

# Rezepte Monat Juni 2016

1. Broccoli mit caramelisierten Orangen
2. Chriesibrägel
3. Sommerlicher Salat mit Zander
4. Toast mit Kalbsbrät
5. Vitello Tonato
6. Gefüllter Apfel
7. Gemüse Curry
8. Curry Kartoffeln
9. Lauwarme Entenbrust mit Gemüse
10. Schweinssteak Appenzeller Art
11. Kurzgebratene Straussenmedaillon Rhabarber
12. Gebratener Schinken
13. Pouletbrüstli mit Krevetten
14. Filet Stroganoff
15. Rindsplätzli
16. Rindszunge mit Meerrettich
17. Roastbeef mit Steinpilzen und Sauerrahm
18. Sauce Bologneser Art
19. Milchshake
20. Amuse-bouche aus Englischbrot
21. Champignon-Rahm-Sauce mit Kalbfleisch
22. Schneekartoffeln
23. Gemüseschaumsuppe (Warmes Gemüse-Espuma)
24. Mango Lassi
25. Erdbeer-Charlöttchen mit Ricottafüllung
26. Indische Caramellchöpfli
27. Ratatouille mal anders
28. Felchenfilet mit Paprikasauce
29. Forelle Müllerinnen-Art
30. Zander mit Rhabarber
31. Gegrillte Gemüsezwiebeln
32. Gegrillte Teigstangen
33. Pizakartoffeln
34. Italienischer Brotsalat
35. Melonen Mango Kaltschale

# Broccoli mit caramelierten 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 caramolisieren. Den Orangensaft begeben und aufkochen. Die Orangenfiltes sowie die Pistazienkerne zugeben und abschmecken. Über den Brokkoli verteilen.

# Chriesibrägel

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

800 g	Kirschen, entsteint
200 g	Apfelsaft, süss
20 g	Zucker
1.0 Stk	Zimtstange
10 g	Maizena, Maisstärke
25 g	Wasser
200 g	Weissbrot
40 g	Butter

## Vorbereitung

Das Brot in kleine Würfel schneiden.

## Zubereitung

Kirschen mit Apfelsaft, Zimtstengel und Zucker aufkochen und auf kleinem Feuer 4-5 Minuten ziehen lassen. Kompott abgiessen, den Saft mit Wasser und Maizena mischen und unter Rühren zu Sirup kochen. Die Kirschen wieder begeben und mischen. Die Kirschen in einer Schüssel anrichten. Brotwürfel in der Butter goldgelb backen und diese kurz vor dem Servieren über die Kirschen verteilen.

## Tipp

Dieser Prägel kann auch mit Holunder oder Heidelbeeren zubereitet werden.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch

## Sommerlicher Salat mit Zander und Melonenkugeln

Menge 4 Portionen

### Zutaten:

120 g Salatblätter gemischt  
400 g Zanderfilets  
30 g Olivenöl  
120 g Melone, Honig-od.Netzmel.  
2 dl Salatsauce mit Sherryessig

### Zubereitung:

Die gemischten Salatblätter rüsten, waschen und auf Teller anrichten. Die Zanderfilets mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer 10 min. marinieren. Das Olivenöl erwärmen und die Zanderfilets vorsichtig braten. Die noch warmen Fischfilets zum Salat anrichten. Von der Melone Kugeln ausstechen und auf dem Teller verteilen. Die Salatsauce über die Salatblätter träufeln und mit Kräutern garnieren.

# Toast mit Kalbsbrät

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

440 g Kalbsbrät  
1.2 dl Kalbsfond  
20 g Butter  
16 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.

# Vitello Tonato

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

480 g	Kalbsbraten(Schulter,Bug)
160 g	Thon, weiss oder rosé
1,6 dl	Kalbsfond
1,6 dl	Rahm 35 %
160 g	Mayonnaise Thomy

## Zubereitung

Den Braten im Ofen gebraten, dann mit der Maschine aufschneiden.  
Den Thon, den Kalbsfond, sowie den Rahm und die Mayonnaise zusammen mixen und abschmecken.

