

Rezepte Monat Februar 2016

1. Überbackenes Siedfleisch mit Zwiebeln
2. Geräuchertes Forellenfilet mit Kresse
3. Entenbrust mit Vanille, Ingwer und Kürbis
4. Eiercognac Terrine
5. Punschrezept
6. Schokoladenrosetten
7. Boullonkartoffeln
8. Rösti Souffles
9. Innerschweizer Käsekuchen
10. Genfer Malakow
11. Lammhuft mit Pommery Senf
12. Berner Rösti
13. Feta Käse gebraten
14. Gorgonzola Toast
15. Blutorange Longdrink
16. Gebratener Mais mit Käse
17. Rindshuft mit Zwiebeln
18. Lothringer Käsekuchen
19. Tirolercake
20. Broccoli mit caramelisierten Orangen
21. Toast mit Kalbsbrät
22. Gemüse Curry
23. Schweinssteak Appenzeller Art
24. Gebratener Schinken
25. Sauce Bologneser Art
26. Milch Shake
27. Bananen im Teigmantel (Thailändisch)
28. Biersuppe

Überbackenes Siedfleisch mit Zwiebeln

Menge 5 Portionen

Zutaten

1.250 kg	Rindshohrücken
25 g	Butter
300 g	Zwiebel
100 ml	Rotwein
300 ml	Braune Sauce
1 x	Salz
1 x	Pfeffer
1 x	Cayenne
75 g	Weissbrot

Zubereitung

Rindshohrücken im Vacuumbeutel bei 80 Grad C im Ofen pochieren. Die Butter erwärmen. Die Zwiebeln fein schnetzeln, im Butter goldgelb dünsten, mit Rotwein ablöschen, reduzieren. Die Braune Sauce dazugeben und kurz kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Cayenne abschmecken. Das Weissbrot fein reiben.

Anrichten

In der Tellermitte etwas Wurzelgemüse anrichten, das Siedfleisch à cheval darauf anrichten, mit der Zwiebelsauce nappieren, Mie de pain darüber streuen und gratinieren.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch

Geräuchertes Forellenfilet mit Kresse

Menge 5 Portionen

Zutaten für den Salat

450 g	Forellenfilets, geräuchert, ohne Haut
150 g	Fenchel, gerüstet
50 g	Shitake-Pilze, frisch, gerüstet
20 g	Sesamöl
150 g	Grapefruit, rosa
150 g	Grapefruit, weiss
100 g	Brunnenkresse, gerüstet
100 g	Peperoni, rot, entkernt
50 g	Peperoni, gelb, entkernt
25 g	Rapsöl
5 g	Estragon, frisch
5 g	Koriander, frisch

Zutaten für die Sauce

80 g	Olivenöl, kalt gepresst
40 g	Reisessig
30 g	Grapefruitsaft
1 x	Meersalz aus der Mühle
1 x	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
1 x	Orangenpulver
1 x	Zitronenpulver

Vorbereitung

Forellenfilets leicht schräg in 2 cm breite Streifen scheiden. Fenchel waschen und in feine Streifchen (Julienne) schneiden. Grapefruits parieren und filetieren, Saft für die Sauce verwenden. Stiele der Shitakepilze, entfernen, Hüte in 1 cm grosse Stücke schneiden Brunnenkresse waschen und trockenschleudern. Peperoni 1 cm grosse Stücke schneiden. Peperoni und Pilze im heissen Rapsöl dünsten. Estragon und Koriander waschen, zupfen, trockentupfen und grob hacken. Aus den Saucenzutaten eine Salatsauce herstellen.

Zubereitung

Salatzutaten (ohne Forellen und Grapefruitfilets) sorgfältig mit der Sauce vermengen, abschmecken und anrichten. Forellenfiletstücke und Grapefruitfilets darauf anrichten und servieren.

