

Rezepte Mai 2016

1. Geschnetzeltes Asia
2. Hackbraten
3. Holstein Schnitzel
4. Poulet diable
5. Pouletbrust Ingwer
6. Poulet mit Bärlauch
7. Erdbeeren Tiramisu
8. Teigtaschen mit Krevetten
9. Müscheli mit Artischocken und Lachs
10. Erdbeeren mit Thymianjus
11. Artischocken Ragout
12. Auberginen Canneloni
13. Bananen im Teigmantel
14. Beerenmousse
15. Biersuppe
16. Blue Stilton im Portwein
17. Bärlauch Burger
18. Bärlauchspätzli
19. Spargelbouquet mit Frischkäse
20. Spanische Kartoffeln
21. Spargelcremesuppe
22. Zander mit grünen Spargeln
23. Grillierter Kalbsbraten
24. Grillierte Sparerips
25. Grillierter Saibling
26. Gefülltes Schweinssteak
27. Grillierte Pouletspiessli
28. Spargeln mit Bündner Rohschinken
29. Spargelsalat mit Lachsstreifen

Geschnetzeltes Asia

Zutaten

500	g	Schweinsgeschnetzeltes
20	g	Bratbutter
120	g	Zwiebeln, geschält
2.0	Stk	Knoblauchzehe
360	g	Peperoni, gemischt, gerüstet
1	x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
1	x	Streuwürze
5	g	Paprika, delikatess
25	g	Sojasauce
20	g	Bratbutter
1	x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

Vorbereitung

Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Peperoni klein würfeln. Fleisch mit Salz, Pfeffer, Streuwürze und Sojasauce würzen, 30 Min. marinieren.

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch in der Butter andämpfen. Peperoniwürfel begeben, 10-15 Min. gar dämpfen, beiseite stellen. Bratbutter in der Bratpfanne zergehen lassen, mariniertes Fleisch begeben rasch unter wenden gut anbraten und 10 Minuten schmoren lassen. Die gedämpften Peperoni beimischen evt. nachwürzen und anrichten.

Tipp

Als Beilage Nudeln und ein oder zwei Gemüse servieren.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch, Soja

Hackbraten

Menge 4.00 Port.

Zutaten

500 g	Hackfleisch, dreierlei
200 g	Kalbsbrät
60 g	Weggli 1 Stk. = ca. 60g
100 g	Vollei , frisch (Stk. 50-55 gr)
40 g	Butter
60 g	Zwiebeln, feingehackt
5 g	Knoblauch, geschält, gehackt
100 g	Lauch, grün, gerüstet
100 g	Karotten, geschält
20 g	Petersilie, gekraut, feingehackt
20 g	Schnittlauch, frisch, feingeschnitten
20 g	Haferflocken, mittel
40 g	Weissmehl
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
5 g	Streuwürze
60 g	Paniermehl

Vorbereitung

Hartes Weggli in Milch einweichen. Alle Zutaten fein schneiden. Gewürze wie Salz, Pfeffer, Streuwürze, Muskat, Thymian, Rosmarin und Paprika mischen.

Zubereitung

Feingeschnittene Zwiebel andämpfen, feingeschnittenes Weggli, Gemüse und Mehl beifügen, mitdämpfen. Auskühlen lassen. Hackfleisch mit Brät, gedämpftem Gemüse, Haferflocken, Eier, gut mischen und rassig würzen. Fleischbrett mit Paniermehl bestreuen, Masse zu einem Braten formen und panieren. Auf vorgewärmte Grillpfanne legen rundum bei starker Hitze anbraten. Hitze reduzieren und den Hackbraten zugedeckt ca. 1 Stunde braten. Von Zeit zu Zeit wenden und oben mit einem Stück Butter belegen. Braten vor dem tranchieren mindestens 10 Minuten ruhen lassen.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch, Eier

Holstein Schnitzel

Menge 4.00 Port.

Zutaten

500 g	Kalbsbäckchen, dressiert
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
80 g	Butter
200 g	Weissbrot
4.0 Stk	Eier
20 g	Kapern, abgetropft
80 g	Lachs, geräucht
8.0 Stk	Sardellenfilets
8.0 Stk	Cornichons

Vorbereitung

Aus dem Kalbsbäckchen Schnitzel à 60-70 g schneiden. Lachs und Weissbrot in Scheiben schneiden.

Zubereitung

Kalbsschnitzel würzen und in der Hälfte der Butter bei mittlerer Hitze rosa braten, warm stellen. Restliche Butter zum Bratensatz geben und das Brot darin beidseitig rösten. Dann das Ei zu einem Spiegelei braten und auf dem Schnitzel anrichten. Mit den Kapern bestreuen. Die Lachsscheibe auf das geröstete Brot geben und mit den Sardellenfilets und den Cornichons neben dem Fleisch anrichten.