## Anrichten:

Fleisch auf Teller anrichten, Salatbouquet dazu dressieren und mit der Sauce nappieren, ausgarnieren.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch, Fische

# Gefüllter Apfel

## Zutaten:

1.125kg	Tafeläpfel
150 g	Knollensellerie
15 g	Zitronensaft , frisch
175 g	Vollmilchjogourt , nature
5 g	Schnittlauch
50 g	Baumnusskerne , halbiert
1 x	Abschmecken

## zum Garnieren:

175 g	Rohschinken
10 g	Petersilie , gekraust , frisch

## Vorbereitung:

Äpfel ( 1 Stück pro Person) waschen und von der Stielseite einen Deckel abschneiden. Mit dem Pariserlöffel das Kerngehäuse entfernen und aushöhlen indem man Kugeln aussticht. Apfelkugeln mit Zitronensaft vermischen. Sellerie in Brunoise schneiden und ebenfalls mit Zitronensaft vermischen. Schnittlauch fein schneiden. - Baumnusskerne grob hacken

## Zubereitung:

Apfelkugeln und Sellerie-Brunoise mit Joghurt, Schnittlauch, Baumnüssen, Salz und Pfeffer vermischen. In die ausgehöhlten Äpfel füllen, Deckel aufsetzen. Auf Teller anrichten. Seitlich mit Rohschinkenranchen und Petersilie garnieren.

# 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  
4 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.



# Curry Kartoffeln

Menge 10 Portionen

## Zutaten:

500 g Kartoffeln, Urgenta, geschält  
5 g Kurkuma  
25 g Zwiebeln, geschält  
10 g Chili-Schotten, rot, entkernt  
100 g Kokosmilch  
250 g Curryfond  
15 g Butter  
15 g Weismehl  
100 g Vollrahm 35%

## Vorbereitung:

Kartoffeln in 1 cm grosse Würfel schneiden. Zwiebeln und Chilischoten fein schneiden.

## Zubereitung:

Kartoffeln mit Kurkuma bestreuen und im Salzwasser garen, abschütten, ausdämpfen lassen. Den Fond aufbewahren bis zu 1/4 einkochen. Zwiebeln und Chili in Butter dünsten, alles in das Anrichtegeschirr geben. Mit der heissen Sauce nappieren. Für die Sauce, Butter und Mehl einen Roux herstellen, mit dem Fond und dem einreduzierten Kartoffelfond auffüllen und abbinden, mit Rahm und Kokosmilch verfeinern.

# Lauwarme Entenbrust mit Gemüse

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

280 g Entenbrust , dressiert  
Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle  
20 g Sonnenblumenoel , high oleic

## Zutaten Salat:

50 g Peperoni , rot , entkernt  
50 g Peperoni , gelb , entkernt  
50 g Zucchetti , grün , gerüstet  
50 g Tomaten , geschält , entkernt  
32 g Oliven, schwarz , ohne Stein  
32 g Zwiebeln , rot , geschält  
56 g Olivenöl , kalt gepresst  
28 g Aceto balsamico weiss / Balsamessig  
2 g Basilikum , frisch  
10 g Rucola , gerüstet  
Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle

## Vorbereitung:

Die Fettseite der Entenbrüstchen mit einem scharfen Messer kreuzweise einschneiden. Rote und gelbe Peperoni waschen und in gleichmäßige Streifen schneiden. Zuchetti waschen und in 5 mm große Würfel schneiden. Tomaten in Streifen schneiden. Oliven halbieren. Zwiebeln in dünne Ringe schneiden. Basilikum waschen, zupfen, trockentupfen und grob hacken. Rucola waschen und trockenschleudern.

## Zubereitung:

Sonnenblumenöl in einer Lyoner Pfanne erhitzen. Entenbrust mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Fettseite zuerst anbraten. Entenbrust rosa braten, herausnehmen und warm stellen. Zucchetti und Peperoni im Drucksteamer knackig dämpfen. Lauwarmes Gemüse mit Olivenöl und Balsamessig vermischen. Tomatenstreifen, Oliven, Zwiebelringe und Basilikum begeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

## Anrichten:

Gemüsesalat in der Tellermitte anrichten. Entenbrust fächerförmig dünn tranchieren und an den Gemüsesalat anrichten. Mit Rucolablättern ausgarnieren.

## Hinweise für die Praxis:

Als knusprige Brotbeilagen passen Grissini oder ein lauwarmes, mit Oregano gewürztes Pizzabrot.

# 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.

# Kurzgebratene Straussenmedaillon Rhabarber

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

600 g	Straussenfilets, dressiert
	Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle
40 g	Sonnenblumenoel , high oleic
20 g	Schalotten , geschält
60 g	Rotwein
2 dl	Demi-glace
40 g	Zucker
200 g	Rhabarber , gerüstet
10 g	Butter
30 g	Weisswein
110 g	Orangensaft , frisch gepresst

## Vorbereitung:

Straußenfilet in 50 g schwere Medaillons schneiden (pro Person 3 Medaillons). Schalotten fein hacken. Rhabarber von den Fasern befreien und in 1 cm große Würfel schneiden.