Entenbrust mit Vanille, Ingwer und Kürbis

Menge 5 Portionen

Zutaten

für die Bratente

400 g Entenbrust, dressiert
1 x Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
75 g Sonnenblumenöl, high oleic

für die Kürbismarinade

150 g Wasser
75 g Weissweinessig
75 g Weisswein
75 g Zucker
1 x Meersalz, fein
5 g Pfefferkörner, weiss, zerdrückt
5 g Piment, gemahlen
30 g Knoblauch, geschält
250 g Kürbis, geschält und entkernt

für den Vanille-Ingwerjus

3 Stk Vanillestängel
10 g Ingwer, frisch, fein gerieben
10 g Zitronengras, gerüstet
80 g Kalbsjus, gebunden
1 x Meersalz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
20 g Rotweinessig

Zubereitung Kürbismarinade

Wasser aufkochen, Weisswein, Weissweinessig, Zucker, Meersalz, Pfefferkörner, Piment und Knoblauch begeben und 30 Minuten am Siedepunkt ziehen lassen. Kürbis in 5 cm dicke Stücke schneiden und mit einem runden Ausstecher von 3 cm Durchmesser ausstechen. Den Kürbis im Sud pochieren und herausnehmen. Sud zur Glace einkochen und die Kürbisrondellen glasieren.

Zubereitung Vanille-Ingwerjus

Ingwer fein reiben, Zitronengras längs halbieren. Vanilleschote auskratzen und mit dem Kalbsjus, Ingwer und Zitronengras aufkochen. Mit Meersalz, Pfeffer und Rotweinessig würzen und zur gewünschten Konsistenz einkochen, Zitronengras entfernen.

Zubereitung Entenbrust

Entenbrust mit Salz und Pfeffer würzen. Entenbrust auf der Fettseite zuerst im heissen Sonnenblumenöl rosa braten und warm stellen.

Fertigstellung

Die warmen Kürbiswürfel anrichten. Entenbrust fächerartig tranchieren und auf die Kürbiswürfel anrichten. Mit wenig Vanille-Ingwerjus umgiessen und mit einigen Tropfen Vanille-Öl vollenden.

Eiercognac Terrine

Menge 4 Portionen

Zutaten

180 g Couverture, weiss
20 g Milch
50 g Eigelb, frisch (Stk. 25 gr)
10 g Zucker
5 g Agar-Agar
75 g Eiercognac
180 g Vollrahm geschlagen

Für den Heidelbeerkompott

180 g Heidelbeeren frisch
60 g Zucker
20 g Orangensaft

Vorbereitung

Die weisse Couverture raffeln. Heidelbeeren verlesen und waschen.

Zubereitung

Milch der weissen Schokolade begeben und auflösen. Eigelb mit dem Zucker schaumig rühren, zur aufgelösten Couverture geben. Agar-Agar auflösen und unter die Masse geben. Eiercognac begeben. Rahm unter die ausgekühlte Schokoladenmasse melieren. In Form abfüllen und kühlstellen. Heidelbeeren, Zucker und Orangensaft aufkochen, abschmecken und erkalten lassen.

Anrichten

Heidelbeerkompott auf Teller geben, Terrine schneiden und in die Mitte setzen, mit Zimtrahm garnieren.

Deklaration der allergenen Zutaten

Milch-Laktose Eier

Punschrezept

Menge 6.00 Port.

Zutaten

1 l	Traubensaft, weiss
1.5 l	Traubensaft, rot
1.5 l	Apfelsaft
50 ml	Orangensaft
1.5 l	Früchtetee
1 Stk	Orangen
1 Stk	Zitrone
1.5 Stk	Zimtstange
2.5 Stk	Nelken, ganz
100 g	Honig
100 g	Rohrzucker, brauner

Vorbereitung

Ungespritzte Orangen und Zitronen in Scheiben schneiden.

Zubereitung

Alles zusammen aufkochen und nach Bedarf mit Rohrzucker nachsüßen.

