



Kochsession 19. März 2009

Rüebli Salat mit Feta und Mandeln

*** * ***

Schwarzwurzel-Roqufort Suppe

*** * ***

Wolfsbarsch auf Apfel-Avocado-Peperonata

*** * ***

Senf-Kalbsschnitzelchen mit Tagliatelle

*** * ***

Baileys Mousse

Rüebli Salat mit Feta und Mandeln

1kg Rüebli
10 Thymianzweige
10 Salbeiblätter
6EL Olivenöl
6EL Mandelblättchen
200gr Feta
1Bund Petersilie

Senf-Honig Vinaigrette
4EL Balsamicoessig
2EL Weissweinessig
4TL flüssiger Honig
2 Knoblauchzehen
2EL körnigen Senf
10EL Olivenöl
Salz und Pfeffer

Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Die Rüebli schälen und in finger grosse Stängelchen schneiden.

In eine ofenfeste Form geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Die Salbeiblätter in feine Streifen schneiden. Alles über die Rüebli verteilen und diese mit Olivenöl beträufeln.

Das Gemüse im Ofen bei 200°C auf der untersten Rille 35 bis 40 Minuten backen. Zwischendurch etwa 2mal wenden.

In der Zwischenzeit die Mandelblättchen in einer Pfanne (ohne ÖL) hellbraun rösten. Den Feta in kleine Stücke schneiden oder grob zerbröseln und die Petersilienblätter fein hacken.

Für die Vinaigrette die beiden Essigsorten und den Honig verrühren. Die Knoblauchzehen schälen und dazu pressen (oder fein zerhacken). Senf, Salz und Pfeffer beifügen, dann das Olivenöl dazu giessen und alles zu einer Sauce rühren.

Die noch leicht warmen Rüebli auf vorgewärmte Teller anrichten. Den Feta, die Mandelblättchen und die Petersilie darüber verteilen und alles mit der Vinaigrette beträufeln.

Schwarzwurzel-Roqufort Suppe

4EL	Zitronensaft
4Liter	Wasser
1kg	Schwarzwurzeln
2	Zwiebeln
1EL	Butter
2EL	Mehl
4dl	Weisswein
1Liter	Geflügelfond
1	Blätterteig (rechteckig)
6TL	Feigensenf
2,5dl	Halbrahm
150gr	Roquefort

Zitronensaft und Wasser in eine Schüssel geben. Schwarzwurzeln waschen, schälen und sofort ins Zitronenwasser legen, damit die Wurzeln nicht schwarz werden. Schwarzwurzeln längs halbieren, in Stücke schneiden und zurück ins Wasser geben.

Zwiebeln hacken und in Butter dünsten. Schwarzwurzeln begeben. Mehl darüber streuen und gut rühren. Mit Weisswein ablöschen und mit Fond auffüllen. Ca. 40 Minuten köcheln lassen.

Backofen auf 220°C vorheizen. Blätterteig auswallen und gleichmässig mit Senf bestreichen. Längs in knapp 1cm Breite Streifen schneiden. Pfeffern. Teigstreifen von den Enden her gegeneinander drehen und auf einem Backpapier belegtes Blech legen. In der unteren Ofenhälfte ca. 15 Minuten backen. Auskühlen lassen.

Suppe mit Rahm verfeinern. Mit dem Stabmixer pürieren. Nochmals aufkochen. Pfanne vom Herd nehmen. Roquefort begeben und leicht schmelzen lassen. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe mit Senfzwiebeln in vorgewärmten Schüsselchen servieren.

Wolfsbarsch auf Apfel-Avocado-Peperonata

3	Peperoni
2	Äpfel süsslich z.B. Gala
2	Zwiebeln
4EL	Sonnenblumenöl
3dl	Gemüsebouillon
3	Avocados
2	Zitronen
10	Wolfsbarschfilets
	Fleur de sel
1dl	Weisswein
1Bund	Petersilie
	Salz und Pfeffer

Peperoni schälen, halbieren, entkernen und in ca. 2cm grosse Stücke schneiden.
Äpfel halbieren, entkernen, in 1cm grosse Würfel schneiden.
Zwiebeln hacken. Alles im Öl 2 bis 3 Minuten dünsten. Mit Bouillon ablöschen.
Peperonata zugedeckt ca. 10 Minuten schmoren, bis die Zutaten knapp weich sind.

