

INHALTSVERZEICHNIS

KAPITEL AB SEITE

VORSPEISEN 4 - 17

SUPPEN 18 - 23

SALATE 24 - 29

GEMÜSE 30 - 33

SPAGHETTI 34 - 37

FISCH 38 - 41

GEFLÜGEL 42 - 45

SCHWEIN 46 - 49

LAMM 50 - 51

KALB 52 - 56

RIND 57 - 61

WILD 62 - 65

PIZZAS UND TEIGWAREN 66 - 69

SPARGELN 70 - 73

SAUCEN 74 - 79

BEILAGEN 80 - 85

DESSERT 85 - 101

VORSPEISEN

**Carpaccio mit Nüsslisalat**

**Zutaten für 4 Personen:**

150-200 g Rinds oder Rossfilet

Nüsslisalat

gehackte Kapern

Kapernessig

Olivenöl

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Das Filet dünn aufschneiden und auf Teller anrichten. Mit Nüsslisalat ( Löwenzahn, oder andere Saisonsalate ) garnieren. Aus Essig, Oel, Kapern, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette bereiten, damit das Fleisch nappieren und servieren.

**Gehobelter Sbrinz mit Zitrone und Mandelöl**

**Zutaten für 4 Personen:**

250 g Sbrinz in hauchdünne Scheiben geschnitten

1 ganze Zitrone

1/2 dl Mandelöl ( oder Baumnussöl )

**Zubereitung:**

Die Käsescheiben auf vier Teller verteilen. Mit Raffel etwas Zitronenschale darüber reiben. Separat dazu das Mandelöl servieren. Jeder Gast träufelt nach Geschmack ein paar Tropfen über den Käse.

Dazu serviert man dunkles Brot oder Birnenbrot.

**Gefüllte Eier mit Krevetten**

**Zutaten für 10 Personen:**

10 Eier

300 g Krevetten, abgetropft

300 g Gurken

150 g nature Joghurt

100 g Mayonnaise

50 g Dill, frisch

1 Zitrone

Salz und Pfeffer

400 g Blattsalate, gemischt, gerüstet

2 dl Französische Salatsauce

Dillzweigspitzen

**Zubereitung:**

-Eier kochen, schälen und längs halbieren

-Eigelb herausnehmen, hacken und für die Garnitur beiseite legen

-Gurken schälen, entkernen und raffeln

-Dill fein hacken

-Krevetten mit Joghurt, Mayonnaise und Gurken mischen

-Abschmecken mit Dill, Salz, Pfeffer und Zitronensaft

**Anrichten:**

-Blattsalat auf Teller verteilen und mit Salatsauce beträufeln

-Je 2 Eihälften darauflegen, mit Krevettensalat füllen

-Mit Eigelb bestreuen, mit Dill garnieren

Cacik

Gurke mit Minzjoghurt

**Zutaten für 2-3 Personen**

1 Gurke, in dünne Scheiben geschnitten, gesalzen und 5 Minuten stehen lassen

( um die überschüssige Flüssigkeit herauszuziehen )

300 ml fester Joghurt

2-3 Knoblauchzehen, mit Salz zerdrückt

1 kleiner Bund Minzeblätter, fein gehackt

Salz

Pfeffer, frisch aus der Mühle

einige Eiswürfel

**Zubereitung**

Joghurt mit dem Knoblauch verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Minze unterrühren.

Gurken abspülen und zum Joghurt geben. Als Salat servieren. Zu Fleischgerichten oder als kalte Suppe den Joghurt mit etwas Wasser verdünnen, um die gewünschte Konsistenz zu erhalten, oder mit den Eiswürfeln kühlen.

Parmaschinken auf marinierten Feigen und Birnen

**Zutaten für 4 Personen:**

6 Feigen

4 El. Wodka

1,2 dl Läuterzucker

1 dll Weisswein

4 Birnen

1/2 Zitrone ( Saft )

2 El. Crème fraîche

einige Salatblätter zum Garnieren ( z. B. Kopfsalat, Lollo )

12 dünne Scheiben Parmaschinken

4 Zweige Pfefferminze

**Zubereitung:**

Die Feigen schälen und mit einer Nadel mehrmals rundherum einstechen. Dann in ein flaches Gefäss legen. Den Wodka zusammen mit 1 dl Läuterzucker und dem Weisswein zum kochen bringen, etwas abkühlen lassen und über die Feigen giessen. Die Feigen mit Klarsichtfolie abdecken und etwa 6 Stunden marinieren.

Die Birnen schälen, viertlen und die Kerngehäuse entfernen. Das Fruchtfleisch zunächst in Scheiben, dann in feine Streifen schneiden. Die Birnen in eine Schüssel geben und mit dem Zitronensaft beträufeln.

Den restlichen Läuterzucker mit der Crème fraîche verrühren und unter die Birnen mischen.

Die Feigen aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und in Spalten zerteilen. Diese jeweils kreisförmig auf vier Tellern anrichten. In die Mitte der Teller je 2 bis 3 gewaschene und trockengetupfte Salatblätter legen und darauf den Birnensalat anrichten. Den Parmaschinken um die Feigen legen und den Salat mit Minze garnieren.

**Läuterzucker für 4 dl**

250 g Zucker

1/4 l Wasser

**Zubereitung:**

Den Zucker und das Wasser zusammen in einem Topf zum Kochen bringen, dabei mit dem

Schneebesen umrühren. Dann etwa 1 Minute kochen lassen. Anschliessend den Topf vom Feuer nehmen.

Den Sirup heiss in Flaschen füllen. So kann er über einen längeren Zeitraum hinweg aufbewahrt werden.