Schokoladenrosetten

Menge 30 kleine Stücke

Zutaten

180 g Butter
90 g Puderzucker
60 g Mandelmasse 1:1
60 g Vollei aufgeschlagen
155 g Weismehl
25 g Schokoladepulver
60 g Stärkemehl
90 g Marzipan
20 g Kirsch
60 g Fettglasur / Überzugmasse

Vorbereitung

Backblech mit Silikonpapier auslegen. Mehl, Maizena und Schokoladenpulver zusammen sieben. Marzipan mit Kirsch glattrühren und nach Belieben färben. Fettglasur im Wasserbad erwärmen

Zubereitung

Butter, Staubzucker und Mandelmasse gut schaumig rühren. Eier nach und nach begeben. Mehl sorgfältig unter die Masse melieren. Mit einer mittleren Sterntülle Rosetten auf das Backblech dressieren. Bei 220° C Backen und sofort vom Blech lösen. Je zwei Rosetten mit wenig Marzipan zusammen setzen. Bis zur Hälfte in Glasur tauchen und auf Gitter trocknen lassen.

Deklaration der allergenen Zutaten

Glutenhaltiges Getreide, Milch, Eier, Hartschalenobst

Bouillonkartoffeln

Menge 5 Portionen

Zutaten

625 g	Kartoffeln , Typ A , geschält
15 g	Salz
15 g	Butter
25 g	Schalotten , geschält
15 g	Karotten , geschält
15 g	Lauch , grün , gerüstet
15 g	Knollensellerie , geschält
375 ml	Bouillon
1 x	Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle
5 g	Petersilie , gekraust , frisch

Vorbereitung

Kartoffeln in gleichmäßige Würfel schneiden, in Salzwasser blanchieren, abschütten und auf einem Blech ausbreiten, um ein Weitergaren zu vermeiden. Schalotten fein hacken. Lauch längs halbieren und waschen. Karotten, Lauch und Knollensellerie in Brunoise (Würfelchen) schneiden. Petersilie waschen, zupfen, trocken tupfen und fein hacken.

Zubereitung

Schalotten und Gemüse-Brunoise in niedriger Kasserolle in Butter dünsten. Kartoffeln dazugeben und kurz mit dünsten. Mit heißer Bouillon knapp bedecken, aufkochen und abschäumen. Zudecken und langsam garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.

Hinweise für die Praxis

Die Menge der Flüssigkeit muss so bemessen sein, dass diese am Ende des Garprozesses von den Kartoffeln fast vollständig aufgenommen ist und lediglich wenig Restflüssigkeit zurückbleibt.

Bouillon und Butter können für vegetarische Gerichte durch Gemüsefond und Olivenöl ersetzt werden.

Deklaration der allergenen Zutaten

Milch, Sellerie (inkl. Selleriesalz)

Rösti Souffles

Menge 5 Portionen

Zutaten

15 g	Butter
5 g	Paniermehl
30 g	Eigelb, frisch (Stk. 25 gr)
100 g	Magerquark
25 g	Butter, flüssig
50 g	Hüttenkäse
15 g	Schnittlauch, frisch
35 g	Eiweiss, frisch (Stk. 35 gr)
300 g	Kartoffeln, festkochende

Vorbereitung

Formen ausbuttern und mit Paniermehl austreuen. Kartoffeln schälen und roh zu Rösti raffeln. Eiweiss steif schlagen. Schnittlauch fein schneiden.

Zubereitung

Eigelb, Magerquark, Hüttenkäse, flüssige Butter und Schnittlauch zusammen vermischen. Mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Röstispäne dazumischen und nochmals abschmecken. Das geschlagene Eiweiss unter die Masse ziehen und in die vorbereiteten Formen abfüllen. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C 30 Minuten backen.

Deklaration der allergenen Zutaten

Milch, Eier

Innerschweizer Käsekuchen

Menge 6.00 Port.

