,5 dl Kaffeerahm oder Halbrahm.

- Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden, in Salzwasser geben, etwa 5 Minuten sieden lassen.
- Makkaroni dazugeben und gemäss Angabe auf Packung sieden lassen.
- Kartoffeln und Makkaroni in eine Auflaufform geben.

Ein einzigartiges Geschenk für Sie

Das gibt es sonst nirgends! Unsere LE MENU-Tasche ist echte Schweizer Handarbeit, hergestellt aus Leder und mit einer Applikation aus echtem Kuhfell. Schicken Sie uns einfach eines Ihrer liebsten Familienrezepte. Wenn es publiziert wird, bedanken wir uns bei Ihnen mit diesem exklusiven Geschenk im Schweizer Look.

Redaktion LE MENU
Weststrasse 10
3000 Bern 6
redaktion@lemenu.ch



- Haut der Cervelas abziehen, in Rondellen schneiden, anbraten. Mit den Kartoffeln und Makkaroni mischen.
- Zwiebeln schälen, in Rondellen schneiden, anbraten. Über den Auflauf streuen.
- Käse reiben, über den Auflauf streuen.
- Kaffeerahm oder Halbrahm darüber giessen.
- Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C 20 Minuten gratinieren.

Marielle Moosers Rezept stammt ursprünglich von ihrem Etru Josi. «Etru, so nennen wir Walliser einen Grossonkel», sagt die Lehrerin für Hauswirtschaft und Bildnerisches Gestalten an der Sekundarschule 1. Stufe. «Er hat in den sechziger Jahren in Leukerbad mehrere kleine Ferienwohnungen vermietet. Er war verheiratet, aber kinderlos und ein geselliger, grosszügiger Mann. Deshalb lud er seine Feriengäste auch gerne zum Essen ein. Als er seinen Kartoffel-Makkaroni-Cervelas-Auflauf einmal einem Holländer vorsetzte, fragte dieser nach dem Namen des Gerichts. Und Etru Josi antwortete, das sei halt so ein richtiger Walliser Frass.»

Unter diesem Namen servierte der Grossonkel das Gericht, als Marielle Mooser mit ihren Eltern und Geschwister bei ihm zu Besuch waren. «Dieser Name brachte uns Kinder natürlich zum Lachen. Meine Mutter hat danach das Gericht immer wieder für uns gekocht. Und ich habe es übernommen. Eines Tages durfte ich es im Lokalradio vorstellen. Dabei erwähnte ich, dass meine Mutter Zwiebeln nicht mag

Web-Umfr@ge



Wie oft laden Sie Gäste zum Essen ein?

- a) 1 Mal pro Woche
- b) 2 Mal im Monat
- c) 1 Mal im Monat
- d) Nie

Die letzte Umfrage

So stimmten Sie ab:

Halten Sie sich an Ihre Ernährungs-Vorsätze fürs 2011?



Machen Sie bei unserer Umfrage mit!

Stimmen Sie ab, welche Antwort für Sie zutreffend ist.

Abstimmen können Sie ausschliesslich auf www.lemenu.ch