

Smørebrød Kochsession

25. Januar 1996

Linsensalt mit Kaninchenfilet

Osso buco Gremolata Polenta

Zwetschgenstrudel Sabayon à orange

Mengen für 8 Personen

Linsensalat

200 gr Linsen

ca. 1Std. in lauwarmen Wasser einweichen 12 -15 min. in Salzwasser kochen.

6 EL Essig
8 EL Öl
 Salz, Pfeffer

Sauce zu den noch warmen Linsen geben.

Teller mit Blattsalat auslegen, Linsen darüber streuen

400 gr Kaninchenfilet

sautieren, schneiden, auf den Salat legen

300 gr Birnenschnitze zum garnieren

Osso buco

8 Kalbshaxen à 200gr würzen, mehlen
50 gr Öl in Bratpfanne anbraten

150 gr geh. Zwiebeln
2 Knoblauchzehen geh.
50 gr Lauch alles Gemüse in feien Streifen schneiden
50 gr Karotten
beigeben, kurz mit braten

50 gr Sellerie
50 gr Tomatenpüree
beigeben, mit braten

1.5lt Wasser
auffüllen, weich dämpfen. Sauce mit Demiglace (Bratensauce) binden, abschmecken,
garnieren mit Gremolata (Zitronenzeste, Peterli, Knoblauch geh.)

Polenta

100 gr geh. Zwiebeln anziehen
50 gr Butter

375 gr Maisgries beigeben
1.5 lt. Wasser beigeben
 Salz, Pfeffer

abschmecken, weich kochen, evtl. noch Wasser nachgeben.

Zwetschgen Strudel

250 gr Mehl
1 Ei
 Salz mischen, kneten

70 gr Wasser
25 gr Öl

Füllung:

800 gr Zwetschgen
80 gr Butter
100 gr Panierbrot
100 gr Zucker
 Zimt
1 Zitronenzeste

Strudel vor und während dem Backen mit Butter bestreichen.

Sabayon

6 Eigelb
0.25 lt Orangensaft schaumig schlagen
3 EL Zucker
3 EL Orangenlikör