Zutaten

600 g Kuchenteig
200 g Sbrinz, gerieben
150 g Emmentaler, gerieben
200 g Vollrahm
200 g Vollmilch
50 g Eigelb, frisch (Stk. 25 gr)
1 x Salz, Pfeffer, schwarz aus der Mühle
1 x Muskatnuss, gerieben
1 x Paprika, delikates
70 g Eiweiss, frisch (Stk. 35 gr)
5 g Backpulver

Vorbereitung

Kuchenteig rund auswallen. Die Eiweiss mit dem Backpulver steif schlagen.

Zubereitung

Ein ausgebuttertes Wähenblech von 26 cm Durchmesser mit dem Teig auslegen. Den Boden mit einer Gabel regelmässig einstechen. Sbrinz und Emmentaler mischen und locker auf dem Teigboden verteilen. Rahm, Milch und Eigelb verquirlen und mit Salz, Muskat und Paprika würzen. Den Eischnee unter die Rahm-Milch-Mischung ziehen und diese über den Käse giessen. Mit einer Gabel alles leicht lockern. Den Käsekuchen im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen auf der untersten Rille 30-35 Minuten backen.

Deklaration der allergenen Zutaten

Milch, Eier

Genfer Malakow

Menge 4 Portionen

Zutaten

200 g Greyerzer
20 g Senf , mild

Teig

100 g Weissmehl
120 g Bier, hell
15 g Erdnussöl
Prise Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle
Prise Muskatnuss, gerieben
40 g Eiweiss, frisch
45 g Oelverlust beim fritieren

Vorbereitung

Greyerzer entrinden und in Stäbchen von etwa 8 cm Länge und 2 cm Breite schneiden. Mit Senf einstreichen. Weissmehl, Bier und Oel zu einem Teig vermischen, abschmecken und mindestens eine Stunde ruhen lassen.

Zubereitung

Eiweiss zu Schnee schlagen und kurz vor Gebrauch unter den Teig mischen. Greyerzertranchen im Backteig wenden. In der Friteuse bei 170° C goldgelb ausbacken. Auf saugfähiger Unterlage gut abtropfen lassen.

Bemerkungen

Nach Belieben mit einer Tomatensauce servieren

Deklaration der allergenen Zutaten

Glutenhaltiges Getreide, Milch, Eier

Lammhuft mit Pommery Senf

Menge 4 Portionen

Zutaten

600 g	Lammhuft , dressiert
5 g	Gewürzsalzmischung für Lamm
30 g	Sonnenblumenoel , high oleic
100 g	Weisswein
5 g	Pfefferkörner , weiss
160 ml	Brauner Kalbsfond
20 g	Pommery - Senf
5 g	Oregano, frisch
Prise	Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle

Vorbereitung

Pfefferkörner fein zerdrücken. Oregano waschen, trockentupfen, zupfen und fein hacken. Oreganostiele zerkleinern und für die Reduktion verwenden.

Zubereitung

Lammhuft mit dem Gewürzsalz würzen. In einem Sautoir im heißen Sonnenblumenöl beidseitig ansautieren. Bei niedriger Temperatur zur gewünschten Garstufe (rosa, Kerntemperatur 55 °C) fertig sautieren. Lammhuft herausnehmen und bei ca. 60 °C abstehen lassen. Bratensatz mit Weißwein ablöschen, Pfefferkörner und Oreganostiele begeben. Reduktion zu einem Drittel einkochen und braunen Kalbsfond begeben. Sauce passieren und zur gewünschten Konsistenz einkochen. Pommery-Senf begeben und nochmals aufkochen. Sauce abschmecken und die gehackten Oreganoblätter begeben.

Anrichten

Saucenspiegel anrichten. Lammhuft quer zum Faserverlauf dünn aufschneiden. Fächerförmig auf dem Saucenspiegel anrichten und mit Butter bepinseln.

Berner Röstli

Rezept für 4 Portionen

Zutaten

- 520 g Kartoffeln, Typ B/C, in Schale
- 50 g Bratbutter eingesotten
- 30 g Zwiebeln, geschält
- 30 g Speck , geräuchert
- 1 Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

Vorbereitung

Kartoffeln in der Schale in Salzwasser sieden (Kartoffeln sollten knapp gar sein). Kartoffeln noch warm schälen. Kalte Kartoffeln mit der Röstiraffel grob reiben. Zwiebeln fein hacken. Speck in kleine Würfel schneiden.

