



SMØREBRØD

KOCHSESSION MAI 2023

SPARGEL -TARTINE MIT BRESAOLA

&

COCKTAIL SWEET & SOUR

OFENKARTOFFEL MIT SPECK-SPARGELN

IN MILCH GESCHMORTES VOM SCHWEIN

MIT

KRÄUTER-COUSCOUS

ERDBEERTORTE

SPARGEL -TARTINE MIT BRESAOLA & COCKTAIL SWEET & SOUR

(MENÜ FÜR 8 PERSONEN)

- 400g weisse Spargeln
- 1TL Salz
- 4EL Olivenöl
- 3 EL Condimento bianco
- 8 Scheiben Weissbrot
- 150g Ziegenfrischkäse
- 2EL Honig
- 16 Bresaola Tranchen
- 20g Sprossen
- 40g Rucola
- rosa Pfeffer

Knusprige Brotscheiben mit Ziegenfrischkäse und Honig, darauf Bresaola, fein gehobelte weisse Spargeln, Sprossen und Rucola, sind delikates Fingerfood.

1. Spargeln vom Köpfchen weg schälen, Enden frisch anschneiden. Spargeln mit dem Sparschäler in dünne Streifen hobeln. Salzen. 10 Minuten ziehen lassen. Die Hälfte des Öls und den Condimento bianco dazugeben, mischen.
2. Restliches Öl in einer weiten Bratpfanne erhitzen, Brotscheiben darin anrösten. Frischkäse mit Honig verrühren. Brotscheiben damit bestreichen. Spargeln und Bresaola darauf verteilen. Mit Sprossen und Salat anrichten. Tartines mit rosa Pfeffer würzen.

COCKTAIL SWEET & SOUR

- 1Fl Prosecco
- 8TL Honig-Ingwer-Essig
- 2 Granatäpfel
- 8 Rosmarinzweige
- Eiswürfel

Granatapfeln kernen bereitstellen, Rosmarinzweige waschen, Prosecco mit Honig-Ingwer-Essig mischen, Gläser bereitstellen und mit dem Prosecco-Ingwer-Essig befüllen, Eiswürfel dazu geben und als Deko ein paar Granatapfeln kernen und ein kleines Rosmarinzweiglein.

OFENKARTOFFEL MIT SPECK-SPARGELN

Zutaten KARTOFFELN

- 8 mittelgrosse mehligkochende Kartoffeln
- 2 EL Rapsöl
- 1 EL Gewürzmischung für Kartoffeln, z. B. Händöpfel Gwürz
- Backpapier für das Blech

Zutaten FÜLLUNG

- 100 g grüne Spargeln, evtl. im unteren Drittel geschält, quer halbiert
- 100 g weisse Spargeln, geschält, Enden abgeschnitten, quer halbiert
- 8 Tr. Bratspeck
- 180 g saurer Halbrahm
- 100 g würziger Schweizer Hartkäse, z. B. Appenzeller oder Gruyère, fein gerieben
- 1/2 Bund Schnittlauch, in Röllchen geschnitten
- Salz, Pfeffer

1. Kartoffeln rundum mit einer Gabel einstechen, Öl mit der Gewürzmischung vermischen, Kartoffeln damit einstreichen. Oben längs einen 1 cm tiefen Schnitt anbringen, auf das vorbereitete Blech legen.
2. Im auf 180 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen.
3. Je 2-3 Spargeln mit je 1 Specktranche umwickeln, zu den Kartoffeln auf das Blech legen und weitere 20 Minuten backen. Speck-Spargeln kurz in einer beschichteten Bratpfanne ringsum braten, bis der Speck knusprig ist.
4. Saurer Halbrahm, Käse und Schnittlauch vermischen, würzen. Kartoffeln leicht auseinanderziehen. Masse in die Einschnitte verteilen, Speck-Spargeln darauflegen und servieren.