## Zubereitung:

Straußenmedaillons würzen und im stark erhitzten Öl sautieren (Garstufe blutig). Herausnehmen und warm stellen. Überschüssiger Fettstoff ableeren und im Restfettstoff die Schalotten andünsten. - Mit Rotwein ablöschen und einkochen lassen. Mit Demi-glace auffüllen und kurz aufkochen. Zucker in einem Sautoir caramellisieren. Butter begeben, mit Weißwein und Orangensaft ablöschen und so lange kochen, bis der Zucker vollständig aufgelöst ist. Rhabarberwürfel begeben und vorsichtig weich dünsten. Rhabarberwürfel herausnehmen und warm stellen. Rhabarbergarflüssigkeit zur Sauce geben und durch ein Drahtspitzsieb passieren. Sauce zur gewünschten Konsistenz einkochen und abschmecken.

## Anrichten:

Straußenmedaillons auf einen Saucenspiegel anrichten.

Rhabarberwürfel über die Medaillons geben. Restliche Sauce in einer Sauciere separat dazu servieren.

## Hinweise für die Praxis:

Fleischsaft der Straußenmedaillons der Sauce begeben. Außerhalb der Saison können tiefgekühlte Rhabarbern verwendet werden.

# Gebratener Schinken

Menge 5 Portionen

## Zutaten:

1200 g	Beinschinken , geräuchert , roh
13 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
13 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.

# Pouletbrüstli mit Krevetten

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

400 g Poulardenbrust, dressiert, mit Haut  
Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle  
20 g Sonnenblumenoel , high oleic  
320 g Riesencrevettenschwänze mit Schale  
Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle  
8 g Olivenoel Extra Vergine  
Kerbel , frisch

## Sauce

20 g Weisswein  
0.5 dl Krustentierfond  
100 g Doppelrahm 45%  
16 g Cognac

## Beilagen

280 g Kefen , frisch , gerüstet  
8 g Schalotten , geschält  
20 g Butter  
Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle

## Vorbereitung:

Die Riesenkrevetten bis auf die Schwanzflosse von der Schale befreien. Riesenkrevetten-Schalen grob zerkleinern und für die Sauce verwenden. Riesenkrevetten am Rücken einschneiden und den Darm entfernen. Kerbel waschen, zupfen und trockentupfen. Kefen im Salzwasser blanchieren, abschrecken und abschütten. Schalotten fein hacken.

## Zubereitung:

Poulardenbrust mit Salz und weißem Pfeffer würzen und in einem Sautoir im Sonnenblumenöl mit wenig Farbgebung sautieren. Poulardenbrust herausnehmen und im Ofen bei 120 °C ca. 10 Minuten abstehen lassen. Die Riesenkrevetten-Schalen im Bratensatz anrösten. Mit Weißwein ablöschen, sirupartig einkochen und mit dem Krustentierfond auffüllen. Aufkochen und den Bratensatz auflösen. Fond durch ein Drahtspitzsieb passieren und zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen. Doppelrahm begeben, nochmals etwas einkochen, mit Cognac verfeinern und abschmecken.

Riesenkrevetten mit Salz und weißem Pfeffer würzen, mit Olivenöl bepinseln und auf dem heißen Grill garen. Schalotten in Butter weich dünsten, Kefen begeben, knackig garen und abschmecken.

# Filet Stroganoff

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

640 g	Rindsfilet , 1.Qualität, dressiert
30 g	Bratbutter
4 g	Gewürzsalzmischung für Fleisch
40 g	Peperoni , gelb , entkernt
40 g	Peperoni , rot , entkernt
40 g	Essiggurken , abgetropft
40 g	Zwiebeln , geschält
40 g	Champignons , frisch , gerüstet
16 g	Paprika , scharf
80 g	Rotwein
1.6 dl	Demi-glace
160 g	Halbrahm , 25%
	Pfeffer , weiss , aus der Mühle
	Tabasco , rot

## Vorbereitung:

Das Rindsfilet in Würfel zu etwa 20 g schneiden. Die Peperoni, Gurken und Zwiebeln in Julienne (Streifchen) schneiden. Die Champignons in Scheiben schneiden.

## Zubereitung:

Das Fleisch in der Bratbutter kurz und heiß ansautieren, würzen und herausnehmen. Die Peperoni, Zwiebeln und Champignons dünsten, Gurken dazugeben. Mit dem Paprika stäuben und mit dem Rotwein ablöschen. Mit der Demi-glace auffüllen und kurze Zeit durchkochen lassen. Sauce mit saurem Halbrahm verfeinern, mit Pfeffer und Tabasco abschmecken. Das Fleisch in der Sauce kurz erhitzen, ohne jedoch aufzukochen.

## Hinweise für die Praxis:

Vor dem Servieren kann das Gericht mit etwas geschlagenem Vollrahm oder kleinen Klecksen von saurem Halbrahm garniert werden. Das Gericht kann auch mit Straußenfleisch zubereitet werden.