Dieses reichhaltig garnierte Kalbsschnitzel war das Lieblingsgericht von Friedrich von Holstein (1837—1909), einem einflussreichen Beamten am preussischen Hof. Als zeitweiliger Berater von Bismarck wurde er auch die «Graue Eminenz» genannt. Mit zunehmendem Alter wandelte er sich zum Sonderling: Er hatte nie Zeit, nicht einmal zum Essen. So liess er sich Vorspeise und Hauptgericht auf einem Teller servieren, damit es schneller ging. Das Kalbsschnitzel Holstein wurde auf seinen Wunsch und nach seinen Vorstellungen erstmals im Restaurant Borchardt in Berlin zubereitet. Die gerösteten Weissbrotscheiben mit Lachs waren die bevorzugte Vorspeise Holsteins, das Kalbsschnitzel mit Spiegelei, Kapern, Sardellenfilets und Cornichons sein liebstes Fleischgericht.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch, Eier, Fische

Poulet diable

Menge 4.00 Port.

Zutaten

1.400 kg Poulet , frisch , pfannenfertig
5 g Gewürzsalzmischung für Geflügel
40 g Erdnussöl
15 g Senfpulver
20 g Weisswein
60 g Englischbrot, entrindet
5 g Butter

Sauce

40 g Weisswein
30 g Schalotten , geschält
5 g Pfefferkörner , weiss , zerdrückt
160 g Geflügeljus, gebunden
0.040 l **Tomatensauce 1 LT**
Etwas Cayenne-Pfeffer, gemahlen
5 g Küchenkräuter frisch
40 g Brunnenkresse, gerüstet
2.0 Stk Zitrone

Vorbereitung

Rückenknochen der Poulets (5 Stk.) herausschneiden und Brustknorpel entfernen. Poulet auseinanderdrücken und leicht plattieren. Haut beim Brustknochen leicht einschneiden und die Beine durchstecken. Senfpulver mit Weisswein anrühren. Englischbrot entrinden und fein reiben. Schalotten rüsten und fein hacken. Pfefferkörner zerdrücken. Küchenkräuter waschen, zupfen und fein hacken. Brunnenkresse waschen, Zitronen halbieren

Zubereitung

Poulets würzen, einölen und mit der Hautseite auf den heissen Grill legen. Unter zeitweisem Wenden beidseitig gitterartig grillieren. Hautseite mit dem Senf einstreichen. Mit Mie de pain bestreuen und mit Butter beträufeln. Im Ofen bei starker Oberhitze überkrusten und gleichzeitig fertig braten. Für die Sauce Weisswein mit den Schalotten und Pfefferkörnern stark einkochen lassen. Mit gebundenem Geflügeljus und Tomatensauce auffüllen, kurz durchkochen lassen und passieren. Mit Cayenne und den Küchenkräutern abschmecken. Poulets halbieren, anrichten, mit Brunnenkresse und Zitronen garnieren. Sauce separat dazu servieren.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch, Sellerie (inkl. Selleriesalz)

Pouletbrust mit Ingwer

Menge 4.00 Port.

Zutaten

10 g	Mu Err Pilze
20 g	Erdnussoel
100 g	Cashewnusskerne
25 g	Ingwer, frisch, geschält
300 g	Frühlingszwiebeln, gerüstet
250 g	Tomaten
500 g	Pouletbrüstchen, ohne Haut
5 g	Knoblauch, geschält
40 g	Erdnussoel
60 g	Austernsauce
10 g	Zucker

Vorbereitung

Pilze mit heissem Wasser übergießen und 20 Minuten ziehen lassen. Nüsse unter ständigem Wenden im Erdnussoel goldgelb braten, mit einem Schaumlöffel herausnehmen, auf Küchenpapier abfetten lassen. Ingwer in feine Stifte schneiden. Frühlingszwiebeln in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Tomaten waschen und vierteln. Pouletbrüstchen in ca. 3 cm lange und 1 cm breite Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken.

Zubereitung

Knoblauch im Oel goldgelb braten. Die Pouletstreifen hinzufügen und bei starker Hitze 2 Minuten braten. Ingwer, Pilze geviertelt, Frühlingszwiebeln, Tomaten und die Nüsse hinzugeben. Bei starker Hitze 2 Minuten unter ständigem Wenden 2 Minuten braten. Hitze reduzieren Austernsauce sowie den Zucker dazugeben. Alles nochmals gut durchmischen und abschmecken.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Hartschalenobst

Poulet mit Bärlauch

Menge 4.00 Port.

