

# **Smørebrot Kochsession**

## **20. September 2018**



### **Linsensalat mit Mango**

\*\*\*\*\*

### **Tiroler Knödel Suppe**

\*\*\*\*\*

### **Wienerschnitzel**

### **Lauwarmer Kartoffelsalat**

\*\*\*\*\*

### **Kaiserschmarrn mit Zwetschgenkompott**

\*\*\*\*\*

Für ca. 8 Personen

# Linsensalat mit Mango

500	g	<b>Linsen</b>
8	Stk	<b>Frühlingszwiebel</b>
4	Stk	<b>Mango</b>
4	TL	<b>Marillenmarmelade</b>
12	EL	<b>Essig</b>
16	EL	<b>Olivenöl</b>
4	Prise	<b>Salz und Pfeffer</b>
4	Schuss	<b>Orangensaft</b>

## Zubereitung

1. Für den Linsensalat mit Mango die Linsen in einem Topf weich kochen, abseihen, kalt abspülen und auskühlen lassen.
2. In der Zwischenzeit die Zwiebel putzen, waschen und klein schneiden. Mango schälen und das Fruchtfleisch in Würfeln schneiden. Zwiebel, Mango und Linsen in eine Schüssel geben.
3. Für die Marinade die Marmelade den Orangensaft, Essig, Öl, Salz und Pfeffer gut verrühren. Mit dem Salat gut vermengen.

## Tipps zum Rezept

Vor dem Servieren nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

# Tiroler Knödel Suppe

300	g	<b>Knödelbrot</b>
50	g	<b>Tiroler Speck</b>
50	g	<b>Bergsteigerwurst</b>
150	ml	<b>Milch</b>
2	Stk	<b>Eier</b>
1	Prise	<b>Salz und Muskat</b>
1	EL	<b>Petersilie</b>
50	g	<b>Mehl</b>
1500	ml	<b>Rindsuppe</b>

## Zubereitung

1. Speck und Knödelbrot mit klein gehackter Bergsteigerwurst vermengen.
2. Versprudeln Sie Milch mit Eier. Dann würzen Sie es mit Salz und Muskat sowie mit Petersilie. Diese Mischung gießen Sie auf das Knödelbrot. Lassen Sie das Brot dann 15 Minuten ziehen.
3. Nun mischen Sie das Mehl darunter. Jetzt können Sie kleine Knödel formen, die Sie dann eine viertel Stunde in Salzwasser kochen müssen.
4. In heiße Rindsuppe geben - fertig!

# Wienerschnitzel

6 EL Rahm

4 Eier

120 g Mehl

400 g Paniermehl

8 Kalbsschnitzel möglichst gross und dünn geschnitten, aus der flachen Nuss oder dem Nierstück

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

400 g Bratbutter

2 Zitronen

## Zubereitung

1. Für die Panade den Rahm flaumig schlagen. Die Eier verquirlen und mit dem Rahm mischen (sorgt für eine luftige und wellige Panade).
2. 3 Suppenteller bereitstellen: In den ersten kommt das Mehl, in den zweiten die Rahm-Ei-Mischung und in den dritten das Paniermehl.
3. Die Kalbsschnitzel zwischen Klarsichtfolie oder in einen aufgeschnittenen Gefrierbeutel legen und mit dem Fleischklopfer oder Wallholz sehr dünn klopfen. Auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Schnitzel nacheinander im Mehl wenden, dabei überschüssiges Mehl abschütteln. Dann die Schnitzel durch die Eimasse ziehen und sofort im Paniermehl wenden. Das Paniermehl nur leicht andrücken.
5. Für ein gutes Gelingen ist es wichtig, dass die Wienerschnitzel sofort nach dem Panieren gebraten werden, sonst wird die Panade feucht. Die Bratbutter in einer grossen Bratpfanne gut erhitzen; sie soll bis mindestens 1 cm hoch stehen, damit die Schnitzel in der Butter «schwimmen». Die Wienerschnitzel darin auf jeder Seite 2–3 Minuten braten, bis die Panade goldbraun ist. Während des Bratens die Pfanne ab und zu leicht rütteln, damit die heisse Butter auch die Oberseite der Schnitzel erreicht. Dadurch kann die Panade aufgehen, d.h. sie löst sich vom Fleisch und wirft kleine Wellen. Können nicht alle Schnitzel gleichzeitig gebraten werden, die fertigen Schnitzel auf einem mit Küchenpapier belegten Blech im 80 Grad heissen Ofen warm stellen.
6. Die Schnitzel auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit 1 Zitronenscheibe servieren.

