

GENUSS GANZ NAH - VEGETARISCH  
**So schmeckt der Herbst 2013 für SWR1**

**Gebratene Herbstpilze mit Mandeln,  
Haselnüsse, Lauch, Kürbis, Kastanien, dazu  
handgemachte Spätzle und Holzapfelmus**



**Zutaten für 4 Personen:**

ca. 400 g Pilze  
je 50 g Mandeln, Haselnüsse, Kastanien  
250 g Hokaidokürbis kleingeschnitten  
1 Stange Lauch kleingeschnitten  
2EI Olivenöl

Sojasoße, Knoblauch, Salz und Pfeffer nach Geschmack  
alles in einer großen heißen Pfanne ca. 10 min Braten.

**Handgemachte Spätzle:**

der Teig:

300 g Mehl

100 g Hartweizengrieß

4 Eier

10 g Salz

ca. 150 ml Wasser

Am besten in einen Spätzle Shaker füllen, durchschütteln das der Teig zäh und luftig wird. In Kochendes  
Salzwasser drücken und nach 3 min Kochen in ein Sieb geben. Mit kaltem Wasser abschrecken  
(geht auch am Vortag). Zum Finish in Butterschmalz anbraten.

**400 g Äpfel (Holzäpfel oder Boskopp)**

mit wenig Wasser weichkochen und dann durch die flotte Lotte drücken. So bekommt man ein herzhaftes  
Apfelmus ( geht immer).

**So schmeckt der Herbst. Guten Appetit!**

**Täglich frisch und kreativ**

**Stübers Restaurant: regional, saisonal und Bio.**

**Täglich von 17.30 Uhr bis 21.15 Uhr geöffnet.**

**Samstag und Sonntag auch Mittags von 11.30Uhr bis 14.15 Uhr.**

**Dienstags geschlossen wegen Kochkursen.**