# Rindsplätzli

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

640 g Rindsentrecotes  
4 g Knorr Fleisch Würz-Mix  
12 g Senf  
20 ml Erdnussoel  
60 g Zwiebel

## Tomatensauce

20 g Die Butter  
32 g Zwiebel gehackt  
240 g Tomatenwürfeli  
40 ml Vin blanc Monvallon  
4 g Kräuter nach Saison

## Zubereitung

Das Rindsentrecote dressieren und in 4 Steaks schneiden, würzen und mit dem Senf einstreichen. Anschliessend im Erdnussöl braten und warm stellen. Die Zwiebeln mehlen und frittieren.

## Tomatensauce:

Die Zwiebeln in der Butter glasigdünsten, die Tomatenwürfeli zugeben und mit dem Vin blanc ablöschen und aufkochen.

## Anrichten:

Die Tomatensauce über das Steak geben und mit den frittierten Zwiebelringen und Kräuterbouquet garnieren



# Rindszunge mit Meerrettich

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

600 g Rindszunge geräuchert  
20 g Butter  
24 g Zwiebel gehackt  
40 ml Weisswein  
1.2 dl braune Sauce  
20 g Meerrettich  
4 g Schnittlauch

## Zubereitung:

Die Rindszunge im kalten Wasser ohne jegliche Zutaten ansetzen und weichkochen. Herausnehmen, kalt abspülen und schälen. Die Butter schmelzen und die Zwiebeln darin dünsten. Mit Weisswein ablöschen und die braune Sauce zugeben und aufkochen. Den Meerrettich zugeben und abschmecken. Mit Schnittlauch garnieren.

# Roastbeef mit Steinpilzen und Sauerrahm

Menge 4 Portionen

## Zutaten:

32 ml	Erdnussöl
600 g	Rindsentrecotes
5 g	Fleischgewürz würzen
24 g	Schalotten geschält
200 g	Steinpilze
80 ml	Braune Sauce
80 ml	Sauerrahm

## Zubereitung

Das Erdnussöl erwärmen, die Rindsentrecote dressieren und würzen und im heißen Öl anbraten. Im Ofen bei 100 Grad rosa braten. Die Schalotten fein schneiden und in der Bratpfanne dünsten. Die Steinpilze rüsten, würzen und ebenfalls andünsten danach warmstellen. Die braune Sauce, die Steinpilze und den Sauerrahm zugeben und das ganze abschmecken.

## Anrichten:

Das Fleisch aufschneiden, anrichten und mit der Sauce leicht nappieren.

# 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

# Amuse-bouche aus Englischbrot

## Zutaten für 30 Stück:

½ Englischbrot ca. 5 x 5 cm

### Senfbutter

80 g Butter

10 g grobkörniger Senf  
Salz, Pfeffer, 7 Thai Spicel

### Belag

200 g geräuchte Truthanbrust

### Dekor

½ Melone (Charentais)

30 kleine Blätter Majoran

## Vorbereitung:

Englichbrot von der Rinde befreien

Butter schaumig rühren, Senf daruntermischen und würzen

Melonenperlen ausstechen und halbieren

Truthahnbrust in dünne Tranchen schneiden

## Zubereitung:

Englichbrot der Länge nach in 5 gleich dicke Scheiben schneiden.

Mit der Aufstrichmasse bis zum Rand gleichmässig bestreichen. Mit Truthahnbrust belegen und sofort kühlstellen. Jede belegte Scheibe in 6 bis 8 exakte Quadrate schneiden und mit der restlichen Aufstrichmasse mit glatter Spritztülle eine kleine Kugel aufspritzen. Mit einer halben Melonenperle belegen und mit einem Majoranblatt dekorieren. Mit Spiessli bestücken und auf einer Platte mit Papier anrichten.

# Champignon-Rahm-Sauce mit Kalbfleisch

*Zutaten für 5 Personen*

## **Zutaten:**

20 g Bratbutter  
500 g Kalbseckstück oder Kalbsnuss  
100 g Zwiebeln  
300 g Champignons  
1 dl Weisswein  
2 dl gebundene braune Grundsauce  
2 dl Vollrahm  
10 g Petersilie

## **Vorbereitung:**

Kalbfleisch in Streifen oder Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und fein hacken. Champignons waschen und in Scheiben schneiden. Petersilie waschen, gut abtropfen und fein hacken. Kartoffeln waschen, schälen und in grobe Stücke schneiden. Im Dämpfer weichdämpfen, salzen und sofort durch die Kartoffelpresse ins Anrichtegeschirr pressen

## **Zubereitung**

Bratbutter in einer antihaf-beschichteten Lyoner-Pfanne erhitzen. Das Fleisch mit Mehl bestäuben und sehr heiss anbraten. Sofort aus der Pfanne schöpfen. In der zurückbleibenden Bratbutter die Zwiebeln dünsten und die Champignons dazugeben. Etwas Farbe annehmen lassen und mit Weisswein ablöschen. Die gebundene braune Sauce dazugeben. Zur gewünschten Konsistenz einkochen und mit dem Vollrahm verfeinern. Das Fleisch direkt vor dem Servieren in die Sauce geben, vermischen und erhitzen.