Avocado halbieren, Kerne entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. In ca. 1cm grosse Würfel schneiden. Die Hälfte der Zitrone auspressen, den Saft über die Avocadowürfel träufeln.

Fischfilets mit Fleur de sel würzen. Wein und Bouillon in einer weiten Bratpfanne aufkochen. Hitze reduzieren. Fischfilets im Fond zugedeckt ca. 4 bis 5 Minuten gar ziehen lassen. Avocadowürfel unter die Peperonata mischen. Petersilie darüber zupfen. Alles 2 bis 3 Minuten fertig garen. Peperonata mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fischfilets darauf servieren. Mit Fleur de sel bestreuen. Restliche Zitronen in Scheiben schneiden und dazulegen.

Senf-Kalbsschnitzelchen

1Bund Estragon
20 Kalbsschnitzelchen
2EL Bratbutter
6EL Dijonsenf
2dl Weisswein
1TL Fleischextrakt
3dl Rahm
100gr geriebener Gruyère
Muskatnuss gemahlen
500gr Teigwaren

Estragonblättchen fein hacken.
Kalbsschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kalbsschnitzel in der heissen Bratbutter auf der ersten Seite 45 Sekunden und auf der zweiten Seite 15 bis 20 Sekunden anbraten. Schnitzel auf einen Teller legen und beidseitig dünn mit Senf bestreichen (ca. 2EL Dijonsenf für das bestreichen verwenden). Leicht abkühlen lassen.

Den Bratensatz mit Weisswein (oder Portwein) ablöschen. Den Fleischextrakt beifügen und die Flüssigkeit um gut 1/3 reduzieren. Dann den Rahm beifügen und die Sauce nochmals 2 bis 3 Minuten leicht kochen lassen.

Den Jus von den Schnitzelchen zur Sauce geben. Die Kalbsschnitzelchen ziegelartig in eine ausgebutterte Gratinform schichten.

Den Gruyère zur Sauce geben und schmelzen lassen. Dann einige Löffel Sauce mit ca. 4EL Dijonsenf verrühren, mit dem gehackten Estragon zur restlichen Sauce geben und diese mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Über die Kalbsschnitzelchen giessen.

Die Kalbsschnitzelchen im 220°C Ofen in der Mitte etwa 12 Minuten überbacken. Sofort auf heissen Tellern servieren.

Baileys Mousse

4Blatt Gelatine
4 Eigelb
50gr Zucker
2dl Baileys
5dl Halbrahm

Mandelkrokant
100gr Zucker
100gr Mandelstifte

In einer mittleren Pfanne etwa 2cm hoch Wasser füllen und aufkochen.
Die Gelatine in reichlich kaltem Wasser einweichen.
Die Eigelb und den Zucker in einer Metallschüssel mit dem Schwingbesen verrühren.
Die Schüssel auf die Pfanne setzen und über dem immer leicht kochenden Wasser zu einer dicken Creme aufschlagen, es geht rasch, bis sie bindet. Sofort vom Wasserbad nehmen. Die Gelatine tropfnass unter die Creme rühren und auflösen.
Dann den Baileys beifügen. Die Schüssel in ein kaltes Wasserbad stellen und unter gelegentlichem Rühren abkühlen lassen.

Wenn die Creme dem Rand entlang zu gelieren beginnt, den Halbrahm steif schlagen. Unter die Creme ziehen und diese in Dessertgläser abfüllen.
Für den Krokant ein kleines Blatt Backpapier leicht bebuttern.
In einer kleinen Pfanne den Zucker zu hellbraunem Caramel schmelzen. Die Mandelstifte beifügen und alles gut mischen. Sofort auf das vorbereitete Backpapier schütten. Erkalten lassen.

Die Zuckermandeln in einen Plastikbeutel geben und mit dem Wallholz nicht zu fein zerschlagen.

Unmittelbar vor dem Servieren die Baileys-Mousse mit dem Mandelkrokant bestreuen.

En Guete!