**Feigen-Schälen**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1.** Bei einer frischen, festen Feige den Stielansatz und den Boden mit einem Küchenmesser dünn abschneiden. | **2.** Dann die Schale in Streifen von der Frucht abziehen. | **3.** Bei einer weicheren Feige die Frucht mit der Schale vierteln. Dann die Schale mit dem Messer von der spitzen Seite her von der Frucht abziehen. |

Ceviche von Riesengarnelen

**Zutaten für 4 Personen:**

2 Limetten Schale abreiben

4 Limetten ( Saft davon )

1 Orange unbehandelt ( Schale abreiben )

2 Orangen ( Saft davon )

Salz

Zucker

2 rote Chilischoten ( oder Tabasco )

1 Fleischtomate

2 Bund glatte Petersilie

event. etwas frischen Koriander

16 rohe Riesengarnelen

1 Brüsselersalat

**Zubereitung:**

Abgeriebene Schale und Saft von Limetten und Orangen in einer weiten Schüssel mischen. Je eine

Priese Salz und Zucker einrühren.

Die Zwiebel abziehen, in hauchdünne Ringe schneiden und in den Saft geben. Chilischoten putzen, aufschlitzen und die Kernchen entfernen. Waschen und fein hacken. Zum Saft geben oder diesen mit Tabasco möglichst scharf abschmecken.

Die Fleischtomate einritzen, blanchieren und häuten. Halbieren, entkernen, die Hälften klein würfeln und in die Marinade geben. Petersilie und eventuell das Koriandergrün fein hacken, ebenfalls zur Marinade geben und gründlich verrühren.

Salzwasser aufkochen. Die Garnelen waschen und Hineingeben, bei schwacher Hitze im geschlossenen Topf 4 Minuten ziehen lassen. Abgiessen, kalt abspülen und bis auf den Schwanz aus der Schale lösen. Den Darm vorsichtig entfernen. Die Garnelen in der Marinade ziehen lassen, sehr dicke Garnelen längs halbieren.

**Apfelcocktail mit Sellerie**

**Zutaten für 10 Personen :**

Äpfel 1,8 kg

Knollensellerie 0,3 kg

Zitrone 1 Stück

Joghurt nature 0,35 kg

Schnittlauch, frisch 0,01 kg

Baumnußkerne, halbiert 0,1 kg

Abschmecken (Salz, Pfeffer) 1 x

Bündner Rohschinken, luftgetrocknet 0,3 kg

Petersilie 0,02 kg

**Vorbereitung :**

- Äpfel (10 Stück) waschen und von der Stielseite einen Deckel abschneiden

- Mit dem Ausstechlöffel das Kerngehäuse entfernen und die Äpfel aushöhlen, indem man Kugeln aussticht

- Apfelkugeln mit Zitronensaft vermischen

- Sellerie in Brunoise schneiden und ebenfalls mit Zitronensaft vermischen

- Schnittlauch feinschneiden

- Baumnußkerne grob hacken

**Zubereitung :**

- Apfelkugeln und Sellerie-Brunoise mit Joghurt, Schnittlauch, Baumnüssen, Salz und Pfeffer vermischen

- In die ausgehöhlten Äpfel füllen, Deckel aufsetzen

- Auf Teller anrichten

- Seitlich mit Rohschinkentranchen und Petersilie garnieren

Exotischer Geflügelsalat

**Zutaten für 4 Personen :**

4 Hähnchenfilets à 100 g

1 Knollensellerie

1 gespickte Zwiebel

1/2 l Gemüsebrühe

2-3 saure Äpfel

1 Zitrone ( Saft davon )

4 Mandarinen

2 Scheiben Ananas

2 Kiwi

4-6 Cocktailkirschen

250 g Sahne-Dickmilch

1/2 Tasse Ananassaft

1/2 Zitrone ( Saft davon )

1/2 Tasse Salatcreme

Meersalz, Pfeffer

1 Prise Curry und Cayennepfeffer ( je )

1/2 Tasse Walnusshälften

**Zubereitung :**

**1**. Die Hähnchenbrustfilets unter fliessendem Wasser waschen, trockentupfen und bereitstellen.

**2.** Den Knollensellerie putzen, würfeln, mit der gespickten Zwiebel und der Gemüsebrühe in einen

Topf geben und zum Kochen bringen. **3.** Die Hähnchenbrustfilets in die Brühe legen und bei mässiger Hitze 10-12 Min. garen. **4.** Die Äpfel schälen, in Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln **5.** Die Mandarinen schälen, die weisse Innenhaut vom Fruchtfleisch entfernen und das Fruchtfleisch in Stücke teilen. **6.** Die Ananasscheiben würfeln. Die Kiwis schälen und ebenfalls würfeln. **7.** Die Cocktailkirschen vierteln und mit den restlichen Salatzutaten in eine Schüssel geben. **8.** Die Hähnchenbrustfilets in Streifen schneiden und unter die Früchte heben. **9.** Für das Dressing die Sahne-Dickmilch mit dem Zitronensaft und der Salatcreme in einer Schüssel glattrühren. **10.** Das Dressing mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken und gleichmässig auf dem Salat verteilen. **11.** Den Salat mit Walnusshälften belegen, ausgarnieren und servieren.

Crevetten-Cocktail à la Dani

**Zutaten für 4 Personen:**

Cocktailsauce:

1 kleiner Sauerrahm

2 Teelöffel Ketchup (klassisch)

ein paar Tropfen Essig Balsamico

2 Spritzer Tabasco

1 kleiner Esslöffel Cognac (nicht zuviel, sonst wird’s bitter)

evtl. etwas Salz zu. Abschmecken

100-200g Crevetten möglichst frisch

4 kleine Rüebli

grüner Salat

alles für Cocktailsauce mischen und so, probieren und abschmecken

- Rüebli raffeln

- Teller oder Schälchen mit grünen Salatblättern (3-4 pro Teller/Schälchen) auslegen

- Lagen machen Rüebli, Crevetten, Rüebli, Crevetten dazwischen immer wieder etwas Cocktailsauce

- nach Belieben dekorieren

- schmeckt am besten mit kaltem Weisswein (mal probieren: Gwürztraminer)

Crostini mit Hühnerleber – Pâte

**Zutaten für 4 Personen:**

50 g Butter

1 kleine Zwiebel ( fein gehackt )

2 Knoblauchzehen ( durch dis Presse gedrückt )

250 g Hühnerleber

2 Sardellenfilets

1 El. Schlagrahm

3 El. Marsala

12 Scheiben Brot ( 1 cm dick, schräg von einem Baguette geschnitten )

Olivenöl zum Braten

Paprika, Salz und Pfeffer

3 Knoblauchzehen halbiert

1El. gehackte Petersilie zum Servieren

**Zubereitung:**

Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin weich dünsten, aber nicht bräunen.