# Schneekartoffeln

Zutaten für 10 Personen

## Zutaten:

1,2 kg Kartoffeln Typ C, geschält  
10 g Salz  
75 g Butter  
Salz  
Muskatnuss gerieben

## Vorbereitung:

Kartoffeln in gleichmässige Würfel schneiden.

## Zubereitung:

Kartoffelwürfel in heissem Salzwasser sieden (oder im Drucksteamer garen), des öfteren abschäumen. Abschütten, etwas ausdampfen lassen und mit Muskat würzen. Im heissen Zustand durch ein Passe-vite oder durch eine Kartoffelpresse treiben (pürieren), anrichten und mit Butterflocken belegen.

## Hinweise für die Praxis:

Die Butter kann auch durch kaltgepresstes Olivenöl oder durch wenige Tropfen Trüffelöl ersetzt werden.

## Gemüseschaumsuppe (Warmes Gemüse-Espuma)

*Zutaten für 8 Personen*

### **Zutaten:**

20 g Sonnenblumenöl  
50 g Zwiebeln  
100 g Lauch  
100 g Karotten  
50 g Knollensellerie  
50 g Kohlräbli  
50 g Suppenbindemehl  
1 lt Gemüsebrühe  
Salz, Pfeffer, evtl. Streuwürze

### **Garnitur:**

Kerbelzweiglein

### **Vorbereitung:**

Zwiebel rüsten und fein schneiden. Gemüsesorten und Kartoffeln rüsten, waschen und in Würfel schneiden. Zwei ISI Wip Thermo-Bläser bereitstellen.

### **Zubereitung:**

Zwiebeln und Lauch im Öl gut dünsten. Gemüsesorten dazugeben und mitdünsten. Mit Suppenbindemehl vermischen. Mit Gemüsebrühe aufgiessen, würzen und ca. 30 Minuten leicht sieden lassen. Die Suppe abschmecken, mit dem Pürierstab pürieren und danach durch ein sehr feines Sieb absieben. Sofort in die Thermo-Bläser einfüllen, verschliessen und mit einer Gaspatrone beschicken. Gut schütteln und in Fingerfood-Gläser verteilen. Mit Kerbelzweiglein dekorieren und sofort geniessen.



# Mango Lassi

## Zutaten:

- 250 g Mango oder Mangomark
- 250 g Joghurt nature
- 50 g Rohrzucker aus Zuckerrohr
- Saft von 1 Zitrone
- Abgeriebene Schale von 1 Zitrone
- 5 dl Mineralwasser mit Kohlensäure

## Zubereitung:

Alles im Mixglas auf der Kenwood-Maschine aufmixen. Servieren Sie das Lassi im Glaskrug.

# Erdbeer-Charlöttchen mit Ricottafüllung

## Zutaten

500 g	Erdbeeren, gerüstet
250 g	Ricotta
25 g	Zucker
24.0 Stk	Hüppen

## Vorbereitung

2/3 der Erdbeeren halbieren und in ein hohes Gefäss geben, mit dem Mixstab fein pürieren. Die Hälfte des Pürees herausnehmen, leicht süssen und zum Anrichten beiseite stellen.

## Zubereitung

Ricotta mit einer Gabel zerdrücken und mit dem restlichen Püree verrühren, nach Geschmack süssen. Die Cigarettes d'or mit einem scharfen Messer halbieren. Aus festem A4-Papier oder Halbkarton längs 4 gleich breite Streifen schneiden. Mit Alufolie umwickeln. Ringe von 7-8 cm Durchmesser formen und mit Klebstreifen fixieren. Die Ringe auf Teller stellen, mit einem Löffel den Boden der Ringe mit Ricottacremeausfüllen. Die Cigarettes eng nebeneinander dem Rand nach aufstellen. Mit Ricottamasse bis oben füllen. 30-40 Minuten in den Tiefkühler stellen, damit die Ringe besser abgelöst werden können. Die Ringe wegnehmen und die Charlöttchen in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren die Charlöttchen mit den restlichen Erdbeeren und dem Erdbeerpüree garnieren.