Zutaten

600 g Pouletbrüstchen, ohne Haut
100 g Bärlauch, frisch, gerüstet
100 g Toastbrot
60 g Butter
1 x Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

Vorbereitung

Backofen auf 225°C vorheizen. Pouletbrüstchen abbrausen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Für die Kruste das Toastbrot in Würfelschneiden. Den Bärlauch waschen und mit den Stielen klein schneiden (die Stiele in Röllchen, die Blätter in Streifen).

Zubereitung

Toastbrotwürfel mit der Butter und dem Bärlauch verkneten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf jedes Pouletbrüstchen die Bärlauchmasse verstreichen. Die Brüstchen in Bratfolie legen und im vorgeheizten Backofen bei 225°C etwa 45 Minuten garen.

Tipp

Dazu passen grüne Salate, Gurkensalat, Tomatensalat, frisches Weissbrot oder Baguette. Durch das Garen im Bratschlauch trocknet das Geflügelfleisch nicht so aus.

Variante

Man kann die Bärlauchkruste auch auf anderes Fleisch streichen (z. B. Schweinefilet, Lammchops). Dann kann man es im offenen Bräter im Backofen garen, denn dieses Fleisch trocknet nicht so schnell aus.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch

Erdbeeren Tiramisu

Menge 4.00 Port.

Für das Tiramisu

80 g Eigelb
40 g Zucker
200 g Mascarpone
100 g Vollrahm 35%
35 g Weisswein, Vin Santo
60 g Doppel-Espresso
5 g Orangenraps
100 g Löffelbiscuits (Stk. 5 gr)

Für die Erdbeeren

60 g Zucker
200 g Erdbeeren, gerüstet reife Erdbeeren
45 g Grand-Marnier 40%
5 g Kakaopulver

Vorbereitung

Zucker (2) karamellisieren, mit wenig Wasser ablöschen, einkochen, Grand-Marnier begeben. Erdbeeren waschen, vierteln, zum Karamellzucker geben und erkalten lassen. Vollrahm steif schlagen und kühlstellen.

Zubereitung

Eigelb mit Zucker (1) schaumig schlagen. Mascarpone, geschlagenen Vollrahm und Orangenraps zur Eimasse geben. Vin Santo dazugeben und die Masse mit einem Dressiersack in ein schmales, hohes Glas halb voll dressieren. Löffelbiscuits zuschneiden, darauf legen und mit Espresso beträufeln. Erdbeeren (ohne Flüssigkeit) auf die Creme anrichten und mit der restlichen Creme bedecken. Im Kühlschrank 3 Stunden kühl stellen. Vor dem Servieren mit Kakaopulver bestäuben.

Deklaration der allergenen Zutaten. Glutenhaltiges Getreide, Milch

Teigtaschen mit Krevetten

Menge 4.00 Port.

Zutaten

100 g	Weissmehl Typ 550
50 g	Wasser
15 g	Weissmehl Typ 550
250 g	Riesencrevetten , geschält
20 g	Frühlingszwiebeln, gerüstet
20 g	Bambussprossen, Dose, abgetropft
15 g	Sojasauce hell
10 g	Sherry , trocken
5 g	Sesamoel , fermentiert
16.0 Stk	Schnittlauchhalme , frisch

Sauce

30 g	Sojasauce hell
5 g	Ingwer, frisch, geschält
5 g	Chili-Schotten, rot, entkernt
5 g	Limonensaft

Vorbereitung

Weissmehl sieben und zusammen mit kaltem Wasser zu einem elastischen Teig kneten und kühl stellen. Riesencrevetten am Rücken einschneiden, den Darm entfernen und in 3 mm grosse Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln und Bambussprossen in Brunoise (Würfelchen) schneiden. Riesencrevetten-Würfel, Frühlingszwiebeln, Bambussprossen, helle Sojasauce, Sherry und Sesamöl vermischen (nicht kneten). Schnittlauchhalme blanchieren, im Eiswasser abschrecken und abschütten. Ingwer fein reiben. Chili-Schote von den Samen befreien und in Brunoise (Würfelchen) schneiden. Alle Saucenzutaten miteinander verrühren. Gastro-Norm-Dampfeinsatz mit Backtrennpapier auslegen.

Zubereitung

Den Teig mit Weissmehl bestäuben und hauchdünn ausrollen. Quadrate von 8 cm Seitenlänge schneiden (pro Person 4 Stück à ca. 10 g Teig). Die Ränder der Quadrate mit wenig Wasser bestreichen und ca. 20 g Füllung in die Mitte geben. Mit beiden Händen die Teigblätter gegen oben falten, die Füllung so verschliessen, dass die Teigblätter nach oben schauen und ein schlanker, halbrunder Beutel entsteht. Die Beutel oberhalb der Füllung mit einem Schnittlauchhalm sorgfältig zusammenbinden, die Schnittlauch-Enden wegschneiden. Die Beutel nochmals formen und beachten, dass nicht zu grosse Teig-Enden entstehen (ansonsten diese mit einer Schere wegschneiden). Auf den vorbereiteten Dampfeinsatz legen und im Kombidämpfer ca. 8 - 10 Minuten im Dampf garen. Anrichten und mit Soja-Ingwersauce servieren.