Hühnerleber zugeben und ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze braten, bis sie sich leicht verfärbt.

Sardellenfilets zufügen.

Den Pfanneninhalt glatt pürieren. Schlagrahm und soviel Marsala zugiessen, bis die Masse eine weiche streichfähige Konsistenz erhält. Mit Paprika, Salz und Pfeffer abschmecken und Warm stellen.

die Brotscheiben in heissem Olivenöl auf beiden Seiten goldbraun braten. Je eine Seite mit Knoblauch einreiben und mit Leberpâte bestreichen.

Jede Scheibe kurz vor dem Servieren mit etwas gehackter Petersilie und nach Wunsch mit etwas

Paprika bestreuen. Warm servieren

**Focaccia mit Knoblauch**

**Zutaten für 4 Personen:**

5 g Trockenhefe

1 Tl Zucker

400 g Weizenmehl

200 ml laues Wasser

1 Tl Salz

3 Knoblauchzehen ( durch die Presse gedrückt )

2 El Olivenöl

1 El Maismehl oder Griess

1 El Olivenöl ( zusätzlich etwas zum Glasieren )

2 Tl grobes Meersalz

Hefe, Zucker, 1 Tl Mehl und Wasser mischen. Mit Klarsichtfolie abdecken. Zirka 10 Min. an einem warmen Ort stehen lassen. Restliches Mehl und Salz in eine Schüssel sieben. Knoblauch zugeben, mit einem Messer unterrühren. In der Mitte eine Mulde formen. Hefemischung und Olivenöl unterrühren, mit einem Messer zu einem festen Teig mischen.

Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und ca. 10 Min. kneten. Zu einer Kugel formen und in eine grosse leicht gefettete Rührschüssel geben. Mit Frischhaltefolie abdecken. Zirka 40 Min. an einem warmen Ort stehen lassen, bis der Teig aufgegangen ist.

Den Boden einer hohen ca. 20x 30cm grossen Backform mit Maismehl oder Griess bestreuen. Den

Teig ca. 2 Min. kneten, bis er geschmeidig ist. Den Teig in die Form füllen und mit einem Holzstäbchen kleine Löcher hineinstechen.

Die Oberfläche mit Wasser beträufeln und das Brot im vorgerheizten Ofen bei 210°C, Umluft 190°C, ca. 10Min. backen. Erneut mit Wasser beträufeln weitere 10 Min. backen. Mit Olivenöl bestreichen, mit Meersalz bestreuen und nochmals ca. 5 Min.backen. In viertel geschnitten und ofenfrisch servieren.

Gefüllte Pilze auf Eichblattsalat

**Zutaten für 6 Personen:**

12 grosse ChampignonsStiele herausdrehen, hacken

wenig ZitronensaftPilzhüte und Stiele damit beträufeln

**Füllung:**

1 El Margarine oder Butterin der Bratpfanne warm werden lassen

4-6 Schalotten,fein gehackt

1-2 Knoblauchzehen,gepresst zugeben, kurz mitdämpfen

1/4 Tl. Paprikawürzen, vom Feuer nehmen

3 El. geriebener Parmesandaruntermischen

Salz und Pfeffer,nach bedarf zugeben verrühren, Füllung in die Pilzhüte ver- teilen, diese in die Form setzen

1/2 El. Paniermehl

1/2 El. geriebener Parmesanmischen, über die Füllung streuen

Margarine oder Butterin Flöckli darüber verteilen

1/2 dl Gemüsebouillonin die Form giessen

**Gratinieren : 15 Minuten in der Mitte des auf 200° vorgeheizten Ofens**

**Salat:**

150 g Eichblattsalat - Blätter

1 Bund glattblättrige Petersilieauf die Teller verteilen

2 El. Zitronensaft

4 El. Olivenöl

Salz und Pfeffer,nach Bedarf mischen, über die Blätter geben

warme Pilzeauf den Salat setzen

**Spargeln mit Tomaten und Mozzarella**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 kg weisser Spargel

1/2 Zwiebel

1/2 l Gemüsebrühe

1/4 l Weisswein

1 Zitrone ( Saft davon )

4 Tomaten

200 g Mozzarella

**Dressing:**

1 rote Zwiebel

1/2 Knoblauchzehe

Salz

2 El. Olivenöl

1/4 l Spargelkochwasser

5 El. Himbeeressig

weisser Pfeffer, gemahlen

1 Prise Zucker

1/2 Bund Kresse

**1.** Spargel dünn schälen, die unteren Enden abschneiden. Die Zwiebel schälen und würfeln.

**2.** Die Gemüsebrühe mit Weisswein, Zwiebel und Zitronensaft aufkochen und den Spargel in dem Sud ca. 10 bis 15 Minuten bissfest garen. Herausnehmen, abtropfen lassen und in eine grosse Schüssel geben. Das Kochwasser aufheben.

**3.** Die Tomaten häuten und vom Stielansatz befreien, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln. Den

Mozzarella ebenfals würfeln und mit den Tomaten auf den Spargel geben.

**4.** Für das Dressing die Zwiebel schälen und fein reiben, die Knoblauchzehe schälen und mit Salz

zerreiben. Mit Olivenöl, Spargelfond und Himbeeressig verrühren.

