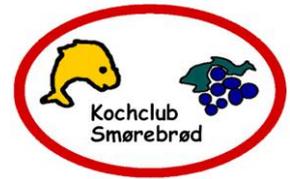


# **Smørebrot Kochsession**

## **20. Oktober 2016**



**Broccolisuppe mit Roquefort-Gremolata**

\*\*\*\*\*

**Lamm-Tatar**

\*\*\*\*\*

**Hirschentrecote**

**Kürbis-Spätzli**

**Beeren-Rotkohl mit Steinpilze**

\*\*\*\*\*

**Holunderbeeren Scones**

\*\*\*\*\*

Für ca.8 Personen

## Broccolisuppe mit Roquefort-Gremolata

1 kg	Broccoli mit Blättern und Stiel
2	Zwiebel
8 EL	Olivenöl
1,6 lt	Gemüsebouillon
4 dl	Halbrahm
	Salz, Pfeffer
4	Knoblauchzehen
160 gr	Roquefort
1	Zitrone

Brocoliblätter in dünne Streifen schneiden, Broccoli samt Stiel in kleine Stücke schneiden. Zwiebel fein hacken. In wenig Öl dünsten. Mit Bouillon ablöschen, aufkochen und Broccoli begeben.

Bissfest kochen, einige Brocolistücke herausnehmen und beiseitestellen. Rahm zur Suppe geben, weichkochen und fein pürieren; mit Salz u Pfeffer abschmecken.

Für die Gremolata Knoblauch zu den rohen Brocoliblättern pressen, Zitronenschale dazureiben. Zitrone auspressen. Saft mit restlichem Öl und Roquefortstücken zu den Blättern mischen. Suppe mit Roquefort-Gremolata und den beseitgestellten Brocolistücken servieren.

## Lamm-Tatar

700 gr	Lammgigotsteak
2	Knoblauchzehen
2 Zweige	Thymian und Rosmarin
4 Zweige	Estragon
200 gr	Ziegen-Frischkäse
16	Stangenbohnen
ca. 20	Cherry-Tomaten
440 gr	Zucker
240 gr	Salz
je 30 gr	Petersilie und Schnittlauch
6 EL	Rapsöl
400 ml	Apfelessig
8 EL	Crème fraiche

Fett vom Lamm abtrennen, Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Blätter von Estragon und Thymian abzupfen.

Aus 240 gr Zucker und 160 gr Salz die Beizgrundlage herstellen. Knoblauch u Kräuter begeben. Lamm in die Mischung geben. Zugedeckt während 30 Min im Kühlschrank ruhen lassen.

In der Zwischenzeit den Frischkäse in kleine Stücke zerbröckeln und auf ein Backpapier legen. In den auf 170 Grad (Umluft) vorgeheizten Backofen geben und insgesamt 20 Min backen bis der Käse schön knusprig ist. Nach 10 Min wenden.

Bohnen rüsten und während 3 Min in Salzwasser blanchieren. Danach im Eiswasser abschrecken und beiseitestellen.

Das Lamm kurz 1 Min auf jeder Seite mit Rosmarin grillieren (Holzkohle oder räuchern) und anschliessend fein hacken.

Essig mit 200 gr Zucker und 50 gr Salz aufkochen und abkühlen lassen. Fein gehackter Peterli, Schnittlauch und Estragon fein hacken, dazugeben. Danach zusammen mit dem Öl unter das Lamm mischen. Mit Salz abschmecken.

Tomaten und Bohnen in feine Scheiben bzw. Stücke schneiden.

Tatar auf dem Teller anrichten. Zuerst die Frischkäse-Chips, dann die Bohnen und Tomaten darauflegen. Mit einem Esslöffel Creme fraiche servieren.

## Hirschentrecote mit Beeren-Rotkohl und Steinpilzen

Ca. 1,2 kg	Rotkohl
4	rote Zwiebeln
200 gr	Beeren, z.B. Holunderbeeren oder Brombeeren
2 EL	Zucker
7 dl	Rotwein
	Salz, Pfeffer
Ca. 2 kg	Hirschentrecote
12 EL	Rapsöl
500 gr	Steinpilze
2	Schalotten
4 Zweige	Rosmarin
4 EL	Butter

Backofen auf 150 Grad vorheizen. Rotkohl und Zwiebeln fein schneiden. Mit Beeren, Zucker und Rotwein in eine Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze ca 40 Min zugedeckt köcheln lassen, abschmecken.

Hirschrack würzen und rundum ca. 5 Min braten, anschl. im Bräter in der Ofenmitte ca. 25 Min garen, bis Fleisch eine Kerntemperatur von 56 Grad erreicht hat. Fleisch aus Ofen nehmen, mit Alufolie abdecken und ca. 10 Min ruhen lassen.

Inzwischen Steinpilze in Scheiben schneiden, Schalotte hacken, Rosmarinnadeln abstreifen. Butter erhitzen. Pilze, Schalotten und Rosmarin dazugeben. Ca. 5 Min bei mittlerer Hitze beidseitig braten, abschmecken.

## Kürbis-Spätzli

750 g	Kürbis
450 g	Spätzlemehl
4½	Eier
1½	TL Salz
¼	TL Thymian
150 g	Reibkäse (z.B. Sbrinz, Gruyère, Grana Padano)

Kürbis schälen und in Stücke schneiden, diese ca. 5 Minuten in etwas Wasser zugedeckt gar dämpfen. Abgiessen (Abtropfwasser aber beiseitestellen) und mit einem Mixstab pürieren oder mit einer Gabel zu Mus zerdrücken.

Mehl, Eier, Salz, Thymianblättchen und Kürbismus verrühren. Vom Abtropfwasser nach und nach ein bisschen zugeben, bis der Teig eine zäh reissende Konsistenz hat. Einige Minuten bis eine Stunde (gut vorzubereiten!) ruhen lassen.

Heisses Salzwasser vorbereiten und den Teig durch eine Spätzlereibe ins Wasser pressen. Warten, bis die Spätzle obenauf schwimmen und dann mit einer Schaumkelle abschöpfen. Mit Reibkäse mischen.

## Holunderbeeren-Scones

300 gr	Holunderbeeren
200 gr	Zucker
1	Zitrone
3 dl	Milch
2 dl	Halbrahm
200 gr	Butter
800 gr	Mehl
1 TL	Salz
2 Beutel	Backpulver à je 15 gr Mehl zum Auswallen
2	Eier
100 gr	Puderzucker

Backofen auf 190 Grad vorheizen.

Holunderbeeren mit der Hälfte des Zuckers ca. 5 Min einköcheln lassen und beiseitestellen. Zitronenschale fein abreiben und Zitrone auspressen. Milch und Rahm mischen. Butter in Würfelchen schneiden. Zitronenschale, Mehl, Salz, Backpulver und restlichen Zucker mischen. Butter dazugeben und mit den Händen zu einer krümeligen Masse reiben. Milch-Rahm dazugiessen und zu einem luftigen Teig verkneten. Auf etwas Mehl ca. 2 cm dick auswallen. Mit einem runden Ausstecher oder einem Glas Rondellen à ca. 7 cm ausstechen, mit restlichem Teig dasselbe. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, Eier verquirlen und Teigronellen damit bestreichen. In der Ofenmitte ca. 25 Min backen. Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. 4 EL Zitronensaft mit Puderzucker verrühren. Scones mit Puderzuckerglasur bestreichen und mit beiseitegestellter Holundersauce servieren.