

Menu

25. April 2014



Salat von Rübli und Randen mit Feta

Schweinscarrébraten mit Portwein-Dörrtomatensauce

gebratene Spargeln

Bunter Kartoffelstock

Crêpes mit Vanilleglace und Portwein-Brombeeren

Salat von Rüebli und Randen mit Feta

ZUTATEN

600 g Rüebli
3 Randen, klein
Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
6 Thymianzweige
6 Salbeiblätter
6 Esslöffel Olivenöl
6 Esslöffel Mandelblättchen
200 g Feta
1 Bund Petersilie, glattblättrig

Senf-Honig-Vinaigrette

3 Esslöffel Balsamicoessig
3 Esslöffel Weissweinessig
3 Teelöffel Honig, flüssig
1 Knoblauchzehe
2 Esslöffel Senf, körnig
Salz, Pfeffer
7 Esslöffel Olivenöl

ZUBEREITUNG

Für 6 Personen

1 Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

2 Die Rüebli und die Randen schälen und in knapp kleinfingergrosse Stängelchen schneiden. In eine Gratinform geben und mit Salz sowie frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Die Salbeiblätter in feinste Streifchen schneiden. Alles über das Gemüse verteilen und dieses grosszügig mit Olivenöl beträufeln.

3 Das Gemüse im 200 Grad heissen Ofen auf der untersten Rille 35–40 Minuten backen; zwischendurch etwa 2-mal wenden. Bei Zimmertemperatur abkühlen lassen, aber nie kalt stellen!

4 Inzwischen in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fettzugabe die Mandelblättchen hellbraun rösten. Den Feta je nach Konsistenz in kleine Würfelchen schneiden oder grob zerbröseln. Die Petersilienblätter fein hacken.

5 Für die Vinaigrette die beiden Essigsorten und den Honig verrühren. Die Knoblauchzehe schälen und dazupressen. Senf, Salz und Pfeffer beifügen, dann das Olivenöl dazugießen und alles zu einer Sauce rühren.

6 Kurz vor dem Servieren das Gemüse auf Tellern anrichten. Den Feta, die Mandelblättchen und die Petersilie darüber verteilen und alles mit der Vinaigrette beträufeln.

Schweinscarrébraten mit Portwein-Dörrotomatensauce

Für 6 - 8 Personen

ZUTATEN

1 Bund Thymian
wenig abgeriebene Zitronenschale
1 Esslöffel grobkörniger Senf
1,2 kg Schweinscarré (Nierstück)
Salz und Pfeffer
2 Esslöffel Bratbutter

Sauce:

100 g getrocknete Tomaten in Öl
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
1 1/2 dl Portwein
2 dl Rindsbouillon
2 1/2 dl Vollrahm
wenig Zitronensaft
1/2 Bund glatte Petersilie

ZUBEREITUNG

1 Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte und die Teller mitwärmen

2 Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und fein hacken. Mit dem Senf vermischen. Zitronenschale dazu reiben.

3 Das Schweinscarré gut dressieren, das heisst von Fett und Sehnen befreien. Salzen und pfeffern. In der heissen Bratbutter rundum wähen 10 Minuten anbraten. Auf die vorgewärmte Platte geben und grosszügig mit Senfmarinade bestreichen. Das Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken. Das Schweinscarré im 80 Grad heissen Ofen während 1 1/2 - 1 3/4 Stunden nachgaren lassen, bis die Kerntemperatur 60 Grad beträgt.

4 Für die Sauce Dörrotomaten abtropfen und in Streifen schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie ebenfalls hacken.

5 In einer weiten Pfanne Tomaten, Schalotten und Knoblauch in wenig Tomatenöl andünsten. Mit dem Portwein ablöschen und zur Hälfte einkochen lassen. Die Bouillon dazugießen und alles wiederum auf etwa 1 1/2 dl einkochen lassen.

6 Den Rahm beifügen und die Sauce noch so lange kochen lassen, bis sie cremig bindet. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Beiseite stellen.

7 Unmittelbar vor dem Servieren die Sauce nochmals aufkochen. Die Petersilie daruntermischen. Das Schweinscarré in dünne Scheiben aufschneiden, auf die vorgewärmten Teller anrichten und mit Sauce umgiessen.

Gebratene Spargeln

Für 4 Personen

ZUTATEN

500 g grüne Spargeln
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 - 2 Knoblauchzehen
2 Esslöffel Olivenöl
2 Esslöffel Butter
1/2 dl Gemüsebouillon
1 Esslöffel Sojasauce
Salz und Pfeffer
1/4 Teelöffel Zucker

ZUBEREITUNG

1 Spargeln frisch anschneiden, wenn nötig das untere Drittel schälen, längs halbieren und schräg in 4 cm lange Stücke schneiden. Das schöne Grün der Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden, die weissen Teile längs vierteln. Knoblauch in Scheibchen schneiden.

2 Im Wok oder in der Bratpfanne das Öl und die Butter erhitzen. Frühlingszwiebeln und Knoblauch hinein geben, kurz anbraten. Spargeln beifügen und unter häufigem Wenden 3 Minuten braten. Die Bouillon beifügen und alles 3 Minuten zugedeckt kochen lassen. Den Deckel entfernen und die Flüssigkeit bei grosser Hitze einkochen lassen. Zuletzt die Spargeln mit Sojasauce, Salz, Pfeffer und dem Zucker würzen.

Bunter Kartoffelstock

Für 6 Personen

ZUTATEN

1,2 kg Kartoffeln, geschält, in Würfel geschnitten

200 g Vorzugsbutter

3 dl Milch

ca. 3-4 dl Rahm

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Einzel zubereiten:

3 EL gekochte, pürierte Rüebli

1 Eigelb

1 Briefchen Safran

2-3 EL Randensaft

ZUBEREITUNG

1 Die Kartoffeln in Salzwasser weich kochen, abgiessen und gut ausdampfen lassen.

2 Durchs Passevite treiben, mit Vorzugsbutter, Milch und Rahm glattrühren und würzen.

3 Den Kartoffelstock in fünf Portionen teilen und je eine Portion mit Rüebli, Spinat, Eigelb-Safran, Randensaft und Pilzen färben.

4 Mit Spritzsack oder Löffel auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Crêpes mit Vanilleglace und Portwein-Brombeeren

ZUTATEN

(Für 4 Personen)

4 EL Weismehl

1 EL Zucker

1 Prise Salz

4 EL Milch

1 frisches Ei, verknüpft

Butter zum Backen

½ dl roter Portwein

2 EL flüssiger Honig

½ Bio-Zitrone, Schale und Saft

150 g Brombeeren (oder gemischte Wald-beeren, je nach Jahreszeit frisch oder tiefgekühlt)

150 ml Vanilleglace

ZUBEREITUNG

1 Mehl, Zucker und Salz in Schüssel mischen.

2 Milch und Ei verrühren, unter Rühren dazugießen, Teig glatt rühren. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen.

3 Wenig Butter in beschichteter Bratpfanne erhitzen. ¼ Teig darin verteilen, Hitze reduzieren. Ist die Unterseite der Crêpe gebacken und löst sie sich von selbst, Crêpe wenden, fertig backen. Mit restlichem Teig gleich verfahren.

4 Wein, Honig, Zitronenschale und -saft aufkochen. Pfanne von der Platte nehmen, Beeren begeben, abkühlen.

5 Crêpes falten, mit je 1 Kugel Glace und lauwarmen Portwein-Brombeeren auf Tellern anrichten. Sofort servieren.