**5.** Das Dressing mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und über den Spargelsalat löffeln. Im

Kühlschrank zugedeckt mindestens eine Stunde durchziehen lassen.

**6.** Den Salat auf 4 Teller verteilen und mit der gewaschenen und fein geschnittenen Kresse bestreuen.

Un buffet di antipasti ( ein Vorspeisen Buffet )  
Rezept für 4 Personen

**A.** Insalata Caprese ( *Tomaten -Mozzarella-Salat* )  
4 reife Fleischtomaten auch Samarzano Pelattitomaten sind auch bestens geeignet   
4 einzelne Mozzarella traditionell oder Buffalomozarella  
1 kleiner Bund Basilikum oder Basilikum Stöcklein im Topf  
Salz und Pfeffer  
1 Zinken Knoblauch für das Dressing auf Wunsch  
500 cl Acetto Balsamico weiss oder traditioneller naturtrüb. Es gibt Balsamico in diversen Preisklassen billigere sind eher essigartig, Teurere sind im Geschmack feiner und habe beinahe eine Marsala Note.  
500 cl Olivenöl Extra Vergine  
Pro Teller die Tomaten und Mozarella in gleichmässiger nicht zu dicke Scheiben schneiden. Auf Teller anrichten. Eine Scheibe Mozzarella danach eine Scheibe Tomate usw. 1 – 3 Basilikumblatt in streifen schneiden auf dem Salat dekorieren. Fertig. Das Gericht zeichnet sich aus im Geschmack auf die Wahl und Qualität der Zutaten.   
Traditionellerweise wird der Insalata Caprese ohne Dressing serviert. Jeder Gast würzt seinen Salat mit Balsamico und Olivenöl sowie mit Salz und Pfeffer.  
Für das Buffet wird der Insalata Caprese mit einem Dressing angerichtet !  
Dressing: reichlich  
10 Esslöffel Olivenöl Extra Vergine  
10 Esslöffel Aceto Basamico   
Salz und Pfeffer   
1 Zinke gepressten Knoblauch

**B.** Bruschetta con pomodoro e aglio ( *Getosstete Brotscheiben mit Tomatenwürfel* und zeribenen Knoblauch)  
  
4 reife Tomaten auch Samarzano Pelati Tomaten   
16 kleine Scheiben Weissbrot (am besten aus Baguette)  
4 Knoblauchzehen, schälen und halbieren  
8 EL vollaromatisches Olivenöl  
500 cl Trockener Rotwein   
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
Trockener Rosmarin   
Zubereitung; Tomate überbrühen, enthäuten und entkernen, Fruchtfleisch grob zerkleinern, abtropfen lassen. Tomatenfruchtfleisch würzen mit Salz, Pfeffer und Rosmarin, Danach mit einer Gabel etwas zerdrücken und auf die getoastete Brotscheiben auftragen. 16 Brotscheiben, im Toaster oder unterm Backofengrill von beiden Seiten anrösten (andere Möglichkeit: in einer Pfanne in wenig Olivenöl knusprig braten). Die frisch gerösteten Brote mit den Knoblauchzehen kräftig einreiben, je 1/2 EL Olivenöl und 1/2 l Rotwein darüber träufeln. Vorbereitetete Tomatenmasse aufhäufen und sofort servieren.  
  
**C.** Fettine d verdura alla griglia ( *Grilierte Gemüsescheiben* )  
es eignen sich diverse Gemüse.

1. Antipasto casalingo della massaia ( *Thunfisch Salat Hausgemacht* )  
   200 gr. Thunfisch in Oel  
   je 50 gr grüne und schwarze Oliven  
   1 Gewürzgurke  
   1 Essl. Kapern  
   Mayonnaise vermischt mit Ketchup  
   Den abgetropften Thunfisch mit der Gabel zerpflücken.  
   Die Oliven und die Gurke in kleine Würfel schneiden.  
   Alles zusammen mit der Mayonnaise-Ketchup Mischung vermischen.  
   Auf die getosteten Baquette verteilen.  
     
   **E.** Piatto da affettato ( *Aufschnitt-Platte mit Italienischer Spezialitäten*)  
     
   Dafür verwende man   
   Parmaschinken San. Daniele auf Grissini aufgerollt   
   Bresaula   
   Coppa   
   Salami milder wie auch scharfer  
   Südtiroler Speck  
   etc.   
   Gemüse in Essig eingelegt wie Gurken Artischocken was einem beliebt.  
   **F.** Formaggio con aceto balsamico di Modena ( *Hartkäse mit Balsamico - Essig Beträufelt* )  
     
   200g Parmesankäse oder Sprinz ( nicht zu sehr gereifter käse. am besten überwinterter Käse)  
   3 Esslöffel Aceto Balsamico  
     
   Den Käse dünn, wie handgeschnittene Salamischeiben, hobeln,   
   Die Käsescheiben auf ovalen Teller verteilen. ( Nicht aus Metal)  
   Mit Aceto Balsamico beträufeln und 15 Minuten ziehen lassen danach den restlichen Aceto verteilen und wieder 15 Minuten warten. Danach auftischen und geniessen.  
     
   **G.** Cornetti estivi ( *Schinkenröllchen mit Füllung*)  
     
   8 Scheiben magerer gekochter Schinken  
   100 gr Hüttenkäse  
   50 gr. geriebener Emmentaler  
   1 weisse Trüffel  
   Weinbrand

Salz und Pfeffer  
  
Hüttenkäse, Emmentaler, Weinbrand, fein gehackte Trüffel zu einer Paste  
mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schinkenscheiben auslegen, mit der Paste füllen und aufrollen.  
Eine halbe Stunde in den Kühlschrank legen.