Hinweise für die Praxis

Der Teig soll hauchdünn ausgerollt werden, zum Ausrollen kann auch die Nudelmaschine benutzt werden. Die Füllung kann mit Shitake-Pilzen, gehacktem Seetang oder Schinkenwürfeln ergänzt werden. Die Teigtaschen können auch frittiert werden, sollten dann aber gut verschlossen sein, um ein Eindringen von Öl zu verhindern.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Krebstiere, Soja

Müscheli mit Artischocken und Lachs

Menge 4.00 Port.

Zutaten

400 g	Teigwaren "Müscheli"
400 g	Halbrahm 25%
60 g	Noilly Prat
20 g	Zitronenschale, abgerieben
300 g	Artischocken - Böden, Dose
5 g	Dillspitzen
100 g	Parmesan, gerieben
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
200 g	Lachs, geräuchert

Vorbereitung

Müscheli in Salzwasser al dente kochen und gut abtropfen lassen. Artischocken in kleine Würfelchen scheiden. Dillspitzen fein hacken. Lachs in feine Streifen schneiden.

Zubereitung

Halbrahm, Noilly-Prat und Zitronenschale ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen. Artischocken Würfelchen der köchelnden Sauce begeben. Dillspitzen beifügen und umrühren. Parmesan darunter rühren und mit Salz und weissem Pfeffer würzen. Lachs kurz vor dem servieren mit den heissen Teigwaren und der abgeschmeckten Sauce gut mischen.

Tipp

Kann gut als Vorspeise serviert werden, dann nur die Hälfte der Menge verwenden.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch, Fische

Erdbeeren mit Thymianjus

Menge 4.00 Port.

Zutaten

400 g Erdbeeren, gerüstet
100 g Zucker
20 g Zitronensaft, frisch
300 g Weisswein
1.0 Stk Vanilleschote
5 g Thymian, frisch
250 g Vollrahm 35% geschlagen
10 g Vanillezucker

Vorbereitung

Erdbeeren waschen und halbieren.

Zubereitung

In einer weiten Pfanne den Zucker mit dem Zitronensaft zu hellbraunem Caramel schmelzen. Den Weisswein dazugiessen. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und mit den herausgekratzten Samen sowie den Thymianzweigen beifügen. Alles so lange kochen lassen, bis sich der Caramelzucker vollständig aufgelöst hat. Die Erdbeeren in den Sud legen und kurz wärmen. Sorgfältig herausheben und auf Teller anrichten. Den Sud etwa zur Hälfte einkochen lassen, über die Erdbeeren träufeln. Die Früchte lauwarm oder ausgekühlt servieren. Geschlagener und mit Vanillezucker parfümierter Rahm dazu servieren.

Tipp

Schmeckt auch Zitronenthymian ausgezeichnet.

Deklaration der allergenen Zutaten.

Milch

Artischocken Ragout

5 Portionen

Zutaten

500 g	Artischockenböden, frisch
13 g	Zitronensaft, frisch
25 g	Schalotten, geschält, feingehackt
5 g	Knoblauch, geschält
3 g	Peperoncini, rot, frisch
13 g	Olivenöl Extra Vergine
50 g	Weisswein
100 g	Gemüsefond
3 g	Salz
13 g	Pistazienkerne, geschält

Vorbereitung:

Artischockenböden in 8 gleich grosse Schnitze schneiden, mit wenig Zitronensaft beträufeln und mischen. Knoblauch durch die Knoblauchpresse drücken. Peperoncini waschen, längs halbieren, Samen entfernen und in Brunoise (Würfelchen) schneiden. Pistazienkerne fein hacken.

Zubereitung:

Olivenöl in Schwenkkasserolle erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Peperoncini begeben und dünsten. Artischockenstücke begeben und mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen und mit Gemüsefond auffüllen. Salzen und zugedeckt weich dünsten. In der eingekochten Garflüssigkeit schwenken und mit gehackten Pistazien bestreuen.

Tipp:

Werden statt frische tiefgekühlte Artischockenböden verwendet, muss die Flüssigkeitsmenge reduziert werden.

