



Kochsession 173

vom 23. April 2009



Frühlingsküche



Menü

* * * Vorspeise * * *



Warmer Spargelsalat mit Gambas



* * * Suppe * * *



Polenta - Zitronengras - Suppe



* * * Hauptspeise * * *



Lamm mit Peperoni-Käse-Füllung
Frühlingsgemüse und -kartoffeln



* * * *Dessert* * * *

Rhabarber - Mascarpone - Creme



Weisswein: Bianco di Merlot 2008
Ticino, Svizzera

Rotwein: Raimat Tempranillo 2004
Costers del Segre, Espania

Warmer Spargelsalat mit Gambas

für 8 Personen

24	Spargeln weiss	gut rüsten, in 4-5cm Stücke schneiden
400 g	Champignons	in Viertel schneiden
24	Gambas	schälen, Darm entfernen, der Länge nach halbieren
2	Knoblauchzehen	gepresst
2	Eier	hart gekocht, fein gehackt
4 EL	Petersilie	fein gehackt
4 EL	Basilikum	gehackt
2 Bund	Kerbelblätter	Blättchen abzupfen, zur Garnitur
	Aceto balsamico rosso	etwas
	Kräuteressig	etwas
	Olivenöl	etwas

Den Spargel mit einem nussgrossen Stück Butter und ½ TL Zucker in leicht gesalzenem, kochenden Wasser bissfest kochen.



Die Champignons und die Gambas in Olivenöl anbraten, nach belieben Knoblauch zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Spargel, mit den Champignons und den warmen Gambas vermischen.

Mit Balsamico, Kräuteressig, dem Olivenöl sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kräuter untermischen und anrichten.

Mit dem gehackten Ei und den Kerbelblätter garnieren.

Polenta - Zitronengras - Suppe

für 8 Personen

2 EL	Bratbutter	
2	Schalotten	grob gehackt
1.6 l	Wasser	
2 dl	Weisswein	
8 Stängel	Zitronengras	4 Stängel gequetscht, Rest längs halbiert, beiseite gelegt
80 g	Maisgriess fein	Kochzeit ca. 2 Minuten
2 dl	Rahm	
2 TL	Salz	
	Pfeffer	aus der Mühle



Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Schalotte andämpfen. Wasser und Wein dazugiessen, Zitronengras begeben, aufkochen, Mais einrühren, ca. 20 Minuten köcheln. Zitronengras entfernen, Rahm begeben, Suppe pürieren, würzen.

Servieren:

Suppe in Suppentellern anrichten, mit beiseite gelegtem Zitronengras garnieren

Lamm mit Peperoni-Käse-Füllung

für 8 Personen

8	Lammnierstücke	je ca. 180g
	Salz	
	Pfeffer	
	Paprika	
1	Peperoni rot	
320 g	Greyerzer rezent	
	Zahnstocher	
	Sonnenblumenöl	zum Braten



Lammnierstücke quer einschneiden. Aufklappen und zwischen Klarsichtfolie mit Fleischklopfer oder schwerer Pfanne flach klopfen. Fleisch auf einer Seite würzen.

Peperoni in sehr feine Streifen schneiden und auf die eine Hälfte der Lammnierstücke legen, Rand freilassen. Käse in Streifen schneiden und auf die Peperoni legen. Mit zweiter Fleischhälfte zudecken. Rand mit mehreren Zahnstochern fixieren.

Beschichtete Bratpfanne mit Öl bepinseln und erhitzen. Lammnierstücke bei mittlerer Hitze beidseitig je 4-5 Minuten braten.

Frühlingsgemüse - Jungspinat mit Pinienkernen

für 8 Personen

2 EL	Olivenöl	
2	Zwiebeln	fein gehackt
2	Knoblauchzehen	gepresst
1.2 kg	Jungspinat	
1 TL	Salz	
	Pfeffer	wenig
6 EL	Pinienkerne	geröstet



Tropfnassen Spinat zugedeckt in einer grossen Pfanne bei mittlerer Hitze zusammenfallen lassen, abtropfen.

Zwiebel und Knoblauch im Olivenöl andämpfen. Spinat offen ca. 5 Minuten mitdämpfen, würzen.

Vor dem Servieren die gerösteten Pinienkerne unter den Spinat mischen.

Tipp:

Statt Jungspinat Winterspinat, grobe Stiele entfernen, in Streifen, verwenden.

Frühlingsgemüse - Chicorée mit Marroni

für 8 Personen

2 EL	Bratbutter	
4	Chicorées weiss	längs halbiert
4	Chicorées rot	längs halbiert
400 g	Marroni tiefgekühlt	aufgetaut
2 dl	Wasser	
1 dl	Aceto balsamico bianco	
6 EL	Rohrzucker	
1 TL	Salz	
	Pfeffer	wenig



Bratbutter in einer grossen Bratpfanne heiss werden lassen.

Bei mittlerer Hitze den weissen Chicorée beidseitig je ca. 3 Minuten braten, herausnehmen, zugedeckt beiseite stellen.

Eventuell wenig Bratbutter beigeben. Für den roten Chicorée gleich verfahren wie für den weissen.

Eventuell wenig Bratbutter beigeben. Nun die Marroni in die Bratpfanne geben und unter gelegentlichem Rühren bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten anbraten. Nun das Wasser, den Aceto und Rohrzucker beigeben, mischen und zugedeckt bei kleiner Hitze Flüssigkeit sirupartig einköcheln. Gemüse wieder beigeben, nur noch heiss werden lassen.

Am Schluss das Ganze noch mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Frühlingskartoffel

für 8 Personen

1.2 kg	Frühkartoffeln	
	Olivenöl	
	Gewürze	Kurkuma, etc.

Kartoffeln je nach Grösse halbieren oder vierteln und zusammen mit Olivenöl und Gewürzen in einer Schale alles gut mischen. Danach je nach belieben in der Bratpfanne knusprig, braun braten oder im Backofen backen.

Rhabarber - Mascarpone - Creme

für 8 Personen

800 g	Rhabarber	in Stücken
4 EL	Zucker	
2 EL	Wasser	
500 g	Mascarpone	
4 EL	Zucker	
5 dl	Rahm	



Amaretti-Krokant

160 g	Zucker	
2 EL	Wasser	
200 g	Amaretti	weiche

Rhabarber mit Zucker und Wasser in einer Chromstahlpfanne aufkochen, Hitze reduzieren, unter Rühren ca. 7 Minuten knapp weich köcheln, auskühlen.

Mascarpone mit Zucker verrühren, Rahm steif schlagen, darunterziehen.

Zucker und Wasser in einer weiten Pfanne ohne Rühren aufkochen. Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Hin-und-her-Bewegen der Pfanne köcheln, bis ein hellbrauner Caramel entsteht.

Pfanne von der Platte nehmen, Amaretti begeben, mischen. Alles auf ein Backpapier giessen, auskühlen, grob hacken.

Rhabarberkompott, Creme und Amaretti-Krokant abwechselungsweise in ein Schüssel schichten, mit Krokant abschliessen.

En Guete
Marcel