

## Innovative Rezepte

# LECKERE SOMMERGRÜSSE AUS DER KÜCHE

In unserer Redaktion wurde in den vergangenen Wochen viel über das Thema Innovation geredet und diskutiert. Das Thema war so allgegenwärtig, dass auch das Koch- und Rezepte-Team vom Innovationsvirus dieser Ausgabe angesteckt wurde. Wir grübelten und probierten, wir testeten und verwarfen. Und gerade, als wir das Handtuch werfen wollten, da kam die Idee, wir hatten unsere Innovation gefunden: die gedeckte Wähe. Wir haben viel geforscht, aber ein Rezept für eine gedeckte Wähe haben wir tatsächlich nirgends gefunden. Deshalb dürfen wir Ihnen heute eine Koch-Innovation vorstellen, die einfach zu kochen bzw. zu backen ist, prima funktioniert und fabelhaft mundet. Doch bevor wir uns ins Abenteuer „gedeckte Wähe“ stürzen gibt es da noch ein paar interessante Informationen, die wir auf unseren Recherchezügen zum Thema entdeckt haben.

## Nationalgericht

Die Wähe ist ein Schweizer Nationalgericht. Vor nicht allzu langer Zeit gab es jeweils am Freitag Wähe, süsse oder salzige, die Kinder liebten beides. Für diejenigen, die nicht aus der Schweiz kommen: Eine Wähe ist ein flacher Kuchen. Die Grundlage ist ein dünn ausgerollter Teig, auf den kommen Früchte oder Gemüse und dann wird alles mit einem Eier-Rahm-Guss überdeckt und im Ofen gebacken. Die ersten schriftlichen Spuren zum Thema Wähe findet man im Zürcher Sprachlexikon, das 1556 publiziert wurde. Gemäss alten Rezepten verwendete man für Wähen Teigreste vom Brotbacken. Diese Teigreste wallte man dünn aus und bog die Ränder nach oben, so dass der Belag und der Guss nicht auslaufen konnten und steckte diesen flachen Kuchen nach dem Brotbacken in den noch heissen Ofen. Aus dieser Resteverwertung entwickelten sich viele Rezepte mit unterschiedlicher regionaler Ausprägung.

## Mürbe oder Blätter?

Man kann für Wähen verschiedene Teigsorten verwenden, am häufigsten wird dafür Mürbeteig eingesetzt. Unsere Vorschläge, eine süsse und eine salzige Wähe, funktionieren sowohl mit Mürbeteig, als auch mit Blätterteig. Wir empfehlen die Blätterteigvariante vor allem für die salzige Wähe, diese Kombination ist einfach perfekt, salzig und knusprig. Man kann Mürbeteig schnell selber zubereiten, für den Blätterteig braucht es etwas mehr Geduld. In der Schweiz kann man fixfertigen, bereits dünn ausgerollten Teig überall kaufen, wo es Lebensmittel gibt. Wenn Sie also keine Geduld haben, dann verwenden Sie einfach Fertigteig. Achtung, da Sie einen Boden und einen Deckel brauchen, müssen Sie zwei Portionen Teig herstellen. Die Rezeptangaben mögen Ihnen auf den ersten Blick etwas üppig vorkommen, aber das braucht es!

**Bon Appetit!**

## MÜRBETEIG

### Zutaten (für 1 Portion)

400 g Mehl  
eine Prise Salz  
150 g Butter  
(in kleine Stücke geschnitten)  
2 dl Wasser

### Zubereitung

Mehl und Salz in eine Schüssel geben und mischen. Nun die Butterstücke zugeben und mit dem Mehl von Hand zu einer gleichmässig krümeligen Masse vermengen. Verwenden Sie dafür keine Maschine, die Butter könnte dabei zu weich werden. Nun zu den Krümeln das Wasser nach und nach begeben, vermengen, bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig für mindestens eine Stunde kühl stellen.

Den gekühlten Teig in zwei Hälften teilen, jede Hälfte auf ein Blatt Backtrennpapier legen, mit etwas Mehl bestreuen und auf ca. 3 mm auswallen.

Die eine Hälfte auf dem Backtrennpapier in die Backform legen und den überstehenden Rand abschneiden. Mit der Gabel den Teig überall einstechen.