Auberginen Canneloni

4 Portionen

Zutaten:

400 g	Auberginen, gerüstet
5 g	Knoblauch, geschält
40 g	Olivenöl Extra Vergine
8 g	Basilikum, grossblättrig
200 g	Ricotta
200 g	Bechamel, Sauce
20 g	Butter
50 g	Zwiebeln, feingehackt
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
400 g	Tomaten-Concassée (
40 g	Sbrinz, gerieben

Vorbereitung:

Die Aubergine schälen und längs in dünne Scheiben (ca. 5-6 mm) schneiden. Knoblauch zum Olivenöl pressen. Bechamelsauce nach Verpackungsangaben zubereiten.

Zubereitung:

Auberginenscheiben in der Bouillon kurz weich kochen, erkalten lassen. Leicht mit Olivenöl-Knoblauch bepinseln. Mit einem Basilikumblatt und Ricotta belegen und wie Canneloni rollen und würzen. Zwiebeln in der Butter anziehen, Tomaten-Concassée begeben, aufkochen und würzen. In einer Auflaufform die rässige Tomatensauce verteilen. Die „Canneloni“ schön auf die Tomatensauce anordnen. Mit einer leichten Bechamelsauce und Sprinz übergossen und ca. 15 Minuten gratinieren.

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.

Beerenmousse

4 Portionen

Zutaten:

200 g	Himbeeren Tiefgekühlt
250 g	QuimiQ
100 g	Zucker
10 g	Kirsch
200 g	Vollrahm 35%

Vorbereitung:

Rahm steif schlagen, etwas für die Garnitur beiseite stellen. Beeren mixen, einige für die Garnitur beiseite stellen.

Zubereitung:

QimiQ glatt rühren. Himbeeren, Zucker und Kirsch begeben und mischen, 30 Minuten kühl stellen. Rahm darunter ziehen, 4 Stunden kühl stellen.

Tipp:

Diese Mousse kann auch mit Erdbeeren, Brombeeren oder Heidelbeeren zubereitet werden. Werden die Beeren nach dem Mixen durch ein Sieb gestrichen, bekommt man eine besonders feine Mousse (ohne Kerne). Die Mousse kann in Coupegläser oder Schälchen gefüllt werden. So portioniert, ist sie schon nach 2 Stunden servierbereit.

Anrichten:

Mousse sorgfältig mit zwei Löffeln oder einer Glacezange formen. Auf Teller anrichten und mit leicht geschlagenem Rahm und frischen Beeren servieren.

Biersuppe

4 Portionen

Zutaten:

30 g	Weissmehl
800 g	Bier, hell
300 g	Gemüsebouillon
20 g	Petersilie, gekraut, frisch
100 g	Halbrahm 25%
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.

Blue Stilton im Portwein

4 Portionen

Zutaten:

120 g Blue Stilton Cheese
50 g Portwein, rot

Zubereitung:

Blue Stilton Cheese in Suppenteller legen und einige runde Löcher in den Käse machen. Portwein darüber träufeln und 30 Minuten ziehen lassen. Käse in Würfel schneiden und je einem Zahnstocher in die Würfel stecken. Als Aperohäppchen servieren.

Tipp:

Anstelle von Blue Stilton Cheese eignen sich auch ein Roquefort oder Cashel Blue.

Bärlauch Burger

4 Portionen

Zutaten:

8 g	Petersilie, gekraust, frisch
600 g	Rindfleisch, gehackt
80 g	Eier (Stk. 50-55 gr)
16 g	Semmelbrösel
120 g	Ricotta
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
16 g	Pinienkerne, geschält
40 g	Bärlauchpüree
20 g	Olivenöl Extra Vergine
für das Sugo	
80 g	Stangensellerie, gerüstet
96 g	Schalotten, geschält
80 g	Karotten, geschält
8 g	Knoblauch, geschält, gehackt
400 g	Pelati Tomaten, Dose à 350g
160 g	Rotwein
160 g	Bratensauce, gebunden, Beutel
20 g	Olivenöl Extra Vergine
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
1 x	Zucker
160 g	Pariserbrot

Vorbereitung

Petersilienblätter fein hacken. Hackfleisch, Eier, Bröseln und 1/3 vom Ricotta vermengen, salzen und pfeffern. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, abkühlen lassen und fein hacken. Pinienkerne, restliches Ricotta und Bärlauchpaste mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotten fein hacken, Sellerie und Karotten in 1/2 cm grosse Würfel schneiden. Tomaten im Sieb abtropfen lassen, Saft auffangen, Tomaten grob würfeln.

