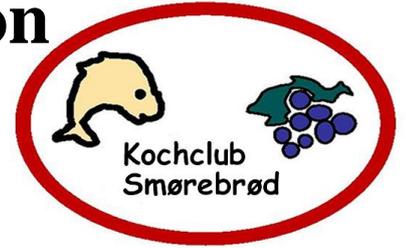


Smørebrot Kochsession

12. Oktober 2017



Kartoffel-Lauch-Suppe

Empanadas mit Curry-Hackfleisch

Rindfleischstreifen mit Pesto-Sauce

Kürbis-Risotto

Bohnen

Vanillemousse auf Beerenkompott

Für ca.8 Personen

Kartoffel-Lauch-Suppe

1 EL	Bratbutter
1 kg	mehlig kochende Kartoffeln, in ca. 3cm grossen Würfeln
600 gr	Lauch, in Stücken
2	Zwiebel, grob gehackt
2	Knoblauchzehen
1,5 lt	Gemüsebouillon
300 gr	gekochtes Rippli, in Würfeli
	Salz, Pfeffer

Kartoffeln, Lauch, Zwiebeln und Knoblauch in Butter andämpfen, Bouillon dazugiessen, zugedeckt ca. 20 Min köcheln lassen, pürieren, aufkochen.
Rippli begeben, nur heiss werden lassen, abschmecken

Empanadas mit Curry-Hackfleisch

Füllung:

1 kg	Rindshackfleisch
3	Zwiebeln, gehackt
2	Knoblauchzehen, gehackt
2 EL	fein gehackte Jalapeno-Chilischoten
4 EL	Currypulver
2 TL	Salz
300 gr	Erbsen
4	kleine Tomaten
4 EL	Melasse (Zuckerrohr-Sirup)
4 EL	Sojasauce

Mürbeteig:

900 gr	Mehl
1 TL	Salz
1 TL	gemahlener Zimt
300 gr	kalte Butter, in 1 cm grosse Stücke geschnitten
2,5 dl	kalt Wasser

Teig:

Mehl, Salz u Zimt mischen, Butter dazugeben und mixen
Krümelige Mischung in grosse Schüssel umfüllen und kaltes Wasser nach und nach in kleinen Mengen einarbeiten. Bei Bedarf weiteres Wasser oder Mehl untermischen, bis sich alles zu einem festen, glatten Teig verbunden hat.

Hackfleisch mit Zwiebeln, Knoblauch, Chilischoten, Curry und Salz anbraten.
Erbsen und Tomaten beifügen, Melasse u Sojasauce untermischen, 15 Min köcheln lassen, mit Salz abschmecken. Abkühlen lassen, bevor Empanadas zubereitet werden
Backofen auf 190 Grad vorheizen
Runde Teige mit ca. 15 cm Durchmesser ausrollen, halbseitig einen grossen Löffel der Füllung einfüllen und anschl. halbmondförmig zuklappen und Ränder zusammendrücken.
15 - 20 Min goldbraun backen

Rindfleischstreifen mit Pesto-Sauce

4 Bund	Basilikum
4 Bund	Petersilie
5 EL	Pinienkerne
4	Knoblauchzehen
5 EL	weiche Butter
8 EL	Olivenöl
1,5 kg	Rindsfilet
	Salz, Pfeffer
6 EL	Olivenöl
6 dl	Rotwein
6 dl	Kalbsfond
3 Prise	Curry

Basilikum und Petersilienblätter, Pinienkerne und gepresste Knoblauchzehen fein hacken und pürieren. Die weiche Butter beifügen und gut daruntermischen, zuletzt Olivenöl unterrühren.

Backofen auf 70 Grad vorheizen und Form mitwärmen. Fleisch in daumendicke Streifen schneiden, unmittelbar vor dem Braten würzen, jeweils 1 Min im heissen Olivenöl anbraten. In die Form geben und im Ofen ca. 45 Min ziehen lassen.

Bratensatz mit Rotwein ablöschen und zu zwei Dritteln einkochen lassen. Kalbsfond beifügen und Sauce auf knapp 1 dl reduzieren.

Unmittelbar vor Servieren die Basilikumpaste unter die leicht kochende Sauce rühren. Abschmecken und heiss über das Fleisch giessen.

Kürbis-Risotto

1 kg	Kürbis
1	Zwiebel
100 gr	Butter
2 Tassen	Risotto-Reis
4 Tassen	Hühner-Bouillon
	Salz, Pfeffer
100 g	Reibkäse (z.B. Sbrinz, Gruyère, Grana Padano)

Kürbis schälen und in Stücke schneiden. Zwiebel in der Hälfte der Butter andünsten, Kürbisstücke begeben und gut zur Hälfte mit Wasser bedecken, so lange kochen bis der Kürbis sehr weich ist.

Reis beifügen und nach und nach Bouillon dazufügen. Am Schluss abschmecken und mit restlicher Butter und Reibkäse verfeinern

Korallenbohnen

1 kg	Stangenbohnen
3	grosse Fleischtomaten
2	Zwiebeln
3	Knoblauchzehen
5 EL	Olivenöl
80 ml	Bouillon
	Salz, Pfeffer
1 Bund	glattblättrige Petersilie

Bohnen rüsten, Tomaten schälen und in Würfel schneiden
Zwiebeln u Knoblauch im Öl andünsten, Bohnen mitdünsten
Tomaten u Bouillon dazugeben, würzen und ca. 25 Min auf kleinem Feuer kochen
Petersilie begeben

Vanillemousse auf Beerenkompott

Mousse:

5 dl	Milch
3	Vanillestengel
5	Eigelb
60 gr	Zucker
4 Blatt	Gelatine
2,5 dl	Rahm

Kompott:

3 dl	Rotwein
5 EL	Zucker
1	Vanillestengel
ca. 600 gr	gemischte Beeren
1 TL	Maizena

Milch mit den der Länge nach aufgeschlitzten Vanillestengeln und den herausgekratzten Samen aufkochen, neben der Platte 10 Min ziehen lassen.

Eigelb mit Zucker zu einer hellen, dicklichen Creme aufschlagen

Gelatine einweichen.

Vanillemilch nochmals aufkochen, Stengel entfernen, kochend-heisse Milch unter Rühren zur Eicreme giessen. In die Pfanne zurückgeben und unter Rühren nochmals kurz vors Kochen bringen, bis die Creme leicht bindet, jedoch nicht kochen lassen.

Sofort vom Herd nehmen und durch Sieb in eine Schüssel geben.

Eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der heissen Creme unter Rühren auflösen.

Creme kühl stellen, bis sie dem Rand entlang zu gelieren beginnt.

Rahm steif schlagen und unter die Creme ziehen, 2 - 3 Std. kühl stellen.

Für das Kompott Rotwein, Zucker und aufgeschlitzten Vanillestengel aufkochen und auf kleinem Feuer 5 Min leicht köcheln lassen. Maizena mit wenig kaltem Wasser anrühren und beifügen. Nochmals ganz kurz erhitzen, dann vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

Mousse auf dem Kompott anrichten