## Tipp

Für die Hüppen eine Packung Cigarettes d'or kaufen. Die Cigarettes d'or verlieren nach ca. 3-4 Stunden ihre Knusprigkeit, also nicht zu lange im Voraus zubereiten.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch

# Indische Caramelchöpfli

Menge 4 Portionen

## Zutaten

200 g Milch  
200 g Kokosmilch  
80 g Kristallzucker  
5 g Muskatnuss gemahlen  
5 g Kardamompulver  
1.0 Stk Nelken, ganz  
200 g Eier ( Stk. 50-55 gr )

## *für die Förmchen*

80 g Kristallzucker  
100 g Kokosmilch

## Vorbereitung

In einem Pfännchen den Zucker caramelisieren mit Kokosmilch ablöschen und in die vorbereiteten Formen giessen.

## Zubereitung

Milch, Kokosmilch mit den Aromen aufkochen, passieren. Eier dazurühren und in die Formen abfüllen. Im Wasserbad oder Steamer pochieren. Erkalten lassen und stürzen.

## Anrichten

Mit wenig Kokosmilch und Caramelzucker umgiessen.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch, Eier

# Ratatouille mal anders

Menge 4 Portionen

## Zutaten

500 g	Schweinsgeschnetzeltes
200 g	Peperoni, rot, entkernt
200 g	Peperoni, gelb, entkernt
15 g	Knoblauch, geschält
300 g	Zucchetti, grün, gerüstet
300 g	Auberginen, gerüstet
360 g	Tomaten ( Stk. ca. 120g )
140 g	Zwiebeln, feingehackt
60 g	Bratbutter
20 g	Weissmehl
150 g	Reis Camargues
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
5 g	Majoran, frisch
5 g	Rosmarin, frisch

## Vorbereitung

Peperoni, Zucchetti und Aubergine von den Kernen befreien und mit den Tomaten in Würfel schneiden. Majoran und Rosmarin fein hacken.

## Zubereitung

Die Hälfte Bratbutter in der Bratkasserolle erhitzen, die Hälfte Zwiebeln und Knoblauch darin hellgelb dünsten. Gemüse dazu geben und noch 2 Minuten lebhaft dünsten. Mit Salz, Pfeffer, Majoran und Rosmarin würzen, zugedeckt bei kleiner Hitze 20 Minuten köcheln. Das Fleischwürzen und gleichmässig mit Mehl bestäuben. In der Bratpfanne im restlichen Bratbutter anbraten, salzen und pfeffern. Das Fleisch zum Gemüse geben und zugedeckt noch 15 Minuten garen. Restliche Zwiebeln in der Butter anziehen den Reis beigegeben und kochen. Mit dem Ratatouille sorgfältig mischen und das farbenfrohe, köstliche Gericht auf eine Platte anrichten.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch

# Felchenfilet Papriksauce

Menge 4 Portionen

## Zutaten

640 g Felchenfilets, ohne Haut, pariert  
1 x Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle  
1 x Aromat  
5 g Worcestershire-Sauce  
40 g Butter  
40 g Olivenöl Extra Vergine

### *für die Sauce*

40 g Schalotten, geschält, feingehackt  
200 g Peperonata, rot ohne Haut  
40 g Fischfond  
40 g Crème fraîche  
1 x Cayenne-Pfeffer, gemahlen  
1 x Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle  
600 g Kartoffeln, geschält  
20 g Basilikumblätter, frisch  
50 g Zitronen, frisch, unbehandelt

## Vorbereitung

Fischfilets würzen und mit Worcestershire-Sauce leicht einreiben. Mittlere Kartoffeln halbieren und in Salzwasser kochen.

## Zubereitung

Gehackte Schalotten in Olivenöl andünsten, abgetropfte Peperoni begeben und anziehen lassen. Mit dem Fischfond ablöschen, pürieren und durch ein Sieb streichen. Crème fraîche begeben, mit Salz, Pfeffer und Cayenne abschmecken. Fischfilets in der Butter-Ölivenöl-Mischung knusprig ausbacken. Saucenspiegel auf Teller anrichten, Fischfilet darauf anrichten. Mit Kartoffeln, Basilikumblätter und einer Zitronenscheibe garnieren.

## Tipp

Dieses wunderbare Fischgericht schmeckt auch mit Hasel-, Egli- oder Zanderfilets ausgezeichnet.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch, Fische

# Forelle Müllerinnen-Art

Menge 4 Portionen

## Zutaten

1 kg Forellen, ganz, küchenfertig  
1 x Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle  
1 x Aromat  
50 g Butter  
20 g Petersilie, gekraust, frisch  
60 g Mandelblättchen

## Vorbereitung

Forellen innen und aussen kalt abspülen, vorsichtig abtrocknen.  
Petersilie gut waschen, abtropfen und fein hacken.

