„Man is(s)t, was man is(s)t."

Christa Binder, geboren 1963 und in dem idyllischen Örtchen Wagenstadt bei Herbolzheim aufgewachsen, musste häufig in der kleinen Landwirtschaft, die ihre Eltern im Nebenerwerb betrieben, mithelfen. Sie konnte sich nicht vorstellen, jemals einen Bauern zu heiraten - bis sie Otmar Binder traf. Er hat in ihr nicht nur die Liebe zu sich, sondern auch zur Landwirtschaft geweckt: Seit über 20 Jahren ist Christa Binder mit Leidenschaft und ganzem Herzen Bäuerin auf dem Lindenbrunnenhof in Forchheim.

Mit diesem Buch, in dessen Mittelpunkt die Kartoffel steht, plädiert sie für gesunde, ausgewogene Ernährung mit regionalen Lebensmittel und den verantwortungsvollen Umgang mit der Natur.

ISBN 978-3-00-044213-1
9 783000 442131

www.lindenbrunnenhof.de

Schupfnudeln.

Für 6 Personen. Serviert von Dutters Stube | Kiechlinsbergen.

300 g gekochte, kalte Pellkartoffeln (z. B. Binders Ditta)
ca. 150 g Mehl
2 Eier
Salz und Muskat

1 Die gekochten, kalten Pellkartoffeln schälen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mehl, Eier, Salz und Muskat zu den Kartoffeln geben und zu einem Teig kneten. Den Kartoffelteig in daumendicke Rollen drehen. Die Rolle in ca. 2 cm dicke Stücke schneiden, diese zwischen den Handflächen zu Schupfnudeln formen. In kochendem Salzwasser kurz abkochen, in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben und abkühlen lassen. Anschließend in einem Sieb gut abtropfen lassen. Mit Sonnenblumenöl in einer heißen Pfanne von allen Seiten goldbraun anbraten.

2 Schupfnudeln passen als Beilage zu gebratenem Geflügel und Fleisch, mit Sauerkraut schmecken sie besonders gut.

Brägele.

Serviert von Dutters Stube | Kiechlinsbergen.

Die Kartoffeln für Brägele (Badische Bratkartoffeln) kocht man am besten am Vortag.

1 Kartoffeln, bevorzugt Sorte Ditta von Binders, gut waschen, wenn nötig abbürsten.

2 Die Kartoffeln mit Schale im Topf, halbbedeckt mit Wasser, weich kochen, abschütten und anschließend auf einem Blech erkalten lassen.

3 Die Kartoffeln pellen und mit einer Gemüsereibe in feine Scheiben reiben.

4 Eine gußeiserne Pfanne erhitzen, Pflanzenöl hinein geben (kein Olivenöl) und die Kartoffeln pfannenhoch einfüllen, salzen.

5 Kurz anbraten, auf einen Teller stürzen, in die Pfanne Margarine geben und die Kartoffeln vom Teller in die Pfanne schieben.

6 Diesen Vorgang 3 - 4mal wiederholen, bis die Brägele beidseitig knusprig sind.