

# Smørebød Kochsession 338

11. April 2024



\* \* \* Apero \* \* \*

***Spargel-Baguette***

\* \* \* Vorspeisen \* \* \*

***Spargel-Limetten-Suppe mit Jakobsmuschelspiess***

\* \* \* Hauptgang \* \* \*

***Kalbshohrücken an Sauce Hollandaise  
mit Spargel und Rüepli***

\* \* \* Dessert \* \* \*

***Erdbeersalat mit Meringues***

Weisswein: Les Curzilles, Féchy  
Domaine La Colombe CH

Rotwein: POUR MON PÈRE  
Château de Gaure FR

Rezept für 8 Personen

# Spargel-Baguette

## Zutaten

16	Stück	weisser Spargel
2		Baguettes
		Rucola nach Belieben
16	Trang.	Rohschinken
		Butter
		Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Baguette in Scheiben schneiden, mit Butter bestreichen in der Pfanne leicht Toasten  
Spargelspitze auf die Grösse des Baguettes schneiden und in Butter anbraten,  
den hinteren Teil verwenden wir für die Suppe.

Das Baguette nach Belieben mit Rucola belegen.

Den Spargel auf die Baguettescheiben legen mit Schinken umwickeln und Servieren.

# Spargel-Limetten-Suppe mit Jakobsmuschelspiess

## Zutaten

500	g	grüner Spargel
		Restlicher Spargel des Aperos
2		Biolimetten
500	ml	Gemüsebouillon
3-4		Frühlingszwiebeln
300	g	Vollrahm
4	EL	Butter
		Salz, Pfeffer
100	g	Wasabi-Erdnüsse
24	Stück	Jakobsmuscheln
		Oliveneröl

## Zubereitung

- 1 Den Spargel waschen und abtrocknen lassen. Die Spitzen vom Spargel großzügig abschneiden und beiseite stellen.  
Die holzigen Enden der Spargelstangen abschneiden, das untere Drittel schälen und dann die Stangen in etwa 2cm lange Stücke schneiden.
- 2 Die Frühlingszwiebel waschen und in feine Ringe schneiden.  
2 EL Butter in einem Topf zerlassen. Spargelstücke und Frühlingszwiebel darin andünsten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, aufkochen und etwa 15 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen.  
In der Zwischenzeit die Limetten heiss abwaschen, die Schale abziehen und den Saft von einer Limette auspressen.
- 3 Die Suppe von der Hitze nehmen und fein pürieren.
- 4 Den Rahm hinzugeben, nochmals pürieren und mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.  
Die Spargelsuppe warm halten.
- 5 2 EL Butter in einer Pfanne erhitzen.  
Die Spargelspitzen zusammen mit der Limettenschale 3–5 Minuten anbraten.
- 6 Die Jakobsmuscheln auf Spiesschen stecken. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen.  
Die Jakobsmuscheln darin kurz von jeder Seite braten bis sie gerade eben gar sind.
- 7 Die Wasabi-Nüsse hacken und über die Suppe verteilen

## Tipp

Wenn man viel Spargelabschnitte hat, anstelle Gemüsebouillon kann man auch sehr gut Spargelwasser verwenden und mit Gemüsebouillon würzen.

# Kalbshohrücken an Sauce Hollandaise mit Spargel und Rüepli

## Zutaten

1600	g	Hohrücken vom Kalb
		Olivenöl
10		Zweige Thymian
160	g	Butter
		Salz, Pfeffer

## Zubereitung

- 1 Kalbshohrücken 1 Stunde vorher aus dem Kühlschrank nehmen.
- 2 Bratenform im Ofen bei 80 °C vorheizen
- 3 Pfanne mit dem Öl auf höchster Stufe erhitzen. Wenn das Öl heiss ist, d.h. flüssig wie Wasser, Hohrücken hineinlegen.  
Während ca. 4 Minuten rundum anbraten, bis er schön goldbraun und kross ist.  
Vorsicht: Beim Wenden nie ins Fleisch stechen, damit kein Fleischsaft austritt.
- 4 Fleisch in die vorgewärmte Form geben und mit Salz und Pfeffer würzen.  
An der dicksten Stelle Fleischthermometer hineinstecken, sodass die Spitze etwa in der Mitte des Hohrückens sitzt.  
Butter und Thymianzweige auf das Fleisch legen und die Form in die Mitte des vorgeheizten Ofens schieben.  
Thermometer auf 60 °C einstellen. Backofen 80 °C
- 5 Nach ca. 2 ½ Stunden sollte der Hohrücken die gewünschte Kerntemperatur von 60 °C erreicht haben.  
Fleisch aus dem Ofen nehmen, in dünne Scheiben schneiden und sofort servieren.

# Spargel

## Zutaten

24	Stück	weisse Spargeln
3	l	Wasser
4	EL	Salz
3	EL	Zucker
4	EL	Butter

## Zubereitung

Spargeln schälen. Wasser in einer weiten Pfanne aufkochen. Salz, Zucker, Butter und Spargeln begeben, aufkochen. Pfanne von der Platte nehmen, zugedeckt ca. 15 Min. ziehen lassen. So können Sie die Spargeln zum perfekten Garpunkt kochen und erst noch bis zum Anrichten warm halten.

# Rüebli

## Zutaten

480	g	Rüebli
		Salz
		Zucker
4	EL	Butter

## Zubereitung

Rüebli in der Bratpfanne zubereiten

# Sauce Hollandaise

## Zutaten

8	EL	Weisswein
2	EL	Weissweinessig
2	EL	Wasser
1		Zwiebel, fein gehackt
2		Petersilienstängel
12		Pfefferkörner, grob zerdrückt
2		Lorbeerblatt
4		Eigelb
200	g	Butter, kalt, in Stücken
		Salz und Pfeffer
einige Tropfen		Zitronensaft

## Zubereitung

- 1 Wein bis und mit Lorbeerblatt aufkochen, Hitze reduzieren, die Reduktion bis auf 2 EL einkochen. Reduktion absieben und auskühlen lassen.
- 2 Eigelb und Reduktion in einer Chromstahlschüssel verrühren. Unter ständigem Rühren über dem heissen Wasserbad schaumig schlagen.
- 3 Butter portionenweise unter Rühren dazugeben, bis die Sauce cremig ist.
- 4 Sauce würzen, mit Zitronensaft abschmecken und sofort servieren.

# Erdbeersalat mit Meringues

## Zutaten

### Erdbeer-Coulis:

375	g	Erdbeeren
3	EL	Erdbeerkonfitüre
2	EL	Zucker

### Erdbeersalat:

750	g	Erdbeeren, halbiert oder geviertelt
3	EL	Zucker
2	EL	Kirsch, nach Belieben Pfeffer

### Crème:

3	dl	Vollrahm
270	g	Crème fraîche
1½	Pack	Vanillezucker
3 - 4½	EL	Zucker
8		grosse Meringues

Zitronenmelisse oder Pfefferminze zum Garnieren

## Zubereitung

- 1 Coulis:  
Erdbeeren, Konfitüre und Zucker pürieren.
- 2 Erdbeersalat:  
Alle Zutaten mischen, kurz ziehen lassen.
- 3 Crème:  
Rahm, Crème fraîche, Vanillezucker und Zucker zusammen steif schlagen.
- 4 Erdbeer-Coulis spiegelartig auf Tellern verteilen. Erdbeersalat darauf anrichten.  
Crème und Meringues daneben anrichten, garnieren.