Zubereitung

Zwiebeln und Speckwürfel in der Bratbutter goldgelb sautieren. Geriebene Kartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen und dazugeben. Gleichmäßig sautieren und zu Kuchen formen. Beidseitig goldgelb knusprig sautieren, auf vorgewärmte Platte stürzen oder portionenweise auf Teller anrichten.

Feta Käse gebraten

Rezept für 4 Portionen

Zutaten

400 g	Feta (griechischer Schafskäse)
1 x	Alufolie
100 g	Zwiebelringe
15 g	Rosmarinnadeln
60 g	Olivenöl Extra Vergine
1 x	Salz, Pfeffer, schwarz aus der Mühle

Vorbereitung

Den Feta der Länge nach durchschneiden, sodass man Fetzscheiben erhält. Stückchen Alufolie (ca. doppelt so gross wie der Feta, zum Einwickeln) abreissen und mit ein wenig Olivenöl bestreichen, damit der Feta dann nicht anbrennt. Nun den Feta in die Folie legen und mit Zwiebelscheiben und Rosmarin belegen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitung

Jetzt wird alles in die Folie gewickelt und auf den Grill gelegt nicht unbedingt in die Mitte, da es sonst zu schnell anbrennt. Nach ca. 15-20 Minuten, wenn der Feta leicht geschmolzen ist, auswickeln und schmecken lassen. Dazu gibt es Weissbrot und Rotwein.

Tipp

Das Weissbrot entweder kurz auf den Grill legen oder einfach aufschneiden.

Gorgonzola Toast

Rezept für 4 Portionen

Zutaten

80 g	Toastbrot (Scheibe = 20 gr)
40 g	Butter
120 g	Schinken, gekocht
40 g	Preiselbeerkonfitüre
160 g	Gorgonzola

Vorbereitung

Die Brotscheiben einseitig rösten.

Zubereitung

Die ungeröstete Seite mit Butter oder Margarine bestreichen. Die Schinkenscheiben halbieren und die Brotscheiben damit belegen, in die Mitte je einen Teelöffel Preiselbeermarmelade geben. Den Gorgonzola in Stücke schneiden und darum herumlegen. Die Toastschnitten auf einen mit Alufolie bespannten Grillrost legen und unter den vorgeheizten Grill schieben. Etwa 3 Minuten grillieren, bis der Käse zerläuft.

Blutorange Longdrink

Rezept ist für eine Portion.

Zutaten

1	Orange	Orangensaft, frisch gepresst
160	Gramm	Grenadinsirup
10	Gramm	Zitronensaft, frisch gepresst
10	Gramm	Eiswürfel
40	Gramm	Zitronenscheiben mit Schale

Zubereitung

Alle Zutaten mit einigen Eiswürfeln direkt in einem Longdrinkglas verrühren. Eine Zitronenscheibe einschneiden und an den Glasrand stecken. Mit Trinkhalm servieren.

Gebratener Mais mit Käse

Menge 4 Portionen

Zutaten

200	Gramm	Maisgriess
400	Gramm	Vollmilch
400	Gramm	Wasser
5	Gramm	Salz
100	Gramm	Eier (ein Stück ist 50 bis 55 Gramm)
50	Gramm	Weissmehl
100	Gramm	Greyerzer, gerieben

Zubereitung

Mais unter ständigem rühren in das gesalzene, siedende Milchwasser einrühren und ca. 20 Minuten kochen lassen. Auf ein ausgespültes Kuchenblech giessen, glattstreichen und erkalten lassen. Mais in Vierecke schneiden (ca. 8 x 8 x 2 cm), mehlen und im geklopften, gesalzenen Ei wenden. Auf kleinem Feuer beidseitig anbraten und warm stellen. Vor dem Anrichten mit Reibkäse bestreuen.

