Groosis Sonntagsschmaus

***

gemischter Salat

***

Flädlisuppe

***

Aargauer Braten mit Kartoffelstock

***

Savarin mit frischem Fruchtsalat

***

Rolf Roth
Aemättlistrasse 2
6370 Stans
M +41 79 342 31 93
E rolf-roth@bluewin.ch

gemischter Salat

Für 8 Personen

Zutaten:

200 g	Kopfsalat
400 g	Gekochte Randen
400 g	Rüebli
1 Bund	Radiesli
180 g	Schlagrahm
2 Stk.	Zitrone
4 EL	Zucker
1 Bund	Schnittlauch
1 Stk.	Frühlingszwiebel
1 EL	Senf grobkörnig
1.5 TL	Blütenhonig
8 EL	Apfelessig
17 EL	Rapsöl
50 g	Baumnüsse gehackt
1 Bund	Peterli
1 Bund	Kresse
180 g	Joghurt Natur
	Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Kopfsalat:
Den Kopfsalat waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke rupfen. Die Frühlingszwiebel und Radiesli in feine Ringe schneiden und den Schnittlauch fein schneiden. Eine Zitrone pressen und den Zitronensaft mit dem Zucker verrühren. Diese Mischung dann in einer Schüssel mit der Sahne verrühren. Jetzt den Salat auf einem Teller anrichten, darüber die feinen Frühlingszwiebelringe verteilen, dann das Dressing und zum Schluss den Schnittlauch drüber.

Rüebli-Salat:
Rüebli in eine Schüssel reiben, mit Zitronensaft, Essig und Öl mischen, gut durchkneten. Jogurt mit Peterli vermischen, würzen, zu den Rüebli in die Schüssel geben, gut durchmischen. Mit Baumnüssen garnieren und servieren.

Randen-Salat
Randen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Senf mit Honig, Essig, Öl, Salz und 1 Prise Pfeffer zu einem sämigen Dressing rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Randen anrichten. Alles mit Dressing beträufeln. Mit Kresse garnieren.

Rolf Roth
Aemättlistrasse 2
6370 Stans
M +41 79 342 31 93
E rolf-roth@bluewin.ch

Flädlisuppe
Für 8 Personen

Zutaten:

200 g	Mehl
2 Stk.	Ei
2 dl	Milch (und 2dl Wasser)
2 Liter	Gemüsebouillon
200 g	Rüebli
200 g	Lauch
1 Bund	Schnittlauch
	Salz
	Pfeffer
	Cherry

Zubereitung:

Flädliteig:
Mehl salzen und mischen, eine Mulde formen. Ei mit Milchwasser verquirlen. Zum Mehl giessen. Zu einem glatten Teig rühren. Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 15 Minuten ruhen lassen.
Omeletten in beschichteter Bratpfanne mit Bratbutter goldgelb backen. Fertige Omeletten in feine Streifen schneiden.

Suppe:
Gemüse in feine kleine Würfel schneiden. Bouillon erhitzen. Nach Belieben Gemüse hinzufügen und 5-10 Minuten in der Bouillon garen.
Heisse Suppe in Teller verteilen und Flädli dazugeben, mit Schnittlauch garnieren mit Cherry verfeinern

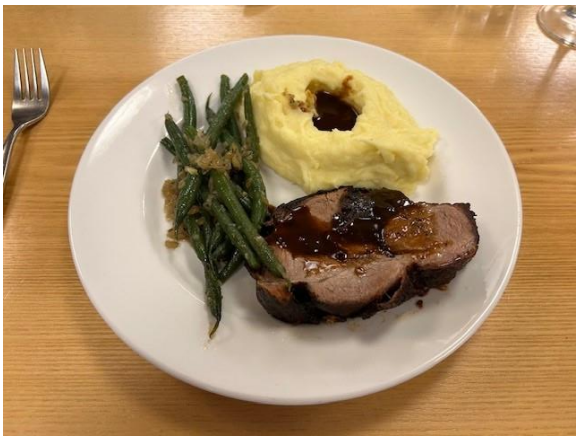
Rolf Roth
Aemättlistrasse 2
6370 Stans
M +41 79 342 31 93
E rolf-roth@bluewin.ch

Aargauer Braten mit Kartoffelstock

Für 8 Personen

Zutaten:

1600 g	Schweinshals
200 g	Dörrzwetschgen
2 EL	Senf
	Salz, Pfeffer
	Küchen Schnur
2 dl	Weisswein
4 dl	Fleischbouillon
1600 g	mehligkochende Kartoffeln
3 dl	Milch
40 g	Butter
	Salz
	Muskatnuss
1200 g	Bohnen
1,5 Stk.	Zwiebeln
1.5 Stk.	Knoblauchzehen
	Satz, Pfeffer
½ TL	Bohnenkraut
60 g	Butter



Zubereitung:

Braten:
Schweinshals längs bis zur Mitte einschneiden. Mit Dörrzwetschgen füllen. Braten mit Küchenschnur binden. Mit Senf bepinseln, würzen. In Bratbutter ringsum ca. 5 Minuten anbraten. Braten herausnehmen, in ein Bratgeschirr legen. Bratensatz mit Wein ablöschen, zum Braten geben. Im unteren Teil des auf 220 °C vorgeheizten Ofens 10 Minuten anbraten. Ofenhitze auf 180 °C reduzieren, ca. 75 Minuten fertigbraten (Kerntemperatur: 75 °C). Braten von Zeit zu Zeit mit dem Jus übergiessen. Bouillon nach und nach dazu giessen. (Der Bratensaft sollte am Schluss eine fast sirupartige Konsistenz haben.) Braten herausnehmen, tranchieren. Mit dem Jus auf vorgewärmten Tellern garnieren.

Kartoffelstock:
Kartoffeln geschält, in Stücken schneiden, in Salzwasser ca. 20-25 Minuten weichkochen. Abgiessen und vollständig abtropfen lassen. Milch, Butter und Salz in die noch heisse Pfanne geben, bei kleiner Temperatur warmhalten. Kartoffeln durch eine Presse oder das Passevite treiben oder mit einem Stampfer fein zerdrücken. Kräftig mit der Milch-Butter-mischung verrühren, abschmecken. Bei Bedarf noch etwas Milch beigeben. Mit dem Fleisch anrichten und mit der Sauce ein Seeli machen.

Bohnen:
Die Bohnen putzen. Zwiebeln und Knoblauch klein schneiden und in etwas Butter oder Margarine anbraten. Die Bohnen dazugeben und mit Salz, Pfeffer, Muskat und Bohnenkraut würzen. Etwas Wasser angießen und bei geschlossenem Topf 15 bis 20 Minuten dünsten. Anrichten.

Rolf Roth
Aemättlistrasse 2
6370 Stans
M +41 79 342 31 93
E rolf-roth@bluewin.ch

Savarin mit frischem Fruchtsalat

Für 8 Personen

Zutaten:

200 g	Mehl
0.25 TL	Salz
3 EL	Zucker
15 g	Hefewürfel zerbröckelt
50 g	Butter flüssig
1.25 dl	Milch warm
1 Stk.	Ei zerklopft
3 dl	Traubensaft
2 EL	Cognac
1 EL	Zucker
2 EL	Honig
200 g	Früchte in klein Stücke geschnitten

Zubereitung:

Mehl und alle Zutaten bis und mit Hefe in einer Schüssel mischen. Butter, Milch und Ei beigeben, mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glatt ist und Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Std. aufs Doppelte aufgehen lassen. Teig in die vorbereiteten Förmchen füllen, klopfen, nochmals zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. bis knapp unter den Förmchen Rand aufgehen lassen.

Backen: ca. 25 Min. in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, auf ein Gitter stürzen. Die Förmchen ausspülen. Traubensaft, Cognac und Zucker aufkochen, Hitze reduzieren, ca. 5 Min. köcheln. Honig beigeben, verrühren, etwas abkühlen. Die noch warmen Savarins kurz im Sirup wenden, je 2 Esslöffel Sirup in die Förmchen geben, Savarins in die Förmchen zurücklegen. Oberfläche mit einem Spiesschen mehrmals einstechen, wenig Sirup darüber giessen, ziehen lassen, bis der ganze Sirup aufgesogen ist. Savarins auf Teller stürzen, restlichen Sirup mit den Früchten mischen, darauf verteilen.

Rolf Roth
Aemättlistrasse 2
6370 Stans
M +41 79 342 31 93
E rolf-roth@bluewin.ch