

Kochsession Mai 2005

Gebratene Crevetten auf grünen Spargeln

* * *

Gemüse-Frühlingsuppe

* * *

Schweinsfilet im Teig auf Entlebucher-Art

Rüebli auf Bauernart

Blumenkohl

Reis

* * *

Zitronenmousse & Rhabarberroulade

Gebratene Crevetten auf grünen Spargeln

30 Crevetten
500gr grüne Spargeln
2 Zitronen
1 Knoblauch
Cherrytomaten
Olivenöl
Salz und Pfeffer

Spargeln halbieren und in kochendem Salzwasser ein paar Minuten blanchieren. Knoblauch in kleine Stücke zerhacken, in eine Schüssel geben mit etwas Olivenöl untereinander rühren, Crevetten damit marinieren und mit Zitronensaft übergiessen, etwas Pfeffer und Salz dazu geben. Olivenöl in eine Bratpfanne geben und erhitzen, Crevetten dazugeben und ca. 2-3 Minuten anbraten. Die Spargeln dazu geben und ebenfalls unter schnellem Rühren mitbraten. Auf vorgewärmten Teller anrichten und mit halbierten Cherrytomaten garnieren.

Gemüse Frühlingssuppe

1L Tomatensaft
1L Gemüsebrühe
5EL Sojasauce
2 Knoblauchzehen
2 Lauchstängel
1 Kohlrabi
1Bd Frühlingszwiebeln
1Bd Peterli
2EL Butter
Salz und Pfeffer

Den Tomatensaft und die Gemüsebrühe erhitzen, mit der Sojasauce, den Gewürzen und den zerdrückten Knoblauchzehen abschmecken. Den Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Den Kohlrabi schälen und in ganz feine Stifte schneiden. Die Frühlingszwiebel waschen und der Länge nach vierteln. In einer grossen tiefen Pfanne die Butter erhitzen und das vorbereitete Gemüse ca. 5 Minuten dünsten. Zum Schluss den gewaschenen Peterli unterrühren. Gemüse in eine Schüssel geben und sofort mit kochenden Tomaten-Gemüse-Brühe auffüllen und servieren.

Rüebli auf Bauernart

2 Zwiebel
40gr Butter
1kg Rüebli
1dl Rahm
1Bd Peterli
3dl Gemüsebouillon
Salz, Pfeffer und Zucker

Zwiebel in dünne Scheiben schneiden und in Butter glasig dünsten. Die in Rädli geschnittenen Rübli dazugeben und kurz mitbraten. Mit etwas Gemüsebouillon ablöschen und zugedeckt weich dämpfen. Mit etwas Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Rahm dazugiessen, kurz erwärmen. Vor dem Servieren mit gehacktem Peterli bestreuen.

Blumenkohl

1 Blumenkohl

Zubereiten nach Smørrebrød-Art !!!

Filet auf Entlebucher-Art

4 Schweinsfilet à 400gr
600gr Brät
16 Specktranchen
16 Schinkentranchen
1kg Kuchenteig
500gr Champignons
3 Peperoni
4 Zwiebeln
2Bd Peterli
2 Eier
500gr Reis

Filets anbraten (ca. je 2 Minuten auf beiden Seiten), danach abkühlen lassen. Danach Filets mit Specktranchen einwickeln. Teig ausrollen und mit Brät bestreichen, Schinkentranchen auf Brät legen.

Champignons, Peperoni, Zwiebeln, Peterli hacken und in eine Bratpfanne geben mit Öl, braten bis die Champignons schön braun sind und danach auf dem Schinken verteilen. Filet mit Speck nach unten auf das Gemüse legen. Filet mit Teig umwickeln und auf den Seiten einrollen. Mit Eigelb bestreichen.

Hinweis: Teig kann mit Sternen und Herzen verziert werden!

Filets in den Ofen geben bei 200°C, 45 Minuten

Zitronenmousse

50gr Zucker
50gr Butter leicht dünsten
150gr Zwieback mit Wallholz zerdrücken, begeben und kurz mischen,
auf Auflaufform- Boden geben und leicht andrücken
2.5dl Qimiq glatt rühren
5dl Joghurt nature
4 Zitronen ausgepresst
1 Magerquark (500gr)
100gr Zucker alles miteinander mischen, zum Qimiq rühren
2.5dl Rahm geschlagen darunterziehen und in die Form füllen

3-4 Stunden im Kühlschrank steif werden lassen.

Rhabarberroulade (für 2 Rouladen)

500gr Rhabarber
5EL Zucker
500gr Mascarpone
6EL Puderzucker

Roulade:

80gr Butter
200gr Mehl
1TL Backpulver
10 Eier
200gr Zucker
2 Pri Salz

Butter auf kleiner Hitze schmelzen. Mehl und Backpulver sieben. Die Eier trennen. Eigelb und 160gr Zucker schaumig rühren. Die geschmolzene aber nicht mehr warme Butter darunter rühren. Das Eiweiß mit zwei Prisen Salz zu Schnee schlagen. Abwechslungsweise mit dem Mehl unter die Eigelbmasse ziehen. In ein mit Backpapier belegtes Backblech (resp. zwei Backbleche!) verteilen und ca. 1cm hoch ausstreichen. In der Mitte in den 220°C Ofen schieben und 8 -10 Minuten backen.

Ein Tuch ausbreiten und den restlichen Zucker darauf ausstreuen. Biscuit daraufstürzen, das Backpapier entfernen und das Biscuit mitsamt dem Tuch aufrollen. Erkalten lassen.

Rhabarber in kleine Stücke schneiden. Mit dem Zucker in ein Pfännchen geben und auf mittlere Hitze so lange kochen, bis er etwas Saft zieht. Auskühlen lassen.

Rhabarber und Mascarpone vermischen. Die Creme auf das Biscuit streichen und dieses sorgfältig aufrollen. Mindestens zwei Stunden kühlstellen!

Vor dem Aufschneiden sie Rhabarberroulade mit Puderzucker bestreuen.

En Guete!