Rindshuft mit Zwiebeln

Zutaten

500	Gramm	Rindshuft
5	mittelgrosse	Zwiebeln (Gemüsezwiebeln)
1	Bund	Frühlingszwiebeln
3	Stück	Knoblauchzehen
3	EL	Sojasauce
1	EL	Sambal Oelek
3	EL	Sonnenblumen oder Rapsöl
250	Gramm	Sojabohnen-Sprossen
250	ml.	Bouillon
1	EL	Stärkemehl

Zubereitung

Das Fleisch in Streifen schneiden, mit 3 EL Öl, 3 EL Sojasauce, dem gepressten Knoblauch und dem Sambal Oelek vermengen und mindestens ½ Stunde ziehen lassen. Die Zwiebeln in halbe, sehr dünne Ringe schneiden. Den heissen Wok mit Öl ausschwenken, das überschüssige Öl abgiessen und die Zwiebeln darin anbraten bis sie anfangen zu bräunen und nach Röstzwiebeln riechen. Zur Seite schieben oder aus dem Wok nehmen und das Rindfleisch samt Marinade scharf anbraten. Das Stärkemehl mit 1-2 EL Brühe anrühren damit es nicht klumpt, mit der restlichen Brühe zum Fleisch geben und aufkochen lassen. Die Zwiebeln, falls sie aus dem Wok genommen worden sind, wieder zugeben, ebenso das Grün der Frühlingszwiebeln und die Sojasprossen. Noch einmal kurz aufkochen und mit Reis servieren.

Lothringer Käsekuchen

Menge für einen Kuchen von 24 cm Durchmesser

Zutaten

300 Gramm Blätterteig rund ausgerollt

Füllung

20 Gramm Kochbutter

100 Gramm Zwiebeln

100 Gramm Kräuterspeck ohne Schwarte und Knorpel

100 Gramm Greyerzerkäse gerieben

Guss

80 Gramm Eigelb

1,5 dl Vollrahm

1,5 dl Milch

etwas Salz, Pfeffer und Muskatnuss

100 Gramm Eiweiss zum Steifschlagen

Vorbereitung

Rundes Backblech mit Backtrennfolie und Blätterteig belegen. Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden (oder hacken). Speck in feine Streifen oder Würfel schneiden. Zwiebeln und Speck mit Butter in einer antihaf-beschichteten Pfanne dünsten und erkalten lassen. Gusszutaten in einer Schüssel vermischen, das Eiweiss steifschlagen und darunterziehen.

Zubereitung

Den ausgelegten Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Die Zwiebel-Speckmischung darauf verteilen und mit Käse bestreuen. Den Guss darübergießen und den Kuchen im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad ca. 25 Minuten backen. Den Kuchen ca. 5 Minuten abstehen lassen, portionieren und auf einer Tortenplatte heiss servieren.

Tirolercake

Menge für 2 kleine Cake oder einen grossen Cake

Zutaten

100	Gramm	Kochbutter
100	Gramm	Kristallzucker
60	Gramm	pasteurisiertes Eigelb
50	Gramm	Mandelmasse
80	Gramm	geriebene Haselnüsse
100	Gramm	Blockschokolade in Würfel
150	Gramm	Weissmehl
½	Briefli	Backpulver
80	Gramm	Eiweiss
10	Gramm	Staubzucker zum Bestreuen

Vorbereitung

Butter und Zucker zusammen schaumig rühren. Mehl sieben und mit dem Backpulver vermischen. Eiweiss steif schlagen. Cakeform mit Backfolie auslegen.

Zubereitung

Die pasteurisierten Eigelb und die Mandelmasse zur Buttermischung geben und schaumig schlagen. Geriebene Haselnüsse zur Masse geben und darunter mischen. Die Schokoladenwürfel darunter mischen. Die Mehl-Backpulver-Mischung unter die Masse melieren und das Eiweiss darunter ziehen. In mit Baktrennfolie ausgelegte Formen einfüllen. Bei 170° C im Ofen ca. 40 Minuten goldbraun backen. Auskühlen lassen, aus der Form nehmen und mit Staubzucker bestreuen. Portionieren.

