

# REZEPTTIPP AUS DER REGION

## MIKES

### HERBSTEINTOPF MIT BAUERNBROT UND KÜRBISKERNKRENBUTTER

Menge: für 4 Personen

Zubereitungszeiten:

Eintopf: ca. 3 h (ohne Bohnen am Vortag einweichen)

Brot: ca. 4,5 h (inkl. Back- und Gehzeiten des Hauptteiges)

Butter: 5 min

#### Zutaten

##### Eintopf

250 g Faschiertes gemischt

1-2 Zweige Liebstöckel

1-2 Zweige Rosmarin

1 EL Schnittlauch, 1 EL Röstzwiebel

1 Knoblauchzehe (je nach Belieben)

Muskatnuss

Chilisalز

Pfeffer

Zucker

Kümmel gemahlen, Paprikapulver

2 Zwiebeln

200 g Karotten in Würfel

150 g Rettich in Würfel

120 g Wirsing in Rauten

50 g Lauch in Streifen

150 g Blumenkohlröschen

100 g Butter

50 g Mehl

##### Bauernbrot

Vorteig:

133 g Weizenmehl

200 ml lauwarmes Wasser

1 Pkg. Trockengerm

13 g Staubzucker

Hauptteig:



WE ARE FAMILY.®

533 g Weizenmehl  
333 g Roggenmehl  
400 ml lauwarmes Wasser  
20 g Honig  
33 g Salz  
1 EL Brotgewürz  
1 Pkg. Trockengerem

**Kürbiskernkrenbutter**  
100 g Butter (handwarm)  
1 EL Kernöl  
1 EL Oberskren

## Zubereitung

### Eintopf

- 400 g weiße Bohnen über Nacht in mind. 1 L kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag in diesem Wasser etwa 40-60 min weichkochen. Abseihen.
- Aus allen Zutaten eine geschmeidige Masse zubereiten und Kügelchen formen.
- Etwa 2 L Wasser mit 3 Lorbeer-Blättern aufstellen und mit etwas Salz aufkochen. Ebenfalls ein Kräutersträußchen (Liebstöckel, Rosmarin und Salbei) und Zwiebel dazulegen. Mit einem Bindfaden zusammenbinden. Dann die Bällchen darin langsam gar sieden. Schaum abschöpfen. Anschließend die Bällchen wieder rausnehmen. Kochzeit: ca. 10 min, Ziehzeit: 30 min.
- Das Gemüse nun in Form bringen. Nach und nach das Gemüse im entstandenen Sud garziehen lassen. Dabei mit den harten Gemüsesorten beginnen. Wenn die Gemüsesorten den gewünschten Biss haben, Kräuterbündel entfernen. Dann die weißen Bohnen und Hackfleischbällchen dazugeben. Gegebenfalls mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker und Muskatnuss abschmecken.
- Zum Schluss in einer kl. Pfanne 100 g Butter aufschäumen lassen. Etwas getrocknete Chiliflocken sowie 1 Knoblauchzehe in Scheiben und 1 Zweig Rosmarin klein gehackt dazugeben. Dann ca. 50 g Mehl darin glatt rühren. Diese Mischung dann zum Eintopf geben und alles gut vermengen.
- Beim Servieren reichlich gehackte Petersilie drüberstreuen.

### Bauernbrot

- Vorteig: Zutaten mischen & zugedeckt an einem warmen Ort 24 h gehen lassen.
- Hauptteig: Zutaten mit Küchenmaschine & Knethaken zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Mit Tuch zugedeckt in einer Schüssel mind. 2-3 h ruhen lassen.
- Den Teig dann in 2 Stücke teilen und noch einmal gut walgen, anschließend schleifen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Kreuzförmig einschneiden. Und nochmals ruhen lassen.
- Ofen auf 220 Grad vorheizen. Ebenfalls eine Schüssel mit Wasser auf den Backofenboden stellen. Bei 200 Grad 35 min und dann nochmal bei 180 Grad 13 min fertig backen. Brote rausnehmen und auf ein Gitter abkühlen lassen.

### Butter

- Alle Zutaten mit einem Schneebesen oder einem Handmixer schön cremig rühren und in eine Schüssel geben.

**GUTEN APPETIT!**

WE ARE FAMILY.®