## Zubereitung

Forellen innen und aussen würzen. Butter in einer Teflonpfanne erwärmen. Die ganzen Forellen zugeben und auf jeder Seite 7 Min. auf mittlerer Hitze braten. In den letzten 3 Min. der Bratzeit die Petersilie zugeben, die Forellen darin wenden. Mandelblättchen separat ohne Fett leicht rösten und auf die angerichtete Forellen verteilen.

## Tipp

Nach Belieben mit anderen Kräutern ergänzen (Salbei, Kerbel, Dill, Estragon). Dazu passt: Mayonnaise, Hollandaise, Zitronensauce, Trockenreis, Salzkartoffeln usw.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch, Fische, Hartschalenobst

# Zander mit Rhabarber

Menge 4 Portionen

## Zutaten

600 g	Zanderfilet, ohne Haut, pariert
40 g	Zitronensaft, frisch
80 g	Zwiebeln, feingehackt
5 g	Knoblauch, geschält
400 g	Rhabarber, gerüstet
25 g	Sojaoel
25 g	Curry, Madras
400 g	Gemüsebouillon
100 g	Vollrahm 35%
25 g	Petersilie, glattblättrig, frisch
10 g	Zucker
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

## Vorbereitung

Fischfilets abbrausen, trocken tupfen und in mundgerechte Würfel schneiden. Rhabarber putzen, schälen und in ca. 1 cm grosse Stücke schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und hacken.

## Zubereitung

Mit 3/4 des Zitronensaftes beträufeln, salzen und pfeffern und zugedeckt kalt stellen. Öl in einem breiten Topf erhitzen und die gehackte Zwiebel darin bei schwacher Hitze anbraten. Den Knoblauch zur Zwiebel pressen. Rhabarber ebenfalls dazugeben und etwa 3 Minuten mitdünsten, dann mit Curry und Zucker bestäuben. Gemüsebouillon angiessen und mit Salz, Pfeffer und restlichem Zitronensaft würzen. Den Rahm unterrühren, aufkochen und offen ca. 10 Minuten köcheln lassen. Fischwürfel in die Sauce geben und bei schwacher Hitze etwa 5 Minuten gar ziehen lassen. Nochmals abschmecken und Petersilie darüber streuen. Dazu passt Reis.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch, Fische, Soja

# Gegrillte Gemüsezwiebeln

Menge 4 Portionen

## Zutaten

800 g Gemüsezwiebel  
60 g Olivenöl Extra Vergine  
1 x Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

## *für den Salat*

75 g Parmesan  
40 g Rucola, gerüstet  
60 g Zitronensaft, frisch  
60 g Olivenöl Extra Vergine

## Vorbereitung

Den Grill etwa 5 Minuten auf höchster Stufe vorheizen. Die Zwiebeln nicht schälen. Einfach nur die Wurzel und Stielansätze entfernen und die Zwiebeln dann quer in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden. - Die Scheiben im ganzen auf den mit Alufolie ausgelegten Grillrost legen, je nach Grösse des Grills muss dies eventuell in 2 Partien erfolgen. Die Zwiebeln mit der Hälfte vom Öl bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebeln 7-8 Minuten grillen, bis sie gebräunt sind und fast schon schwarz werden. In der Zwischenzeit den Parmesan mit einem Sparschäler in dünne Späne schneiden. Die gebräunten Zwiebelscheiben vorsichtig mit einem Bratenwender oder einer Palette herumdrehen, ohne dass sie in Ringe zerfallen. Die zweite Seite ebenfalls mit Öl bestreichen, salzen, pfeffern und im Grill bräunen. Dann die Zwiebeln aus dem Grill nehmen und etwas abkühlen lassen.

## Zubereitung

Die äusseren Schichten der Zwiebel sowie alle Teile, die zu schwarz oder ledrig sind wegwerfen. Die restlichen Zwiebeln in Ringe zerlegen. Etwa 1/4 der Zwiebelringe in einer Servierschüssel anrichten und dann schichtweise die zerzupfte Rucola sowie den Parmesankäse darauf verteilen. Den Salat dabei mit Salz und Pfeffer würzen, mit Zitronensaft und dem Olivenöl beträufeln. Dieser Salat soll nicht durchgehoben werden.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch



# Gegrillte Teigstangen

Menge 4 Portionen

## Zutaten

500 g	Weissmehl
300 g	Wasser
20 g	Hefe
10 g	Salz
10 g	Butter, weiche
5 g	Zucker
60 g	Schinken, Model m. Fett
5 g	Kümmel, ganz
10 g	Meersalz, grobkörnig

## Vorbereitung

Hefe in Wasser auflösen, Mehl sieben und Salz, Zucker, Butter zufügen und einen glatten Teig zubereiten. Schinken in feine Brunoise schneiden und unter den Teig mischen. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen, durchkneten und nochmals 30 Minuten ruhen lassen. Dann faustgrosse Stücke abkneifen rund formen und 10 Minuten ruhen lassen. Mit der flachen Hand zu Stangen formen. Mit Salz und Kümmel bestreuen wer will. Bei 210°C Grad 12 Minuten anbacken.

