

**Kochen**

**Rainer Klutsch**

**Mittwoch, den 10.05.2023**

**Bärlauch-Schupfnudeln mit Mairübchen und gebratener Forelle**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

**Für die Schupfnudeln**

500 g Kartoffeln, mehligkochend  
etwas Salz  
1 Bund Bärlauch, klein  
3 Eier (Größe M)  
100 g Weizenmehl (Type 405)  
2 EL Butterschmalz

**Für die Mairübchen**

600 g Mairübchen, ohne Grün  
2 EL Butter  
etwas Salz  
150 g Crème fraîche  
1 Biozitrone  
6 Stiele Zitronenmelisse (oder Kerbel oder Petersilie)

**Für die Forelle**

4 Forellenfilets, mit Haut, á ca. 150 g  
etwas Zitronensaft  
etwas Salz  
etwas Pfeffer  
etwas Mehl  
2 EL Butterschmalz oder Öl

**Außerdem**

einige Zitronenspalten  
Kartoffelpresse

**Zubereitung**

- Für die Schupfnudeln** die Kartoffeln abbrausen und in Salzwasser, ca. 20 Minuten weichkochen.  
Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen, bis die Kartoffeln rundum abgetrocknet sind.
- Inzwischen den Bärlauch abbrausen und fein schneiden. Kartoffeln pellen und noch heiß durch eine Kartoffelpresse auf einem sauberen Geschirrtuch verteilen.
- Die Eier aufschlagen und mit dem Bärlauch auf der Masse verteilen. Das Mehl gleichmäßig über die Kartoffeln sieben. Etwas Salz aufstreuen. Die Masse dann mit Hilfe des Tuches zu einem glatten Teig vermengen. Dazu immer im Wechsel einen Zipfel des Tuches greifen und zur Mitte ziehen, sodass sich die Zutaten vermengen. So lässt sich der Teig mischen, ohne dass er „leimig“ wird. Wird er zu viel und lange geknetet, verkleistert die Kartoffelstärke.
- Den Teig in 4 gleich große Portionen teilen und auf bemehlter Arbeitsfläche mit den Händen zu Strängen (Ø 2 cm, Länge ca. 30 cm) rollen und in etwa 3–4 cm lange Stückchen schneiden. Die Teigstückchen mit leicht bemehlten Händen rollen, sodass zwei spitz zulaufende Enden entstehen.
- Reichlich Salzwasser aufkochen. Die Schupfnudeln darin portionsweise bei milder Hitze leicht kochen lassen, bis sie an die Wasseroberfläche steigen. Schupfnudeln aus dem Topf heben und in einer großen Schüssel in kaltem Wasser kurz abschrecken. Schupfnudeln abtropfen lassen. Beiseitestellen.
- Für die Mairübchen** die Rübchen putzen, schälen und waschen. Rübchen in 1 cm breite Spalten schneiden.



7. Butter in einem breiten Topf erhitzen. Rübchen darin unter Rühren bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten andünsten, ohne dass die Spalten Farbe nehmen. Dabei salzen.
8. Crème fraîche unterrühren und zugedeckt bei milder Hitze 6-8 Minuten bissfest dünsten.
9. Inzwischen die Zitrone heiß abbrausen, trocknen und 2 TL Schale fein abreiben. Zitronensaft auspressen.
10. Rübchen mit 2-3 EL Zitronensaft und -schale abschmecken und warmhalten.
11. **Die Forellen** mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Überschüssiges Mehl abklopfen.
12. Butterschmalz portionsweise erhitzen. Die Forellenfilets zuerst auf der Hautseite 2-3 Minuten und danach auf der Fleischseite ca. 1-2 Minuten fertig braten.
13. **Schupfnudeln** im heißen Butterschmalz unter Schwenken erhitzen oder leicht braun anbraten.
14. Die Melisseblättchen grob zupfen und über die Mairübchen streuen. Schupfnudeln mit Mairübchen und Forellenfilets und anrichten. Zitronenspalten zum Beträufeln dazu servieren.