IN MILCH GESCHMORTES VOM SCHWEIN MIT KRÄUTER- Couscous

- 4 EL Oliven öl
 - 1.2 kg geschnetzeltes Schweinefleisch
 - Salz
 - 2 Peperoncino, fein geschnitten
 - 8 Knoblauchzehen, mit Schale, angedrückt
 - 2 gelbe Peperoni, in Streifen geschnitten
 - 1 1/2 l Vollmilch
 - 2 Lorbeerblätter
 - 1 Bund Peterli, mit Küchenschnur zusammengebunden
 - 2 Zitrone, heiss abgespült, Schale abgerieben
 - 3 TL Paprikapulver
 - Salz, Pfeffer
 - Schmortopf mit Deckel
- 1 2 EL Öl in einem Schmortopf erhitzen. Fleisch salzen, portionsweise hinzugeben, ca. 2 Minuten rundum scharf anbraten, Fleisch herausnehmen, beiseitestellen.
 - 2 2 EL Öl im selben Topf erhitzen, Peperoncino, Knoblauch und Peperoni 3 Minuten darin andämpfen.
 - 3 Milch und alle Zutaten bis und mit Zitronenschale hinzugeben, würzen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten köcheln. Hitze erhöhen, Sauce ca. 5 Minuten eindicken, Fleisch dazugeben, bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten schmoren.
 - 4 Lorbeerblatt und Peterli-Bund herausnehmen, servieren.
- Dieses Rezept ist eine Variation des norditalienischen «Maiale al latte», das Gerinnen der Milch ist ein typischer Effekt dieses Gerichts.

KRÄUTER- Couscous

- 120 g Couscous
- 2 dl Hühnerbouillon, siedend
- 1 Bio-Limette, abgeriebene Schale und ganzer Saft
- 50 g saure getrocknete Aprikosen, fein geschnitten
- 1 Bund Pfefferminze, fein geschnitten
- 1 Bund Basilikum, fein geschnitten

Couscous

Couscous in eine Schüssel geben, Bouillon über den Couscous giessen, zugedeckt ca. 10 Min. quellen lassen. Couscous mit einer Gabel lockern, Limettenschale und alle Zutaten bis und mit Basilikum daruntermischen.

ERDBEERTORTE

Rezept für 2 rechteckige Backform (ca. 24 X 30 cm), Boden mit Backpapier belegt, Rand gefettet

Rührteig

- 260 g Butter, weich
- 130 g Zucker
- $\frac{1}{3}$ TL Salz
- 5 $\frac{1}{3}$ Eier
- 2 $\frac{2}{3}$ Bio-Zitronen, abgeriebene Schale, Saft beiseitegestellt
- 200 g Weismehl
- 130 g gemahlene geschälte Mandeln
- 1 $\frac{1}{3}$ TL Backpulver

Backen

1 $\frac{1}{3}$ Bio-Zitrone, wenig abgeriebene Schale beiseitegestellt und Saft

Frosting

- 330 g Halbfettquark
- 2 $\frac{2}{3}$ EL Puderzucker
- 330 g Erdbeeren, in Scheiben

Rührteig

Butter in eine Schüssel geben, Zucker und Salz darunter rühren. Ein Ei nach dem anderen mit den Schwingbesen des Mixers darunter rühren,iterrühren, bis die Masse heller ist. Zitronenschale darunter rühren. Mehl, Mandeln und Backpulver mischen, unter die Masse mischen. Teig in die vorbereitete Form füllen.

Backen

Ca. 45 Min. in der unteren Hälfte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, mit einem Holzspiesschen dicht einstechen. Allen Zitronensaft über den Kuchen giessen, Formenrand entfernen, Kuchen auf einem Gitter auskühlen.

Frosting

Quark und Puderzucker mit der beiseitegestellten Zitronenschale verrühren, auf dem Cake verteilen. Erdbeeren darauflegen.

EN GUETE