**H.** Frittata all’aceto balsamico ( *Rührei mit Balsamico Essig* )  
  
10 ganze frische Eier  
1 mittelgrosse Zwiebel  
3 Esslöffel Aceto Balsamico  
Salz und Pfeffer  
Rosmarin   
ein Hauch Knoblauch  
ein wenig Salbei  
ein wenig Basilikum  
Erdnussöl  
  
Die Zwiebeln in Scheiben schneiden und in eine Pfanne hellbraun anbraten.   
Die Eier aufschlagen Eigelb und Eiweiss gemeinsam mit den Gewürze in einer Schüssel verrühren. Dabei achten das alles gut bindet.  
Das Öl von den Zwiebeln abtropfen lassen und sie dann in die Schüssel mit den Eiern geben. Wieder alles gut vermischen.  
Pfanne mit Öl bestreichen. Eiergemisch in die Pfanne geben. Man bleibe an der Pfanne da die Mischung schnell anbratet. Den Eierfladen beidseitig Goldbraun anbraten.  
Das Omelette auf einen vorgewärmter Teller geben. Ohne lang zu warten beträufelt man das Omelette mit Aceto Balsamico. Schneide das Omelette in gleichmässige Stücke und stelle dies auf.  
  
**I.** Insalata di lattuga con salsa al gorgonzola (Grüner Salat mit Gorgonzola-Dressing)  
  
500 gr. Kopfsalat  
60 gr. Gorgonzola   
1 dl. Sahne  
1 Zitrone  
Salatkräuter  
Olivenoel   
Salz  
  
Den Gorgonzola mit Gabel fein zerdrücken und mit der Sahne und etwas  
Olivenoel cremig rühren  
1 Esslöffel Zitronensaft, eventuell mehr dazugeben. Das Dressing mit Kräuter  
und Salz abschmecken.

**K.** Fiori di zucchini ripieni (*gefüllte Zucchiniblüten, Ligurien*)  
  
8 schöne Zucchiniblüten  
200 g Zucchinifruchtfleisch  
2 Kartoffeln (ca. 150 g, mehligkochende Sorte)  
1 Bund Basilikum  
1 El frischer Majoran (oder 1 Tl getrockneter)  
1 El frisch geriebener Parmesan  
1 Ei  
2 Knoblauchzehen  
5 El Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
  
1. Zucchiniblüten von eventuell vorhandenem Fruchtstiel trennen. Blüten nur kurz in kaltes Wasser tauchen, vorsichtig ausschütteln, in ein Sieb legen und gut abtropfen lassen.

2. Kartoffeln in Salzwasser weich kochen, Zucchinifruchtfleisch kleinschneiden, mit einigen El Wasser und 1 Pr. Salz in einen Topf geben. Zugedeckt in etwa 5 Min. weich garen.

3. Zucchini abtropfen lassen, etwas abgekühlt fein pürieren. Kartoffeln noch heiss schälen, durch die Kartoffelpresse drücken und locker auf das Zucchinipüree häufen. Abkühlen lassen und untermischen.

4. Basilikum in feine Streifen schneiden, Majoran fein hacken, beides unter das Gemüsepüree mischen. Knoblauchzehen dazupressen. Parmesan, Ei und 2 EL. Olivenöl unterrühren, alles gründlich vermengen. mit Salz und Pfeffer fein abschmecken.

5. Backofen auf 250° vorheizen. Eine feuerfeste Form mit 1 El Olivenöl ausstreichen. Die Blütenstempel der Zucchiniblüten herausschneiden.

6. Zucchiniblüten mit dem vorbereiteten Gemüsepüree füllen, , nebeneinander in die Form setzen. Mit 2 El Öl beträufeln und im Ofen etwa 3 Min. überbacken. Heiss servieren.

-Tipp für blitzschnelle Garnierung: roh gehacktes Tomatenfruchtfleisch mit erstklassigem Olivenöl, wenig Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Beim Anrichten als Klecks neben die gefüllten Blüten setzen.

1. Insalata di rucola con parmigiano ( *Rucola Salat mit gehobeltem Parmesan* )  
     
   ein großer Bund Rucola  
   1 mittelgroßer Kopf Radicchio  
   1 kleiner Bund glattblättrige Petersilie  
   1 Zitrone  
   5 EL bestes Olivenöl  
   Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
   ein schönes Stück Parmesan  
     
   Zubereitung:  
     
   Vom Rucola die welken Blätter aussortieren, die Stiele abschneiden. Radicchio-Blätter ablösen und mit dem Rucola waschen, trocken schütteln. Radicchio in Stücke zupfen. Petersilie waschen und die Blätter abzupfen. Zitrone heiß abwaschen und trocknen, dann mit einer feinen Reibe etwas Schale abhobeln. Dann die Zitrone halbieren und den Saft für's Dressing auspressen.  
     
   Petersilie, zwei EL Zitronensaft und Olivenöl im Mixer fein zerkleinern, salzen, pfeffern. Dann die Zitronenschale untermischen. Rucola und Radicchio locker mit der Sauce verrühren, auf vier Tellern verteilen. Vom Parmesan mit dem Gurkenhobel hauchdünne Späne auf den Salat hobeln. Beim Hobeln nicht so fest drücken, dann geht's leichter und die Späne werden zarter.  
   Tipp: Direkt nach der Zubereitung mit geröstetem Weißbrot servieren und bald essen!
2. **M.** Antipasto casalingo della massaia ( *Thunfisch Salat hausgemacht* )  
   200 gr. Thunfisch in Oel  
   je 50 gr grüne und schwarze Oliven  
   1 Gewürzgurke  
   1 Essl. Kapern  
   Mayonnaise vermischt mit Ketchup  
   Den abgetropften Thunfisch mit der Gabel zerpflücken.  
   Die Oliven und die Gurke in kleine Würfel schneiden.  
   Alles zusammen mit der Mayonnaise-Ketchup Mischung vermischen.
3. Auf die getosteten Baquette verteilen.