# Lauwarmer Kartoffelsalat

1000 g	<b>Kartoffeln (festkochend, roh)</b>
1000 g	<b>lila Kartoffeln (belgische)</b>
6 EL	<b>Senf</b>
10 EL	<b>Weißweinessig</b>
300 ml	<b>Gemüsefond</b>
	<b>2Prise Salz und Pfeffer (nach Geschmack)</b>
2 TL	<b>Kümmel (nach Geschmack)</b>
500 g	<b>geriebener Käse (Raclettekäse)</b>

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln kochen und **schälen**. Aus Senf, Essig, Gemüsefond, Salz und Pfeffer eine Marinade rühren. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden und in die Marinade geben. Circa 30 Minuten ziehen lassen.
2. Den Kartoffelsalat auf Tellern anrichten, mit dem geriebenen Käse bestreuen und unter dem Grill leicht bräunen (ca. 1 - 2 Minuten, bis der Käse gerade zerlaufen ist).

## Tipps zum Rezept

Den **Kartoffelsalat** auf Tellern anrichten, mit dem geriebenen Käse bestreuen und unter dem Grill leicht bräunen (ca. 1 - 2 Minuten, bis der Käse gerade zerlaufen ist).

# Kaiserschmarrn

10 Stk Eier  
500 g Mehl, glatt  
600 ml Milch  
5 EL Butter  
5 EL Rosinen  
5 TL Kristallzucker  
2Prise Salz

## Zubereitung

1. Die Eier trennen - aus dem Eiweiß und einer Prise Salz in einer Schüssel festen Schnee schlagen.
2. Eigelb in einer Schüssel mit dem Kristallzucker gut verrühren, Milch und Mehl hinzufügen und mit einem Schneebesen einen feinen Teig anrühren.
3. Nun den Eischnee in die Teigmasse unterheben und gut durchrühren.
4. Danach die Butter in einer Pfanne erwärmen, die Rosinen zugeben und anschließend den Teig gleichmäßig in der Pfanne verteilen und anbraten - einige Male den Teig wenden. Sobald der Teig von beiden Seiten goldbraun angebraten ist, kann man ihn mit einer Gabel in Stücke zerreißen.
5. Nochmals ein wenig Kristallzucker drüberstreuen und die Kaiserschmarrnstücke in der Pfanne ein paar mal wenden - damit der Zucker ein wenig karamellisiert.

## Tipps zum Rezept

Sollte der Teig zu dick sein, etwas Milch hinzufügen und umgekehrt - sollte er zu flüssig sein noch Mehl dazu.

# Zwetschgenkompott

1 1/2 kg Zwetschken  
3 TL Gewürznelken  
3 Stk Zimtstange  
40 g Zucker  
1 1/2 Stk Zitrone

## Zubereitung

1. Die Zwetschken halbieren und entkernen. In einen großen Topf geben und mit Zucker bestreuen.
2. Die Zitrone gut waschen. Mit der Schale in Achtel schneiden. Zitrone, Zimt und Nelken zu den Zwetschken geben. Mit etwas Wasser dazugießen. Zugedeckt kochen lassen, bis die Zwetschken weich sind und die Flüssigkeit verkocht ist. Gewürze und Zitronenstücke entfernen.

## Tipps zum Rezept

Statt Zitronensaft kann man auch Rotwein verwenden.