

**Kochsession  
31. Mai 2001**

**Spargelsalat mit Lachsforellenfilets**

**\*\*\***

**Pouletbrüstchen mit Bärlauchfüllung an  
Gorgonzolasauce**

**\*\*\***

**Rhababercreme**

**\*\*\***

**Kaffee**

## **Spargelsalat mit Lachsforellenfilets**

### Sauce

- 6 Esslöffel Sherry-Weinessig
- 4 Esslöffel Öl
- 2 dl fettfreie Gemüsebouillon

Alle Zutaten in einer grossen Schüssel gut verrühren, Sauce würzen (Salz und Pfeffer nach Bedarf).

### Salat

- 1 kg weisse Spargeln
  - 1 kg grüne Spargeln
  - 1 Esslöffel Öl
  - ½ Teelöffel Salz
- Pfeffer aus der Mühle nach belieben

50 gr. Portulak

Die Spargeln schräg in ca. 6cm lange Stücke schneiden. In einer weiten Bratpfanne im heissen Öl ca. 8 Min. rührbraten, würzen. Mit Sauce mischen, ca. 10 Min. ziehen lassen. Die Spargeln mit dem Portulak auf Teller verteilen, die Lachsforellensstreifen darauf anrichten.

### 400gr. Lachsforellenfilets

Die Lachsforellenfilets quer halbieren, in warmer Bratbutter beidseitig je ca. 1 Min. braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

## **Pouletbrüstchen mit Bärlauchfüllung an Gorgonzolasauce**

400 gr. Bärlauch  
4 Esslöffel Baum oder Pecannüsse  
200 gr. Halbfettquark  
100 gr. Reibkäse  
10 Pouletbrust- Schnitzel  
2 Esslöffel Bratbutter  
2 Zweige Basilikum  
1 Bund Petersilie  
100 gr. Gorgonzola  
1 dl Weisswein  
2,5 dl Halbrahm  
Muskat

Bärlauch waschen und die groben Stiele entfernen. Nass in eine Pfanne geben. Auf mittlerer Hitze unter Rühren zusammenfallen lassen. Auskühlen.

Bärlauch grob und die Nüsse fein hacken. Mit Quark und Käse vermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Pouletbrust- Schnitzel einschneiden, so dass man sie aufklappen kann. Mit der vorbereiteten Mischung füllen und mit Zahnstochern fixieren. Mit S und P würzen.

Bratbutter erhitzen und das Fleisch hineingeben. Ca. 15 Min. braten, zwischendurch einmal wenden.

Basilikum und Petersilie fein hacken. Gorgonzola in Würfel schneiden.

Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm halten. Wein hineingiessen, aufkochen und den Bratfond lösen. Rahm einrühren und unter Rühren aufkochen. In ein Pfännchen absieben, Kräuter und Gorgonzola beifügen und auf kleiner Hitze unter Rühren schmelzen lassen. Mit S und P abschmecken. Ein Teil der Sauce über das Fleisch nappieren, den Rest in einer Sauciere servieren.

## Rhabarbercreme

1,2	kg Rhabarber	ev. schälen, in Würfel schneiden und in eine Pfanne geben
4	Esslöffel Zucker und wenig Zitronenschale	beigeben Rhabarber weichkochen
2	Zitronen, nur Saft	
3	Esslöffel Maizena	zusammen vermischen, unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen zum Rhabarber giessen, weiterrühren und nochmals aufkochen, dann auskühlen lassen
360	gr. Joghurt nature	
2	Teelöffel Vanillinzucker	darunterrühren
2	dl Halbrahm	steif schlagen, darunterziehen

Die Creme vor dem servieren 2 bis 3 Stunden kühl stellen. Nach belieben mit Erdbeeren garnieren.

**En guete Appetit**