**N.** Focaccia al aglio ( *Pizza Fladen mit Knoblauch bespickt* )   
5 g Trockenhefe  
1 Tl Zucker  
400 g Weizenmehl  
200 ml laues Wasser  
1 Tl Salz  
3 Knoblauchzehen ( durch die Presse gedrückt )  
2 El Olivenöl  
1 El Maismehl oder Grieß  
1 El Olivenöl ( zusätzlich etwas zum Glasieren )  
2 Tl grobes Meersalz  
Hefe, Zucker, 1 Tl Mehl und Wasser mischen. Mit Klarsichtfolie abdecken. Zirka 10 Min. an einem warmen Ort stehen lassen. Restliches Mehl und Salz in eine Schüssel sieben. Knoblauch zugeben, mit einem Messer unterrühren. In der Mitte eine Mulde formen. Hefemischung und Olivenöl unterrühren, mit einem Messer zu einem festen Teig mischen.  
Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und ca. 10 Min. kneten. Zu einer Kugel formen und in eine grosse leicht gefettete Rührschüssel geben. Mit Frischhaltefolie abdecken. Zirka 40 Min. an einem warmen Ort stehen lassen, bis der Teig aufgegangen ist.  
Den Boden einer hohen ca. 20x 30cm grossen Backform mit Maismehl oder Griess bestreuen. Den Teig ca. 2 Min. kneten, bis er geschmeidig ist. Den Teig in die Form füllen und mit einem Holzstäbchen kleine Löcher hineinstechen.  
Die Oberfläche mit Wasser beträufeln und das Brot im vorgerheizten Ofen bei 210°C, Umluft 190°C, ca. 10Min. backen. Erneut mit Wasser beträufeln weitere 10 Min. backen. Mit Olivenöl bestreichen, mit Meersalz bestreuen und nochmals ca. 5 Min.backen. In viertel geschnitten und ofenfrisch servieren.

**O.** Pane con olive nere ( *Pizza Brot mit schwarzen Oliven*)   
300 g Mehl Burebrot Mehl oder Weißmehl   
½ Päckli   
½ Teel. Zucker  
1 ½ - 2 dl lauwarmes Wasser   
1 Essl. Olivenöl   
¾ Teel. Salz   
12 schwarze Oliven   
1 Thymianzweig   
5 Msp. Knoblauchpulver   
Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Vertiefung drücken Trockenhefe und Zucker in die Vertiefung geben 1 dl Wasser dazugiessen und mit etwas Mehl vom Rand zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Wenig Mehl drüberstreuen und zugedeckt bei Zimmertemperatur gehen lassen, bis sich Risse gebildet haben. Olivenöl und restliche Flüssigkeit mit dem restlichen Teig zum Vorteig geben. Salz zugeben, den Teig kneten, bis er geschmeidig und glatt ist, zudecken und bei Zimmertemperatur um das Doppelte gehen lassen.  
Oliven entsteinen und grob hacken. Thymianzweig fein schneiden Knoblauchpulver mit den obigen Zutaten unter den Teig kneten. Ein Brot formen, auf ein mit Backtrennpapier belegtes Blech legen und nochmals ca. 30 Min. gehen lassen Backen: 20 - 30 Min. in der Mitte des auf 220°C vorgeheizten Ofen. Olivenbrot noch war mit ca. 2 Essl. Olivenöl bepinseln.  
Marinowannye Griby

**Non**

**FLACHE ZWIEBELBROTE**

**Zutaten für 16 Brote:**

100 g Butter

225 g feingehackte Zwiebeln

1/4 l lauwarmes Wasser (ca. 45°)

1 TL Salz

400 bis 500 g Mehl

In einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser 15 g Butter über großer Hitze zerlassen. Die Zwiebeln hineingeben, auf schwache Hitze herunterschalten und unter gelegentlichem Rühren 3 bis 5 Minuten anbraten, bis die Zwiebeln weich, aber nicht braun sind. In eine Schüssel umfüllen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Die restliche Butter in der Pfanne zerlassen und in eine große Schüssel schütten. Das lauwarme Wasser dazu giessen und mit einem großen Löffel die Zwiebeln, das Salz und 400 g Mehl in Portionen von jeweils etwa 100 g nach und nach dazu rühren. Wenn nötig, soviel von den restlichen 100 g Mehl dazu kneten, dass der Teig nicht an den Fingern klebt. Den Teig zu einem kompakten Ball formen und in 16 Stücke teilen. Jedes Stück zwischen den Handflächen zu einem Bällchen formen, das etwa 5 cm Durchmesser haben sollte. Die Bällchen mit einem leicht bemehlten Nudelholz zu Kreisen von etwa 20 cm Durchmesser ausrollen. Die Teigkreise beiseite legen.

Eine schwere Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser ohne Fett auf große Hitze setzen. Wenn sie so heiß ist, daß ein hineingespritzter Wassertropfen sofort verzischt, einen der Teigkreise hineinlegen. Auf jeder Seite 3 bis 4 Minuten bräunen lassen und mit den Fingern oder mit einem breiten Spachtel wenden. Es ist absolut normal, wenn das Brot nicht gleichmäßig braun wird. Das Brot zum Trocknen auf ein Gitter legen und die übrigen Teigkreise ebenso bräunen. Die Brote in einem Korb oder in einem anderen luftdurchlässigen Behälter servieren. Sollten die Brote aus irgendeinem Grund nach etwa einem Tag weich werden, kann man sie nebeneinander auf ein Backblech legen und 5 bis 10 Minuten lang in dem auf 125° vorgeheizten Ofen aufbacken.

**Gefüllte, frittierte Salbeiblätter**

**Zutate für 4 Personen:**

4 El Mehl

2 Eiweiss

2 Eigelb

1 prise Salz

1 Messerspitze Trockenhefe

2 El Öl

80 - 100 ml Weisswein

2 grosse Büffelmozzarella

32 frische Salbeiblätter

1 l Öl zum frittieren

Mehl, Eigelb, Salz, Trockenhefe und Öl zu einem Teig rühren.

