

## Herbst Variationen mit Senf

### Gemüsesuppe Macchiata

### Hirschentrecote mit Maronikruste Spätzli

### Joghurtmousse mit Sanddorn

#### Herbst Variationen mit Senf

- Zander auf Wirz mit Estragonsenf
- Kaninchenfilet auf Randen mit Cassissenf
- Rehfilet auf Apfelring mit Lebkuchensenf

200	gr	Wirz
1		Schalotte
2		Kleine Randen
3		Apfel
200	gr	Zanderfilet
200	gr	Kaninchenfilet
200	gr	Rehfilet
50	gr	Butter
		Estragon-, Cassis- und Lebkuchensenf

*Wirz mit Schalotten anziehen und weichkochen. Gekochte Randen in Scheiben schneiden und kurz anbraten. Apfelringe in Butter braten. Fisch in Portionen schneiden und leicht anbraten. Kaninchen- und Rehfilet am Stück braten und vor dem anrichten lauwarm aufschneiden.  
Evtl. garnieren mit Balsamico-Jus oder Kürbiskernöl*

#### Spätzli

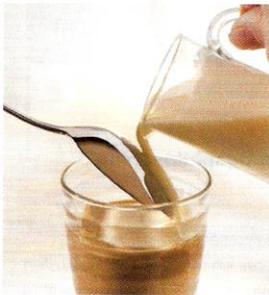
400	gr	Mehl
200	gr	Knöpfli-Mehl
2	dl	Milch
2	dl	Wasser
6		Eier
		Salz, Pfeffer

*Flüssigkeit zum Mehl geben. Durchs Spätzlisieb ins kochende Wasser geben. Auf Wunsch in Butter braten.*

# Zuppa di legumi macchiata con capesante



**Rezept für 4 Gläser mit 2 dl Inhalt. Beide Suppen können gleichzeitig im Dampfgarer zubereitet werden.**



**Und das ist der Trick, damit die Suppen getrennt bleiben:** Verteilen Sie die dunkle Linsensuppe in die Gläser. Giessen Sie dann die helle Bohnensuppe langsam über einen Esslöffelrücken auf die Linsensuppe. So mischen sich die beiden Farben – wie beim echten Latte macchiato – nur ganz wenig. Verblüffen Sie doch einmal Ihre Gäste!

## **Bohnensuppe – hell**

1 EL Olivenöl  
80 g Lauch, klein geschnitten  
½ Zwiebel, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt,  
2 Salbeiblätter  
1 kleiner Rosmarinzwig  
5 dl Gemüsebouillon  
100 g kleine weiße  
Bohnen aus der Dose

Olivenöl, Gemüse, Kräuter und Gemüsebouillon in eine ungelochte hohe Schale geben. Die Bohnen aus der Dose mit Wasser abrausen, unter das Gemüse mischen und garen **(A)**. Die Kräuter entfernen, die Suppe fein mixen und durch ein Sieb in eine Pfanne streichen.

## **Linsensuppe – dunkel**

1 EL Olivenöl  
1 Karotte, ca. 50 g, schälen, würfeln  
50 g Lauch, klein geschnitten  
½ Zwiebel, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
2 Salbeiblätter  
1 kleiner Rosmarinzwig  
3 dl Gemüsebouillon  
200 g braune Linsen  
aus der Dose  
2 dl Milch  
1 dl Rahm  
2 dl Gemüsebouillon  
4 Jakobsmuschel-Médailles  
Paprika, edelsüß  
1 EL Olivenöl

Olivenöl, Gemüse, Kräuter und Gemüsebouillon in eine zweite ungelochte hohe Schale geben. Die Linsen aus der Dose mit Wasser abrausen, unter das Gemüse mischen und garen **(A)**. Die Kräuter entfernen, die Suppe fein mixen und durch ein Sieb in eine Pfanne streichen. Milch, Rahm und Gemüsebouillon dazugeben. Die obere Seite der Jakobsmuscheln ganz fein mit einem rhombenförmigen Muster einschneiden. Die Schnittfläche mit Paprika bestreuen. Olivenöl erhitzen, die Jakobsmuscheln auf beiden Seiten kurz braten und auf Holzstäbchen stecken.