Broccoli mit caramelisierten Orangen

Menge 5 Portionen

Zutaten

700 g	Brokkoli frisch
150 g	Orangenschnitze und den Saft davon
20 g	Die Butter
40 g	Feinkristallzucker
10 g	Pistazienkerne geschält

Zubereitung

Den Brokkoli rüsten, dämpfen und würzen. Die Butter erwärmen, den Zucker zugeben und caramelisieren. Den Orangensaft begeben und aufkochen. Die Orangenfiltes sowie die Pistazienkerne zugeben und abschmecken. Über den Brokkoli verteilen.

Toast mit Kalbsbrät

Menge 4 Portionen

Zutaten

440 g	Kalbsbrät
1.5 dl	Kalbsfond
20 g	Butter
15 g	Zwiebeln gehackt
320 g	Mischpilze, z.B. Champignons Steinpilze, Eierschwämmli
40 ml	Weisswein
20ml	Cognac
80ml	Vollrahm UHT
160 g	Toastbrot (Scheibe = 20 gr)
80 g	Schinken, Model m. Fett
	Schnittlauch

Zubereitung

Das Kalbsbrät mit einer 12er Tülle auf ein Stäbchengitter dressieren und mit dem Horn in den heissen Kalbsfond drücken, wenn sie an die Oberfläche kommen, abfischen. Die gehackten Zwiebeln in der Butter glasig dünsten und dann die Mischpilze mit sautieren. Mit dem Weisswein ablöschen und einreduzieren. Den Cognac zugeben und dem abgebundenen Kalbsfond aufgiessen. Den Vollrahm zugeben, und Abschmecken. Die Pilze und das Brät zugeben. Das in Scheiben geschnittene Toastbrot rösten und auf Teller setzen. Den Schinken braten und auf den Toast legen danach mit der Fleischbilsauce nappieren. Schnittlauch darüber streuen.

Gemüse Curry

Menge 4 Portionen

Zutaten

40 g	Blumenkohl, frisch, gerüstet
40 g	Karotten, geschält
40 g	Weissrüben (Navetes), geschält
40 g	Bohnen, fein, gerüstet
40 g	Erbsen, frische
4 g	Kokosfett
10 g	Zwiebeln, geschält
4 Stk	Knoblauchzehen, geschält
5 g	Curry, Madras
2 dl	Currysauce scharf
80 g	Kokosmilch

Vorbereitung

Das Gemüse waschen und wunschgemäss schneiden oder tournieren. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken.

Zubereitung

Gemüse blanchieren, abschütten und ausdämpfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch im Fettstoff dünsten, Currypulver dazugeben. Die Gemüse beifügen, mit der Sauce auffüllen, abschmecken mit Kokosmilch verfeinern.

Tipp

Es können beliebig viele Gemüsevariationen verwendet werden, jedoch müssen sie zusammen passen. Frittiertes Gemüse, wie Auberginen und Zucchini, passen sehr gut zusammen.

Schweinssteak Appenzeller Art

Menge 4 Portionen

Zutaten

600 g	Schweinsnierstück
40 g	Mehl
1.20 dl	Erdnussöl
80 g	Appenzeller Mostbröckli
120 g	Appenzellerkäse, vollfett
4 dl	Braune Sauce
80 g	Butter

Zubereitung

Das Schweinsteak mit Salz und Pfeffer würzen, mehlen und im Erdnussöl braten. Das Mostbröckli geschnitten auf das Fleisch geben und den Appenzellerkäse über das Mostbröckli verteilen und im Ofen überbacken. Braune Sauce einreduzieren und mit dem Butter montieren.