Den Weisswein nach und nach zugeben.

WICHTIG ! Der Teig soll flüssig sein, aber nicht zu dünn.

Zuletzt die beiden Eiweisse zu halbsteifem Schnee schlagen und unter den Teig ziehen. Mozzarellakugeln gut abtropfen lassen und in nicht zu dünne Scheiben schneiden. Dann in Stücke teilen, die etwas grösser als die Salbeiblätter sind.Jeweils 1 Stück Mozzarella zwischen 2 Salbeiblätter legen. Das Öl auf 180° C erhitzen. Die Salbeiblätter noch einmal gut andrücken. Jedes Teil einzeln mit den Fingern durch den Teig tiehen und vorsichtig in das Öl fallen lasen. Die gefüllten Salbeiblätter etwa 1 bis 2 Minuten frittieren, bis sie goldgelb sind. Nicht zu lange backen, sonst läuft der Mozzarella aus !

Das fertige Gebäck mit der Schaumkelle herausheben, kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und sofort servieren.

**MARINIERTE CHAMPIGNONS**

**Zutaten für 6 bis 8 Personen:**

2 TL Salz

2 Knoblauchzehen, geschält und mit der flachen Klinge eines Messers zerdrückt

500 g kleine frische Champignons, geputzt

1 EL Pflanzen Öl

1/4 l Rotweinessig

2 Gewürznelken

1/8 l kaltes Wasser

5 schwarze Pfefferkörner

1/2 Lorbeerblatt

In einen 1 1/2 bis 2 l fassenden Topf aus Emaille oder rostfreiem Stahl Rotweinessig, Gewürznelken, Wasser, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Salz und zerdrückte Knoblauchzehen geben. Bei starker Hitze zum Kochen bringen, die Champignons hineinschütten und auf niedrige Temperatur schalten. Unbedeckt 10 Minuten köcheln lassen und die Champignons von Zeit zu Zeit umrühren. Sie dann auf Zimmertemperatur abkühlen. Den Knoblauch aus der Marinade entfernen und alles in einen 11 fassenden Krug oder in ein entsprechend großes Weckglas umfüllen. Langsam das Pflanzenöl auf die Oberfläche gießen und das Gefäß mit Plastikfolie fest verschließen. Mindestens 1 Woche im Kühlschrank marinieren. Die marinierten Champignons werden als Teil einer sakusska- Tafel oder als pikante Beilage zu Fleisch oder Fisch gereicht.

**Überbackener Chicorée mit Schinken**

**Zutaten für 10 Personen:**

1kg Chicorée

20 gr Butter

100 gr Martignon ( Suppengemüse , Karotten, Tettich und Sellerie )

5 dl Gemüsebouillon

50 gr Schmalz

1x abschmecken mit Zitronensaft

1x Würzen ( Salz und Pfeffer )

250 gr Schinken, gekocht

8 dl Bernaise Sauce

95 gr Sbrinz gerieben

20 gr Butter

Vorbereitung:

- Chicoréee rüsten, waschen und Keil entfernen

- Martignon in Würfeln schneiden und in Butter andünsten

- Chocorée einschichten

- Schmalz beifügen

- Mit Zitronen,Saft und Pfeffer abschmecken

- Im Ofen schmoren

- Schinken in Tranchen schneiden

Zubereitung:

- Chicorée einzeln mit Schinkentranchen unwickeln

- Gratinplatte mit Butter ausstreichen und den Chigorée einschichten

- Mit Bernaise Sauce nappieren

- Mit Reibkäse bestreuen, mit flüssiger Butter beträufeln

- Im Ofen gratinieren

**Getreiderisotto an**

**Zitronensauce und Sauerampfer mit**

**Gegrilltem Zanderfilet**

**Zutaten für 4 Personen:**

100 g Weizen-, Hafer- , Roggen-, und Dinkelkörner

Salz und Pfeffer

1 Zitrone ( abgeriebene Schale und Saft )

1 dl Vollrahm

24 Stk Sauerampferblätter

160 g Zanderfilet

etwas Öl

Die miteinander vermischten Körner etwa 24 Stunden in 1 l kaltem Wasser einweichen und quellen lassen. Die Körner abgiessen, mit Wasser im Dampfkochtopf etwa 10 Minuten kochen und weitere 5 Minuten abstehen lassen. Die Die abgetropften Körner mit Vollrahm, Salz und Pfeffer erwärmen, mit Zitronenschale abschmecken.

Inder Zwischenzeit die Zanderfilet mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer marinieren, mit Öl beidseitig gut bestreichen und auf einem heissen Rost kurz braten. Die entstielten, gewaschenen und getrockneten Sauerampferblätter in feine Streifen schneiden und als Nestchen anrichten. In die Mitte den Getriderisotto geben, das gegrillte Zanderfilet darauflegen.

**Orecchiette-Gemüse-Salat mit marinierten Forellen**

**Zutaten: für 6 Personen**

**Marinade (2 Tage im Voraus)**

0,75 dl Weisswein  
1 dl Weissweinessig  
1 dl Gemüsebouillon  
3 EL Rapsöl  
1/2 TL Salz  
 Pfeffer aus der Mühle  
1 Prise Zucker

400 g Lachsforellenfilets, gehäutet, in ca. 3 cm breite Streifen geschnitten  
Öl zum Anbraten  
1 Bundzwiebel, schräg in Ringe geschnitten  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
1 kleine Zucchetti, in Julienne gehobelt  
1 Stängel Stangensellerie, in feine Scheiben geschnitten  
200 g Orecchiette (Muschelteigwaren)  
125 Crème fraîche  
2 EL Petersilie, fein gehackt

Zubereitung:

**1** Für die Marinade alle Zutaten verrühren.

**2**  Forellen in Öl beidseitig 1-2 Minuten anbraten, herausnehmen, in eine Gratinform legen. Bundzwiebeln, Knoblauch, Zucchetti und Stangensellerie in wenig Öl andämpfen. Mit der Marinade ablöschen, aufkochen, über die Fischfilets giessen, auskühlen lassen. Zugedeckt im Kühlschrank 2 Tage marinieren, dabei mehrmals mit Marinade übergiessen.