Zubereitung

Hackfleisch zu Burger formen. In jede eine Vertiefung drücken, mit jeweils 1 TI Ricotta-Bärlauchmasse füllen und zuschliessen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Buletten bei mittlerer Hitze rundum 2 Minuten anbraten. Öl in einem Topf erhitzen, darin die Schalotten bei mittlerer Hitze 5 Minuten ohne Farbe dünsten. Sellerie, Karotten und Knoblauch zugeben, weitere 2 Minuten mitdünsten. Tomaten und die Hälfte vom Tomatensaft, Rotwein und Bratensauce zugeben, unter Rühren weitere 15 Minuten kochen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Die Buletten begeben und zugedeckt 10-15 Minuten garen. Dazu passt ein mit Olivenöl, Meersalz und Rosmarin gegrilltes Pariserbrot.

Bärlauchspätzli

(funktioniert z.B. auch mit Basilikum)

4 Portionen

Zutaten:

1.500 kg Wasser

50 g Salz

Für den Teig

180 g Weissmehl

20 g Hartweizengriess

40 g Wasser

100 g Vollei, aufgeschlagen

8 g Sonnenblumenöl

3 g Salz

1 x Muskatnuss, gerieben

30 g Bärlauch, frisch, gerüstet

Vorbereitung

Mehl sieben. 1/3 Bärlauch hacken, den restlichen Bärlauch mit Wasser mixen. Restliche Zutaten bereitstellen.

Zubereitung

Mehl und Hartweizengriess in eine Schüssel geben. Alle anderen Zutaten vermischen und dazugeben. Rasch zusammenarbeiten und zu einem sehr glatten, nicht zu dünnen Teig schlagen, bis er Blasen wirft. Durch ein Spätzlisieb in siedendes Salzwasser drücken (oder vom Brett schaben). Sobald die Spätzli an die Oberfläche steigen, herausnehmen, abkühlen und abschütten.

Spargelbouquet mit Frischkäse

5 Portionen

Zutaten:

1.350 kg	Spargeln , weiss , geschält
200 g	Hüttenkäse
75 g	Radischen , gerüstet
75 g	Peperoni, bunt, entkernt
10 g	Schnittlauch , frisch
25 g	Sonnenblumenoel , high oleic
10 g	Weissweinessig
1 x	Salz , Pfeffer , weiss aus der Mühle
0.150 l	Tomaten Vinaigrette 1LT
1 Stk	Eier, frisch
20 g	Petersilie , gekraust , frisch

Vorbereitung:

Spargeln schälen, kochen und erkalten lassen. Radieschen und Peperoni fein würfeln und mit Hüttenkäse, Schnittlauch, Öl, Essig, Salz und Pfeffer vermischen. Eier kochen, schälen und in Scheiben schneiden.

Anrichten

Spargeln auf Teller verteilen. Mit Tomaten-Vinaigrette nappieren. Hüttenkäsesalat neben die Spargeln anrichten. Mit Eischeibe und Petersilie garnieren.

Spanische Kartoffeln

4 Portionen

Zutaten:

750 g	Kartoffeln, neue, ungeschält
10 g	Knoblauch, geschält
10 g	Chili-Schotten, rot, entkernt
200 g	Peperoni, rot, entkernt
100 g	Olivenöl Extra Vergine
10 g	Salz
1 x	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
2 g	Kreuzkümmel, gemahlen
60 g	Sherryessig

Nach belieben noch Chorizo Scheiben ca. 80 gr

Vorbereitung:

Kartoffeln gründlich reinigen und in Salzwasser nicht ganz gar kochen. Kartoffeln herausnehmen, ausdampfen lassen, aber nicht schälen. Die abgekühlten Kartoffeln vierteln. Knoblauch und Chilis fein hacken. Peperoni in feine Streifen schneiden.

Zubereitung:

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffeln knusprig anbraten. Dann die Peperonistreifen dazugeben und ca. 10 Minuten mitrösten. Dann Knoblauch und Chilistückchen hinzufügen und ca. 5 Minuten mitbraten. Alles mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel kräftig abschmecken. Kurz vor Ende der Garzeit die Kartoffeln mit Sherryessig beträufeln und die Flüssigkeit verdampfen lassen. Die Kartoffeln aus der Pfanne nehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und heiss servieren.

Spargelcremesuppe

5 Portionen

Zutaten:

13 g	Butter
38 g	Zwiebeln, feingehackt
38 g	Lauch, gebleicht, gerüstet
200 g	Spargeln, weiss, geschält
50 g	Weissmehl
1.250 g	Spargelfond
125 g	Milch
125 g	Vollrahm 35%
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

Für die Einlage

200 g	Spargeln, weiss, geschält
5 g	Kerbel, frisch

Vorbereitung

Lauch längs halbieren und waschen. Zwiebeln und Lauch in Matigon (kleinwürfelig) schneiden. Spargeln waschen und in kleine Stücke schneiden (für die Suppe können die hinteren Teile verwendet werden). Spargelfond aufkochen. Kerbel waschen, zupfen und trockentupfen. Spargelspitzen für die Suppeneinlage in Rondellen schneiden, in wenig Spargelfond garen.

