



VLV LENZERHEIDE
VEREIN ZWEITHEIMISCHE

Kochen und Essen für Mann und Frau Bündner Spezialitäten

Datum

Samstag, 2. August 2025
10:00 bis ca. 14:00

Was

Gemeinsames Kochen mit
Frauenverein Alvaschein
typische Bündner Spezialitäten
Capuns und Pizokel

Capuns

sind in Mangoldblätter oder Lattichblätter gewickelte Päckchen aus Spätzliteig, die mit Kräutern und in kleine Stücke geschnittenem Landjäger, Salsiz oder Bündnerfleisch angereichert sind. Capuns werden in Milchwasser gekocht. Je nach Rezept werden sie noch mit Bergkäse überbacken. Dazu reicht man eine Sauce aus Milch und Wasser (halb Milch und Bouillon).

Pizokel

Der Teig besteht aus Mehl (Weizen oder eine Mischung aus Buchweizen und Weizen), Eiern und Milch und/oder Quark. Es gibt auch den Kartoffelpizokel, hier werden geriebene Kartoffeln, Weizenmehl, Eier und Milch verwendet. Je nach Rezept kann der Teig noch mit Petersilie oder Pfefferminze gewürzt werden, bei Kartoffelpizokel mit Muskat.

Lerne mit den Bündner Frauen
diese Spezialitäten in verschiedenen
Arten selber herzustellen.
Anschliessend gemeinsames
Mittagessen.

Wo

Kunst- und Kulturzentrum
Center d'Art e Cultura Alvra
Veia da Scola 7
7451 Alvaschein
(im alten Schulhaus Alvaschein)

Kosten

Pro Teilnehmer wird ein Obulus
von CHF 10.00 einkassiert.

Anmeldung

auf unserer Homepage
vlvlenzerheide.ch bis spätestens
28. Juli 2025

