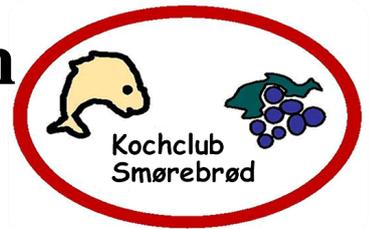
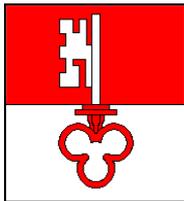


Smørebrød Kochsession

19. August 2010



(M)Eine kleine kulinarische Wanderung durch die Schweiz



Obwaldner Hindersi-Magronen mit Apfelmus



Walliser Gemüsebauernsuppe



Berner Chalbsragu mit Moscht



Kartoffelstock

Gemüse

Walliser Aprikosenmousse

Magronen für 6 Personen, Rest für 8 Personen



Obwaldner Hindersi-Magronen (Rezept Thomas Schnider, Restaurant Fluonalp OW)

4	Zwiebeln
400 gr	festkochende Kartoffeln
3 EL	Bratbutter
75 gr	Butter
450 gr	Aelplermagronen
1,5 lt	Gemüsebouillon
4,5 dl	Rahm
450 gr	geriebener Sbrinz

Zwiebeln hacken, Kartoffeln in Würfel schneiden
Bratbutter in Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin anbraten.
Butter begeben, ca. 2 Min weiterbraten
Kartoffeln begeben, ca. 3 Min weiterbraten

Magronen begeben, Bouillon dazugießen, bis sie ca. 1 cm über den Magronen steht.
Alles ca. 10 Min köcheln lassen

Rahm dazumischen.

Käse auf das Gericht geben, nicht umrühren, sondern vom Rand her vorsichtig darunter ziehen. Ca. 2 Min ziehen lassen

Tipps:

- Sobald die Magronen zugegeben werden, nicht mehr umrühren, so bleiben die Kartoffeln unten, und die Magronen können nicht anbrennen
- Nach der Kochzeit sollte die Flüssigkeit vollständig eingekocht sein. Ist noch zu viel Flüssigkeit vorhanden, löst sich der Käse nicht gut auf

Apfelmus

1,5 kg	Äpfel (eher säuerlich)
1,5 dl	Wasser
	Zimt
	Zucker

Die Äpfel waschen und entkernen, zusammen mit dem Wasser im Schnellkochtopf 2 Min., oder im normalen Topf 10 Minuten kochen. Durch ein Sieb streichen und eventuell mit Zucker und, wenn es gewünscht wird, Zimt abschmecken

Walliser Gemüsebauernsuppe

1 kg	Gemüse (Lauch, Sellerie, Kohlrabi, Blumenkohl, Rübli etc.)
120 gr	Speckwürfel
4	Zwiebeln
4	Tomaten
100 gr	Butter
80 gr	Mehl

Butter in der Pfanne erwärmen, Mehl zugeben und zu einer Schwitze verarbeiten.

Dabei das Mehl anbräunen, aber nicht anbrennen lassen!

Die Speckwürfel mit den feingeschnittenen Zwiebeln zugeben, umrühren bis alles Farbe annimmt, dann mit der Bouillon ablöschen.

Sobald diese zu kochen beginnt, die gesäuberten und zerkleinerten Tomaten zugeben.

Gemüse in kleine Würfel und Scheiben schneiden und je nach Garzeit zeitversetzt zugeben.

Beginnend mit Frischgemüse wie Lauch, Sellerie, Kohlrabi, , Kohl, Blumenkohl, Rübli usw.

Das Ganze solange kochen lassen, bis die Gemüse gar sind.

Heiss servieren.

Chalbsragout mit Moscht (Rezept Restaurant Della Casa Bern)

2	kleine Zwiebel, schälen, fein hacken
300 gr	frische Champignons, putzen und in feine Scheiben schneiden
1,6 kg	Kalbsragout
1	Kalbsfüsschen
6 EL	Butter
2 EL	Mehl
4 dl	saurer Most
6 dl	Bratensauce (aus Würfel oder Paste zubereitet)
4	Lorbeerblätter
4	Gewürznelken
2 Zweige	Rosmarin, fein hacken
2 Bund	Petersilie, fein hacken
2 TL	Tomatenpüree
1,5 dl	Rahm
Salz, Pfeffer aus der Mühle	

In einer Bratkasserolle die Butter erhitzen. Das Kalbsragout und das Kalbsfüsschen darin rundum anbraten.

Zwiebeln und Champignons beifügen und mitdünsten; ziehen die Pilze Saft, diesen vollständig verdampfen lassen.

Das Mehl in ein Siebchen geben und darüberstreuen. Alles gut mischen. Dann den Most sowie die Bratensauce dazugiessen und Lorbeerblätter sowie Nelken beifügen. Das Ragout auf kleinem Feuer zugedeckt während etwa 1 Stunde schmoren.

Nach einer Stunde Kochzeit Tomatenpüree, Rahm sowie Rosmarin unterrühren und alles noch so lange schmoren, bis das Fleisch weich ist; wenn nötig etwas Flüssigkeit nachgiessen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Servieren das Ragout auf eine gut vorgewärmte Platte geben und mit Petersilie bestreuen.

Kartoffelstock

1,5 kg	mehligkochende Kartoffeln
3 dl	Milch
90 gr	Butter
Salz, Pfeffer, Muskat	

Kartoffeln in Würfel schneiden. In Salzwasser weich kochen. Abgiessen und gut abtropfen lassen. Kartoffeln mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken oder durch das Passe-vite treiben

Milch und Butter zusammen erhitzen. Zu den Kartoffeln giessen. Alles mit einer Kelle zu einem glatten Püree verrühren. Wenn der Kartoffelstock zu fest ist, etwas Milch dazugeben. Kartoffelstock mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Walliser Aprikosenmousse

800 gr	Walliser Aprikosen
100 gr	Zucker
6	Eigelb
4 cl	Abricotine
4 - 5 dl	Rahm

Aprikosen halbieren und mit der Abricotine und 2 EL Zucker kochen
Pürieren und abkühlen lassen

Mit Schwingbesen 6 Eigelb und Zucker im Wasserbad schaumig schlagen

Aprikosenpüree begeben und schlagen – kühl stellen

Rahm steif schlagen und kurz vor dem Servieren unter das Püree mischen