Vor dem Servieren die Suppen aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und wie links beschrieben in die Gläser füllen.



## Hirschentrecôte mit Marronikruste

HAUPTGERICHT FÜR 4 PERSONEN

**4 Hirschentrecôtes à ca. 140 g**  
**2 EL Olivenöl mit Knoblauch**  
**und Peperoncino**

Kruste:

**75 g tiefgekühlte Marroni,**  
**vor Gebrauch aufgetaut**  
**1½ EL Zucker**  
**¼ Bund gemischte Kräuter,**  
**z. B. Rosmarin und Thymian**  
**1 Knoblauchzehe**  
**35 g Paniermehl**  
**40 g Butter, weich**  
**1 Prise Zimt**  
**Salz, Pfeffer**

**1.** Für die Kruste Marroni grob hacken. Zucker in einer beschichteten Bratpfanne hellbraun caramelisieren. Marroni dazugeben, kurz andünsten. Auf ein Backpapier verteilen und abkühlen lassen. Kräuter, Knoblauch und Marroni im Cutter hacken. Paniermehl und Butter beigeben. Alles zu einer bröseligen Masse verarbeiten. Mit Zimt, Salz und Pfeffer würzen.

**2.** Backofen auf 120 °C vorheizen. Entrecôtes mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch im Öl beidseitig ca. 2 Minuten anbraten. Fleisch aus der Pfanne heben und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Marronimasse darauf verteilen, leicht andrücken. Fleisch in der oberen Ofenhälfte ca. 15 Minuten garen, davon die letzten 5 Minuten mit Grillfunktion.

**ZUBEREITUNG** ca. 20 Minuten  
+ ca. 15 Minuten garen

**Pro Person** ca. 31 g Eiweiss, 19 g Fett,  
19 g Kohlenhydrate, 1550 kJ/370 kcal



## Joghurtmousse mit Hagebuttensauce

DESSERT FÜR 4 PERSONEN  
FÜR 4 GLÄSER À CA. 2 DL

**4 Blatt Gelatine**  
**400 g Joghurt nature**  
**50 g Zucker**  
**1 EL Zitronensaft**  
**1,5 dl Vollrahm**  
**100 g reines Hagebuttenmark**  
**ohne Zucker, Rezept siehe S. 61**  
**4 EL Wasser**  
**1 EL Williams**  
**ca. 2 EL Puderzucker**  
**2 Msp. Zimt**

Sesamkrokant:

**30 g Zucker**  
**20 g Sesamsamen**

**1.** Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Joghurt, Zucker und Zitronensaft verrühren. Gelatine tropfnass in eine Pfanne geben und bei kleiner Hitze schmelzen lassen. Wenig Joghurtmasse dazugeben und mit der Gelatine mischen. Zur restlichen Joghurtmasse geben, gut verrühren. Kühl stellen, bis die Creme fest zu werden beginnt. Rahm steif schlagen und darunterheben. Joghurtmousse in Gläser füllen. Im Kühlschrank ca. 3 Stunden fest werden lassen.

**2.** Für den Krokant Zucker und Sesam in einer beschichteten Pfanne unter Rühren goldgelb rösten. Auf ein Backpapier geben und auskühlen lassen.

**3.** Mark, Wasser, Williams und Puderzucker verrühren. Mit Zimt und Puderzucker abschmecken. Zum Servieren Hagebuttensauce auf die Mousse geben. Sesamkrokant darüberbröseln.

**ZUBEREITUNG** ca. 30 Minuten  
+ auskühlen lassen  
+ ca. 3 Stunden kühl stellen

**Pro Person** ca. 8 g Eiweiss, 19 g Fett,  
37 g Kohlenhydrate, 1500 kJ/360 kcal