## Zubereitung

Abends beim Grillieren die Stangen auf dem Grill fertig backen.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch

# Pizzakartoffeln

Menge 4 Portionen

## Zutaten

600 g	Kartoffeln, grosse mit Schale
10 g	Oregano, frisch
10 g	Basilikum, frisch
150 g	Mozzarella
40 g	Tomatenpürée
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
1 x	Paprika, delikatess
1 x	Alufolie

## Vorbereitung

Kartoffeln waschen und ungeschält knapp weich garen. In der Zwischenzeit die Kräuter fein hacken und den Mozzarella in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln etwas abkühlen lassen und der Länge nach zweimal durchschneiden (d.h. eine Scheibe aus dem Zentrum schneiden).

## Zubereitung

Die Schnittflächen mit Tomatenpüree bestreichen und mit den Mozzarellascheiben belegen. Mit den Kräutern sowie Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Die Kartoffeln wieder auftürmen und in Alufolie gewickelt auf dem Grill oder in der Glut etwa 15 Minuten garen.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch

# Italienischer Brotsalat

Menge 4 Portionen

## Zutaten

200 g	Weissbrot
50 g	Rotweinessig
100 g	Wasser
1.0 Stk	Lorbeerblätter
360 g	Tomaten, Stk. ca. 120-140g
160 g	Peperoni, gelb, entkernt
50 g	Frühlingszwiebeln, gerüstet
80 g	Knoblauch, geschält, gehackt
20 g	Kapern, abgetropft
40 g	Oliven, schwarz, ohne Stein
60 g	Olivenöl, kalt gepresst
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
5 g	Zitronenzeste
15 g	Petersilie, glattblättrig, frisch
5 g	Basilikumblätter, frisch

## Vorbereitung

Das trockene Brot in grobe Stücke schneiden. Den Essig mit Wasser und Lorbeer aufkochen, den Sud über das Brot giessen und auskühlen lassen. Tomaten in Stücke schneiden. Peperoni in Lamellen schneiden. Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Knoblauch und Kapern hacken

## Zubereitung

Alle Zutaten mit den Oliven, dem Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen. Das Brot etwas auspressen, dazugeben und kühl stellen. Den Salat mit etwas Essig, Salz, Pfeffer und Zitronenzeste abschmecken und den Basilikumblättchen bestreuen.

## Tipp

Eine kleine Portion ergibt eine Vorspeise, eine grössere eine leichte Hauptmahlzeit.

## Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide

# Melonen Mango Kaltschale

Menge 5 Portionen

## Zutaten

350 g	Wasser
65 g	Zucker
5 g	Limonenraps (abgeriebene Schale)
5 g	Maizena, Maisstärke
25 g	Limonensaft
225 g	Melone Cavaillon
175 g	Mangos, geschält, ohne Stein
50 g	Weisswein
50 g	Vollrahm (1)
50 g	Vollrahm (2)
5 g	Zitronenmelisse , frisch

## Vorbereitung

Wasser, Zucker und Limonenraps aufkochen. Maisstärke mit wenig kaltem Wasser anrühren, Flüssigkeit binden und 10 Minuten ziehen lassen. Erkalten lassen und den Limonensaft begeben. Melonen und Mangos in 1 cm große Würfel schneiden. Zitronenmelisse waschen, zupfen, trockentupfen und fein hacken. Vollrahm (1) steif schlagen, mit der gehackten Zitronenmelisse vermischen und kalt stellen.

## Zubereitung

Melonen- und Mangowürfel fein mixen. Mit Zuckersirup vermischen und Weißwein begeben. Vollrahm (2) begeben und kühl stellen.

## Anrichten

Die gut gekühlte Kaltschale in Suppenteller anrichten. Vom geschlagenen Vollrahm mit Zitronenmelisse Klößchen formen und diese in die Kaltschale geben.

## Hinweise für die Praxis

Falls die Kaltschale eine zu feste Konsistenz aufweist (je nach Reifegrad der verwendeten Früchte), kann sie mit etwas Weißwein oder Zuckersirup verdünnt werden.