

50 Gründe, Südtirol zu lieben
Ein Film von Stephan Düfel
rbb Fernsehen, 13.12.2019, 20:15 Uhr

Ulis Rezept für die besten Canci Checi

Zutaten für den Teig

- 300g Mehl
- 1 Würfel Germ/Hefe zu 25 g
- 1 Prise Zucker
- 100 g gekochte und ausgedrückte Kartoffeln
- 100 ml lauwarmes Wasser
- 15 g Salz
- 1 Ei
- ½ Kaffeelöffel Anis oder Kümmel
- 50 ml flüssige Sahne

Zutaten für die Füllung

200 g blanchierte, ausgedrückte und passierte oder kleingehackte Brennesseln, Guter Heinrich, Giersch oder einfach nur Spinat oder Mangold, je nach Saison

- 1 Teelöffel Butter oder etwas Olivenöl
- 1 Teelöffel fein gehackte Zwiebel oder/etwas Knoblauch,

wenn man es mag:

- 200 g Ricotta
- 1 Teelöffel Schnittlauch
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Die Canci Checi dann in ÖL ausbacken.