

KOCHCLUB

SMØREBRØT

Das Menü vom **27.05.1999**, ist für 8 Personen berechnet. Nun wünsche ich viel Vergnügen bei der Zubereitung und „en Guete“

Gumbo mit Poulet und Okra

- 1200 g geschnetzeltes Pouletfleisch
- 3 Esslöffel Mehl
- Öl zum anbraten
- 2 Teelöffel Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 800 g Okras, schräg in schmalen Scheiben
- 2 grüne Peperoni, fein gewürfelt
- 150 g Stangensellerie, fein gewürfelt
- 2 grössere Tomaten, gewürfelt
- 2 Zwiebeln, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 2 dl Weisswein
- 2,2 Liter kräftige Hühnerbouillon
- 2 Lorbeerblatt
- 2 Zweiglein Thymian
- einige Tropfen roter Tabasco
- Salz, Pfeffer nach Bedarf

Fleisch mit Haushaltspapier trockentupfen, portionenweise mit Mehl bestäuben. Im Bratopf, im heissen Öl ca. 2 Min. anbraten, herausnehmen, würzen, zugedeckt beiseite stellen.

Eventuell wenig Öl zugeben, Gemüse im selben Bratopf leicht anbraten, Hitze reduzieren. Zwiebeln und Knoblauch begeben. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Min. dämpfen. Wein und Bouillon dazugiessen, aufkochen. Lorbeerblatt und Thymian begeben, würzen, zugedeckt ca. 30 Min. bei kleiner Hitze schmoren. Pouletfleisch begeben, ca. 5 Min. mitschmoren.

Gefüllte Lammschulter

- 2 Lammschultern ca. je 800-900 g, entbeint
- 2 Teelöffel Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Etwas Zitronensaft

Innenseite des Fleisches damit würzen

Füllung

- 4 Esslöffel Planta Margarine
- 2 Schalotte, gehackt
- 1 Bund Petersilie, gehackt
- wenig frischer Estragon und Majoran, gehackt
- 400 g frischer Spinat, sehr fein gehackt

in einer Pfanne warm werden lassen

- 200 g Schweinefleisch, gehackt
- 100 g Speck, gehackt
- 2 Eier, verklopft
- 2 Messerspitzen Muskat
- Salz, Pfeffer

alles andämpfen, bis der Spinat zusammengefallen ist, etwas auskühlen lassen

- 4 Esslöffel Planta Margarine
- 2 Esslöffel Sais Öl

Alles mit dem Spinat mischen, die Füllung auf dem Fleisch verteilen, überschlagen und mit Spezialbindfaden zubinden

- 2 dl Weisswein

im Brattopf heiss werden lassen, Fleisch ringsum anbraten

- 2 dl Fleischbouillon

dazugiessen, etwas einkochen

beifügen, auf der Herdplatte oder in dem auf 180 Grad vorgeheizten Ofen zugedeckt langsam weichschmoren. Schmorzeit ca. 1 ½ Std., von Zeit zu Zeit übergiessen. Vor dem Tranchieren herausnehmen, zugedeckt 5 Minuten stehen lassen.

VARIANTE

Vorbereiten: Den fertig zubereiteten geschmorten Braten kann man 1 Tag im Kühlschrank aufbewahren. In diesem Fall die Schmorzeit um ca. ¼ Stunde verkürzen. Nach ungefähr 30 Minuten vor dem servieren in dem auf 180 Grad vorgeheizten Ofen fertig schmoren, Pfanne nicht zudecken. Braten gelegentlich übergiessen.

Die Lammschulter kann auch kalt serviert werden.

Gemüserisotto

- 4 Esslöffel Olivenöl
in einer Pfanne warm werden lassen
- Verschiedene Gemüse, je nach
Saison, ca. 500 g
in kleine Würfel schneiden
- 400 g Risotto Reis
zusammen mit dem Gemüse andämpfen
- 6 dl Weisswein
mit Wein ablöschen
- 1 Liter Fleischbouillon
den restlichen Wein und die Bouillon
dazugiessen
- 2 Teelöffel Salz
Salz dazu geben
- Thymian, Rosmarin, Pfeffer
und mit den Gewürzen abrunden. Den Reis zu
einem feuchten Risotto kochen.

Der luftige Erdbeertraum

Pavlova-Cake mit Erdbeeren

- Rund 900 g Erdbeeren
- 10 Eiweiss, ca 350 g
- 2 Prisen Salz
- 400 g Zucker
- 2 Teelöffel heller Essig
- 3,6 dl Rahm, flaumig schlagen

Vorbereiten: 300 g Erbeeren für die Garnitur beiseite stellen.

Den Rest der Erbeeren in Stücke schneiden, fein pürieren, durch ein Sieb streichen. **Ofen auf 200 Grad vorheizen.**

Eiweiss mit dem Salz steif schlagen. Die Hälfte des Zuckers begeben, weiterschlagen, bis die Masse glänzt. Restlichen Zucker, 2 Esslöffel des Erbeerpürees und den Essig begeben, weiterschlagen, bis die Masse feinporig, glänzend und sehr steif ist. Satt in eine ganz mit Backpapier ausgelegte Cakeform füllen. Form mehrmals auf ein gefaltetes Tuch klopfen, damit sich die Masse gut verteilt. Den Eischnee mit einem Löffel in regelmässigen Abständen zu Spitzen hochziehen.

Den vorgeheizten Ofen auf 150 Grad reduzieren. Pavlova ca. 20 Minuten in der unteren Hälfte des Ofens backen (die Oberfläche des Cakes muss leicht braun sein). Dann die Hitze auf 120 Grad reduzieren, die Backofentüre mit einem Holzspiesschen leicht offen halten. Pavlova ca 2 Std. fertig backen.

Die Pavlova muss aussen knusprig und innen feucht sein. Herausnehmen, leicht abkühlen, aus der Form nehmen. Pavlova auf ein Gitter stellen, Backpapier seitlich lösen, auskühlen. Backpapier sorgfältig entfernen.

Pavlova mit den restlichen beiseite gestellten Erdbeerpüree, dem Rahm und den Erdbeeren servieren.