Zubereitung

Das Matignon in Butter andünsten. Spargelstücke begeben und mitdünsten. Mit Weissmehl stäuben, mitdünsten und etwas auskühlen lassen. Mit dem heissen Spargelfond auffüllen und aufkochen. Abschmecken und des Oefteren abschäumen, 30 Minuten ohne Deckel sieden lassen. Suppe mixen und durch ein feines Drahtspitzsieb passieren. Suppe nochmals aufkochen, Milch und Vollrahm begeben und abschmecken. Spargelspitzen erhitzen und in die vorgewärmten Tassen oder Teller geben. Mit der heissen Suppe übergiessen und mit Kerbelblättchen bestreuen.

Zander mit grünen Spargeln

4 Portionen

Zutaten:

400 g	Spargeln, grün, geschält
150 g	Sojasprossen
480 g	Zanderfilet, ohne Haut, pariert
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

Vorbereitung

Unterer Drittel schälen, Spargeln längs halbieren, schräg in 3-4 cm lange Stücke schneiden. Zanderfilets in ca. 3 cm breite Streifen schneiden, auf ein leicht gefettetes zweites Dampfkörbchen Legen.

Zubereitung

Sojasprossen mit den Spargeln mischen, im Dampfkörbchen verteilen, zugedeckt ca. 8 Minuten knackig garen. Fischstreifen würzen, 2-3 Minuten über dem Gemüse mitdämpfen. Je nach Wahl eine leichte Hollandaise oder eine leichte Sabayon dazu servieren. - Gemüse auf vorgewärmte Teller oder Platte anrichten, Fischstreifen darauflegen und mit der Sauce nappieren, sofort servieren. Dazu passen weisser oder wilder Reis, Salzkartoffeln, Nudeln oder frisches Brot.

Grillierter Kalbsbraten

4 Portionen

Zutaten

8 g	Knoblauch, geschält
10 g	Petersilie, glattblättrig, frisch
5 g	Estragonblätter, frisch
8 g	Zitronenschale, abgerieben
40 g	Olivenoel Extra Vergine
2 g	Salz und Pfeffer
720 g	Kalbsbraten,Schulter, Bug, dressiert

Vorbereitung

Kalbsbraten vom Metzger binden lassen. Petersilie und Estragon fein schneiden.

Zubereitung

Petersilie, Estragon und Zitronenschale mit Olivenöl zu einer Paste verrühren. Knoblauch dazupressen und mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Garn vom Rollbraten entfernen, den Braten auseinanderrollen, mit der Paste bestreichen. Den Braten aufrollen und wieder mit Küchengarn zusammenbinden. Abgedeckt bis zum Grillen kalt stellen. Den Braten auf einen Drehspiess stecken, mit den Klammern fixieren. Den Braten bei mittlerer Glut 1 Stunde, 45 Minuten drehend grillen. Vom Spiess nehmen, in dünne Scheiben schneiden und zu den Beilagen und Saucen servieren.

Grillierte Sparerips

4 Portionen

Zutaten

600 g Schweinsbrustspitz, mager
20 g Pökelsalz
2 kg Wasser

Vorbereitung

Sparerips Seite am Vortag im Pökelsalz und Wasser marinieren.

Zubereitung

Sparerips am Stück grillieren

Tipp

Sparerips brauchen etwas länger auf dem Grill

Anrichten

Fleisch in Stücke schneiden und auf Teller anrichten

Grillierter Saibling

5 Portionen

Zutaten

500 g Saiblingfilets, mit Haut
1 x Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
100 g Meerrettichschaum

Vorbereitung

Fischfilets trocknen und würzen

Zubereitung

Ca. 2 Stunden im Barbecue räuchern

Anrichten

Geräucherte Filets auf Teller anrichten und mit Meerrettichschaum garnieren

Gefülltes Schweinssteak

4 Portionen

Zutaten

80 g	Rosinen (Weinbeeren)
60 g	Cognac
800 g	Schweinssteaks , dressiert
20 g	Senf, mittelscharfer
1 x	Salz, Pfeffer, schwarz aus der Mühle
200 g	Aepfel, Boskop
80 g	Walnusskerne
80 g	Erdnussöl
1 x	Tabasco, rot

Vorbereitung

Die Rosinen über Nacht im Cognac einweichen. Die Schweinsteaks längs tief ein- aber nicht durchschneiden. Die Schnittflächen mit Senf bestreichen, salzen und pfeffern. Aepfel schälen, vierteln, entkernen und grob würfeln. Die Walnusskerne grob hacken, mit den Apfelstücken und den Rosinen mischen. Auf die Steaks verteilen, das Fleisch zusammenklappen und mit Rouladengarn fest umwickeln. Den Grill vorheizen.