Wer möchte, kann den Teig vorbacken, dann ist der Boden kross und nicht pampig. Weil wir aber später noch einen Teigdeckel beifügen möchten, empfehlen wir, die Teigränder fürs Vorbacken mit Alufolie abzudecken.

## BLÄTTERTEIG

### Zutaten (für 2 Portionen)

1 kg gekühlte Butter  
100 g weiche Butter  
1 kg Mehl  
ein Prise Salz  
ca. 5 dl Wasser

### Zubereitung

Gesiebtes Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde formen. Die weiche Butter in Flöcklein schneiden und zusammen mit dem Salz und dem Wasser zügig zu einem weichen, glatten Teig verarbeiten. Danach den Teig für eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Nun die gekühlte Butter in Scheiben schneiden und zwischen zwei Blättern Backtrennpapier mit dem Wallholz plattieren.

Jetzt den gekühlten Teig auf einer bemehlten Fläche rechteckig ausrollen, die dünne Butterscheibe in die Mitte der Teigfläche legen, den restlichen Teig darüber schlagen, zusammendrücken und dann nochmals dünn ausrollen. In drei Schichten übereinanderschlagen und nochmals im Kühlschrank mindestens eine halbe Stunde kühlen. Den gekühlten Teig nochmals ausrollen und gleich wieder in drei Schichten übereinander zusammenlegen. Nun ist der Teig verarbeitungsbereit und kann fürs Backen auf die gewünschte Dicke ausgerollt werden.

## SÜSSE GEDECKTE RHABARBER-WÄHE

### Zutaten

2 Portionen Mürbeteig (dünn ausgewallt)  
4-5 Stangen Rhabarber (geschält und geschnitten)  
50 g gemahlene Haselnüsse  
3 Eier  
2 dl Rahm  
1 Vanillestange  
150 g Zucker

### Zubereitung

Den Rahm mit der ausgekratzten Vanille aufkochen, beiseitestellen und abkühlen lassen.

Die eine ausgewallte Teighälfte zusammen mit dem Backtrennpapier aufs Blech legen. Einstechen und nun entweder bei 200° C ca. 20 Minuten vorbacken oder direkt belegen.

Die gemahlene Haselnüsse auf dem Teigboden verteilen, dann die kleingeschnittenen Rhabarberstücklein darauf geben.

Den abgekühlten Vanillerahm mit Eiern und Zucker verquirlen und über die Rhabarberstücke giessen. Jetzt die zweite ausgewallte Teigplatte auf die Rhabarberkuchen legen und die Ränder gut andrücken. In die Mitte des Teigdeckels ein kleines Loch schneiden, mit etwas feingemahlenem Rohrzucker bestreuen und für 40 Minuten bei 200° C in den vorgeheizten Ofen schieben und backen.

Achtung: Nach der Hälfte der Backzeit, das Backwerk mit etwas Alufolie abdecken, damit der Teigdeckel nicht verbrennt.



## SALZIGE GEDECKTE ZUCCHETTI-WÄHE

### Zutaten

2 Portionen Blätterteig  
3-4 Zucchini  
3 Eier  
2,5 dl Rahm  
50 g Speckwürfel  
3 EL geriebenen Parmesan  
Thymianblättchen  
Salz  
Pfeffer

### Zubereitung

Die Zucchini fein raffeln und in Olivenöl andünsten.

Die eine Teighälfte in die Backform legen und mit einer Gabel einstechen. Wer vorbacken möchte kann das im vorgeheizten Backofen für ca. 20 Minuten auf 200° C tun.

Die gedünsteten Zucchini zusammen mit den Speckwürfeln, dem Parmesan, Pfeffer, Thymianblättchen und Salz mischen. Den Teigboden mit der Zucchini-Mischung belegen. Die Eier und den Rahm verquirlen und über die Zucchini-Mischung giessen. Die zweite, ausgewallte Teighälfte über die Wähe legen, in der Mitte ein kleines Loch einschneiden und die Wähe für 40 bis 50 Minuten im Backofen bei 200° C backen. Achtung, ab der Hälfte der Backzeit die Wähe mit etwas Alufolie abdecken, damit der Teigdeckel nicht verbrennt.

Än Guete!