Gebratener Schinken

Menge 5 Portionen

Zutaten

1200 g	Beinschinken , geräuchert , roh
15 g	Butter
125 g	Mirepoix für Fleischgerichte (Röstgemüsemischung Karotten, Sellerie, Wurzelpetersilie fein geschnitten)
75 g	Madeira
75 g	Weisswein
3/8 lt.	Brauner Kalbsfond
5 g	Stärkemehl
15 g	Puderzucker

Vorbereitung

Schinken bis 3/4 durch pochieren. Schwarte und Schlüsselknochen entfernen. Fettschicht rhombusartig (schräge Quadrate) einschneiden

Zubereitung

Mirepoix in einer Braisiere leicht anrösten. Schinken darauf setzen. Mit Madeira und Weisswein deglacieren. Mit braunem Kalbsfond bis 1/4 der Höhe auffüllen. Unter fleissigem Begiessen fertig schmoren. Schinken herausnehmen und warm stellen. Schmorfond passieren, etwas einkochen und mit Stärkemehl leicht binden. Schinken mit Puderzucker bestäuben und unter dem Salamander kurz glasieren. Sauce separat dazu servieren.

Hinweise für die Praxis

An Stelle von Staubzucker kann der Schinken mit leicht verdünntem Honig bestrichen werden.

Sauce Bologneser Art

Menge 5 Portionen

Zutaten

40 ml	Olivenöl Extra Vergine Excel
400 g	Rindshackfleisch
10 g	Knorr Fleisch Würz-Mix
10 g	Knoblauch gehackt
40 g	Zwiebel gehackt
80 g	Gemüsewürfeli
40 g	Tomatenpürée
190 g	Tomatenwürfeli
1 dl	Rotwein
4 dl	Braune Sauce
10 g	Kräuter nach Saison

Zubereitung

Das Olivenöl erwarämen, das Rindshackfleisch darin abraten mit dem Würzmix würzen, den Knoblauch, die gehackten Zwiebeln und die Gemüsewürfel zugeben und mitdünsten. Danach das Tomatenpürée zugeben und dünsten, die Tomatenwürfeli beifügen und mit dem Rotwein ablöschen. Die Braune Sauce zugeben und alles weichkochen. Zuletzt die Kräuter beifügen.

Milchshake

Zutaten

- 1 Liter Vollmilch
- 5 Portionsbeutel Ovomaltine oder Schokoladenpulver
- Evtl. Zucker

Zubereitung

Alles in einen Shaker geben und zubereiten (schnütteln). Servieren Sie es im Glaskrug

Bananen im Teigmantel (Thailändisch)

4 Portionen

Zutaten

280 g	Bananen, geschält (Stk. 140 gr)
150 g	Tempuramehl
300 g	Wasser
20 g	Zucker
1 x	Salz
30 g	Kokosraspel
20 g	Sesamsamen
250 g	Kokosfett
60 g	Honig flüssig

Vorbereitung

Bananen der Länge nach halbieren und jede Hälfte noch einmal quer in 2 gleich grosse Teile schneiden. Aus Mehl, einer Prise Salz und Wasser einen klumpenfreien zähflüssigen Teig anrühren.

Zubereitung

Kokosfett erhitzen. Sesamsamen unter den Teig mischen. Bananenstücke im Teig wenden und schwimmend ausbacken. Gut abtropfen lassen. Mit dem flüssigem Honig beträufeln.

Biersuppe

4 Portionen

Zutaten

30 g	Weissmehl
800 g	Bier, hell
300 g	Gemüsebouillon
20 g	Petersilie, gekraut, frisch
100 g	Halbrahm
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

Vorbereitung

Petersilie hacken, beiseite stellen. Eine kräftige Bouillon zubereiten.

Zubereitung

Mehl in einer Pfanne ohne Fett 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze rösten. Mit Bier und Bouillon ablöschen. 20 Minuten bei schwacher Hitze unter zeitweisem rühren köcheln lassen. Rahm zur Suppe giessen. Aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp

Die Suppe mit frischen oder getrockneten Hopfendolden garnieren

Anrichten

Suppe in vorgewärmte Schalen verteilen und mit Petersilie bestreuen.