Zubereitung

Das Oel mit dem Tabasco verrühren, das Fleisch damit bestreichen. Fleischstücke auf den Grillrost legen und 20-25 Minuten grillieren. Hin und wieder wenden und mit etwas Oel bestreichen. Das Fleisch salzen und pfeffern, vor dem Anschneiden noch kurz ruhen lassen.

Grillierte Pouletspiessli

4 Portionen

Zutaten

- 600 g Pouletbrüstchen, ohne Haut
- 200 g Zwiebeln, geschält
- 240 g Aepfel, rotschalig, ohne Kerngehäuse
- 280 g Bananen, geschält (Stk. 140 gr)
- 1 x Zitronensaft, frisch
- 40 g Erdnussöl
- 1 x Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
- 1 x Curry, Madras

für die Sauce

- 200 g Crème fraîche
- 1 x Curry, Madras
- 1 x Orangensaft

Vorbereitung

Das Pouletfleisch in mundgerechte Würfel schneiden. Die Zwiebeln vierteln und die Aepfel ungeschält achteln. Die Bananen in knapp 3 cm dicke Scheiben schneiden. Das Obst mit Zitronensaft beträufeln. Den Grill vorheizen.

Zubereitung

Alle Zutaten abwechselnd auf Spiesse stecken. Mit Oel bestreichen und unter häufigem Wenden 10 bis 15 Minuten grillieren. Mit Salz, Pfeffer und Curry würzen, vor dem Servieren noch einige Minuten ruhen lassen. Als Sauce Crème fraîche mit etwas Curry und Orangensaft verrühren und dazu servieren.

Spargeln mit Bündner Rohschinken

4 Portionen

Zutaten

800 g	Spargeln, weiss, geschält
1.500 kg	Wasser
4 g	Salz
20 g	Butter
200 g	Rohschinken, dünn geschnitten

Vorbereitung

Spargelenden grosszügig wegschneiden. Weisse Spargeln müssen im Gegensatz zu den Grünen geschält werden. Am besten von unten her gegen das Köpfchen hin, ohne dieses wegzuschneiden.

Zubereitung

Salzwasser aufkochen, dann die Spargeln begeben, so, dass sie schön nebeneinander im Wasser liegen. Ev. einen Korb verwenden.
Kochzeit: 20-30 Min. Das Wasser sorgfältig abschütten und die Spargeln sofort servieren oder in einer Stoffserviette warmhalten.

Tipp

Spargelwasser für eine Spargelsuppe bereitstellen.

Anrichten

Spargeln in einer vorgewärmten Platte servieren. Sauce Hollandaise und Bündner Rohschinken separat dazu servieren.

Spargelsalat mit Lachsstreifen

4 Portionen

Zutaten

200 g	Spargeln, grün, geschält
200 g	Spargeln, weiss, geschält
160 g	Champignons, frisch, gerüstet
20 g	Zitronensaft, frisch
160 g	Lachs, geräuchert
80 g	Cherry - Tomaten
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle
10 g	Butter
1 x	Zucker

für die Sauce

40 g	Baumnussöl
40 g	Sonnenblumenöl, kaltgepresst
40 g	Kräuteressig
1 x	Zucker
10 g	Kerbel, frisch, gehackt
1 x	Salz, Pfeffer, weiss aus der Mühle

Vorbereitung

Champignons waschen und Spargeln rüsten. Grüne Spargel müssen nicht unbedingt gerüstet werden. Lachs in feine Streifen schneiden. Champignons in Lamellen schneiden mit dem Zitronensaft beträufeln.

Zubereitung

Die weissen Spargeln ins heisse Wasser geben. Salz Butter und Zucker begeben 7-8 Minuten später die grünen Spargeln begeben und ca 25 Minuten köcheln lassen. Die gekochten Spargeln herausnehmen und abkühlen lassen. In der zwischenzeit alle Zutaten für die Sauce mischen. Vier Spargeln beiseitestellen und den Rest in ca 2cm lange Stücke schneiden. Aus den Champignons einen Halbmond auf dem Teller auslegen. Restliche Champignons mit den Spargeln und dem Lachs sorgfältig mischen. Mit der Sauce nappieren. Das ganze in den Halbmond anrichten. Die andere Hälfte mit je einer weissen und einer grünen Spargel dekorieren und in der mitte die kleine Tomate begeben.

Tipp

Dieser Salat kann auch nur mit einer Spargelsorte gemacht werden.