

Mein besonderes Familienrezept:

Chabis und Schaffleisch vom Muisili-Grosi

Eingereicht von: Karin S.-L., Sattel

«... man sass eng beieinander an diesem Küchentisch, in einer grossen Küche. Der Eckbank bedeckt mit roten Sitzkissen. An der Wand ein gesticktes Bild und ein alter Kalender mit Landschaftsbildern. Darüber ein Tablar mit matt-silberner Zuckerdose und gepunktetem Milchkrug. Wer keinen Platz auf dem Holzbank hatte, setzte sich aufs «Taburettli». Ging man mit ihr in die Küche, legte sie meist Holz im Herd nach. Es roch nach Holz, getrocknetem Fleisch, «abgeschrecktem» Kaffee und beim Besuch um die Chilbizeit Mitte Oktober, nach feinem Chabis und Schaffleisch.»

Das sind meine Erinnerungen an die Küche meiner Grossmutter, einer kleinen, zierlichen Frau. 10 Kinder hatte sie und Grossvater grossgezogen. Im Frühsommer war man auf der Alp wo sie auch ein Gasthaus bewirtschafteten. Im Herbst zog man mit der Familie zurück ins Dorf.

Wie gerne denke ich an diese Erinnerungen zurück. Und schon damals, ich als kleines Mädchen natürlich noch keine Ahnung von Kochen, bemerkte, dass wohl nicht alle dieses «Chabis und Schaffleisch» gleich machten. Es wurde Wert darauf gelegt, dass die Kartoffeln nur einmal, und zwar längs, geschnitten werden. Sonst wäre es einfach nicht «richtig» gewesen. Und in unserem Rezept gibt es wohl ein Gewürz, das man sonst nirgends anderswo im «Chabis und Schaffleisch» findet, nämlich Zimt. Dieses Gewürz gibt dem Gericht eine wunderbare Wärme und Tiefe, ohne dass es vorherrscht. Ich würde Grosis Rezept nie abändern wollen. Es ist und bleibt das: «Chabis und Schaffleisch vom Muisili-Grosi vom Isithal».

Der Name Muisili-Grosi kommt wohl daher, dass in ihrem Keller ab und zu Mäuse gesichtet wurden.

Rezept Chabis und Schaffleisch vom Muisili-Grosi

Zutaten für 4-5 Portionen

1kg Lammvoressen (von Hals oder Schulter)
1 Weisskabis (ca. 1 ½-2 kg)
1 grosse Zwiebel, fein gehackt
Bratbutter
3-4 EL Rindsbouillonpulver
3dl Wasser
2 TL Zimtpulver
Salz, Pfeffer



1 kg Kartoffeln, festkochend

Zubereitung:

1. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in wenig Bratbutter gut anbraten.
2. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warmstellen.
3. In der selben Pfanne den grob geschnittenen Weisskabis (Strunk vorher wegschneiden) und die Zwiebeln ebenfalls in Bratbutter angebraten bis der Kabis braun wird. Dauert 5-10 Minuten. Dabei immer gut umrühren um ein Anbrennen zu verhindern.
4. Das Fleisch wieder zum Kabis geben. Umrühren, dass das Fleisch unter dem Kabis liegt.
5. Mit der Rindsbouillon und dem Zimtpulver bestreuen und mit Wasser ablöschen.
6. Zugedeckt auf mittlerer Stufe ca. 1 ½ Std. schmoren lassen. .
Der Kabis fällt beim Kochen stark zusammen und bildet noch mehr Flüssigkeit.
7. Vor dem Servieren mit Salz, Pfeffer oder sogar nochmals mit Rindsbouillon abschmecken.

Tipp: ein richtig gutes Chabis und Schaffleisch erhält man, wenn man das Gericht 1 bis 2mal aufwärmt. Die Zeit sollte man sich unbedingt nehmen. Der Kabis wird viel schmackhafter und dunkler und das Fleisch so zart, dass man es mit der Gabel teilen kann.

Dazu serviert man Salzhärdöpfel die man der Länge nach 1 mal halbiert.

