



## Fastenkutteln (falsche Kutteln)

### Fastenkutteln (falsche Kutteln)

Der Name sagt, diese Kutteln wurden während der Fastenzeit gekocht, weil sie eben nicht mit Kutteln, sondern mit in Streifen geschnittenen Omeletten zubereitet wurden. Gefakte Kutteln, wie man heute sagen würde. Mit Tomatensauce sah das Rezept den Kutteln an Tomatensauce sehr ähnlich. Es war aber nicht nur ein Fastenrezept, sondern auch günstiges Alltagsessen, das mit einfachen Zutaten auf den Tisch gezaubert werden konnte. Die Fastenkutteln schmecken mit etwas Käse im Ofen leicht überbacken sehr fein. Zusammen mit Salat einfaches, gutes Mahl.

Das Gericht kennt man auch in der Toscana mit dem Namen Finta Trippa alla Toscana.

Gut geeignet ist ein festerer Omelettenteig mit Mehl, der zu eher dicken Omeletten ausgebacken wird.

### Zutaten

80g Mehl  
1dl Milch  
1dl Wasser  
2 Eier  
3g Salz (3/4Tl)  
Bratbutter

### Sauce:

2dl Passata di Pomodoro  
1 Zwiebel  
1/2Tl Bouillonextrakt  
1/2Tl Kreuzkümmel

Pfeffer, Salz zum Abschmecken  
30g Reibkäse (Sbrinz oder Gruyère)  
Bratbutter

## Zubereitung

Omelette:

Mehl in eine Schüssel geben, Milch unter Rühren langsam zugießen. Zuerst mit einer Gabel verrühren bis das Mehl klumpt. Danach mit dem Schwingbesen weiterrühren, nach der Milch das Wasser einrühren. Eier und Salz zugeben und nochmals kräftig durchrühren. Teig 1 Stunde ruhen lassen.

Teig nochmals durchrühren und zu eher dicken Omeletten ausbacken, etwas auskühlen lassen und zu ca. 2cm breiten und 5-10cm langen Streifen schneiden.

Sauce:

Zwiebel hacken, Kreuzkümmel im Mörser zerstoßen. Beides zusammen in Bratbutter andünsten, die Zwiebel sollten dabei höchstens leicht braun werden.

Passata zugeben und Bouillonextrakt einrühren, eventuell etwas Wasser zugeben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Die Sauce sollte so leicht dickflüssig sein. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pfanne vom Herd ziehen und leicht abkühlen lassen.

Omelettenstreifen unter die Sauce mischen. Eine Gratinform ausbuttern, die "Kutteln" einfüllen, mit Reibkäse bestreuen und mit etwas flüssiger Butter beträufeln.

In der Mitte des auf 200° vorgeheizten Ofens ca. 15 - 20 Minuten überbacken.





*Omelettenteig*



*"Kutteln" schneiden*