**3**  Orecchiette in siedendem Salzwasser al dente kochen, abgiessen, abtropfen lassen. Sorgfältig mit den Fischen und der Marinade mischen.

**4**  Crème fraîche und Petersilie mischen. Salat in Salatschälchen anrichten, Crème fraîche dazu servieren.

Die 1 1/2 fache Menge reicht für 4 Personen als Hauptspeise.

**Crevetten mit Noilly-Prat-Sauce,**

**weisse und grüne Spargeln**

**Für ca. 6-8 Personen:**

ca. 1 Sack Black Tiger Crevetten geschält

Noilly-Prat-Sauce

1dl Noilly Prat

2 dl Vollrahm

50 g Butter, zimmerwarm

Salz und Pfeffer

je 1 Bund grüne und weisse Spargeln

Zubereitung Sauce:

Den Noilly Prat in einer Saucenpfanne auf dem Herd unter stetigem Rühren sirupartig einkochen lassen.

Den Rahm und die zimmerwarme Butter beifügen und mit dem Schwingbesen zu einer sämigen Sauce aufschwingen.

Mit Salz und Pfeffer würzen, vom Herd nehmen und beiseite stellen.

Crevetten Grillen,Braten oder Dämpfen je nach lust.

Spargeln Kochen oder Dämpfen.

Das ganze auf Teller anrichten und mit Petersilie garnieren.

**Thon-Mousse**

**Als Apéro für 6 - 8 Personen**

**Als Zwischenmahlzeit für 4 Personen**



Vor-und zubereiten: ca. 30 Min.

1 Dose rosa Thon im Salzwasser (je ca. 200g), abgetropft, zerpflückt

1 unbehandelte Zitrone, wenig abgeriebene Schale und 1 Esslöffel Saft

1Teelöffel Meerrettich aus der Tube

180g Crème fraîche (z.B.Dessert extrafin)

1 dl Rosé-Wein

1 Teelöffel Sulzpulver

1 kleine Schalotte, fein gehackt

1 Esslöffel Kapern, gehackt

Salz nach Bedarf

Pfeffer aus der Mühle

1. Thon und Zitronenschale mit Saft, Meerrettich und Crème fraîche im Cutter pürieren.

2. Wein aufkochen, Sulzpulver beigeben, unter Rühren aufkochen, leicht abkühlen, mit der Thonmasse mischen.

3. Schalotte und Kapern darunter mischen, würzen.

4. Masse in eine Schüssel füllen,

zugedeckt ca. 3 Std. kühl stellen.

Als Zwischenmalzeit für 4 Personen

2 Pagnol-Brote, quer halbiert, jede Hälfte längs ein- aber nicht durchgeschnitten

Butter oder Margarine, zum Bestreichen

1 Gurke,in ca.5mm dicken Scheiben

4 Salatblätter ,z.B.Kopfsalat

1 Tomate,in ca.5mm dicken Scheiben

Kapern und Schnittlauch, zum Garnieren

Die Brothälften innen mit Butter bestreichen, je 1 Salatblatt hineinlegen. Gurken- und Tomatenscheiben abwechslungsweise drauf legen, mit der Mousse abschliessen.

Als Apéro für 6 bis 8 Personen

1 Päckli Crackers (z.B.Tuc), ca.12 Stück

1 Gurke,in ca.5mm dicken Scheiben

100g in Öl eingelegte,getrocknete Tomaten, abgetropft, ca.12 Stück

1 Birne, halbiert, Kerngehäuse entfernt, in 8 Schnitzen

Kapern und Schnittlauch, zum Garnieren

Die Mousse in einen Spritzsack mit gezackter Tülle (10 mm Ø) geben. Auf die angerichteten Crackers,Gurken, Tomaten und Birnen spritzen, garnieren.

Tipps:

Von der Zitronenschale nur das Gelbe abreiben, der weisse Teil ist bitter. Statt Pagnol-Brote Baguettes verwenden.

**Bruschette mit grünem Spargel und Parmaschinken**

**Zutatent für ca. 4Personen**.

300 g grüne Spargeln

2 EL Walnussöl

2 EL Olivenöl extra vergine

2 EL fein geschnittener Schnittlauch

Salz, Pfeffer aus der Mühle

200 g dünne Scheiben Parmaschinken

Zubereiten:

Von den Spargeln das holzige untere Ende (etwa 1/3 ) wegschneiden und nur den oberen Teil verwenden. Die Spitzen abschneiden und der Länge nach halbieren, die restlichen Stangen in feine Rondellen schneiden und beides separat mit Walnussöl, Olivenöl und Schnittlauch marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die getoasteten Bruschette mit Spargelrondellen belegen, mit den Spargelspitzen garnieren und mit Parmaschinken umwickeln.

**Tomaten mit Eiern**

2 grosse Tomaten

10 g Butter

2 Eier

frische Petersilie

Salz, Pfeffer, Thymian

Zuerst die Tomaten waschen, mit einem Küchentuch abtrocknen und den Deckel vorsichtig abnehmen. Die Tomaten dann mit einem Teelöffel vorsichtig aushöhlen und innen mit Salz, Pfeffer und Thymian bestreuen. In die beiden Tomaten noch je eine Butterflocke geben und in zwei eingefettete Feuerfeste Förmchen stellen. Die Eier dann aufschlagen und jedes in eine Tomate geben.

Das Ganze dann im vorgeheizten Backofen bei 220°C ca. 20 Minuten backen. Die Petersilie dann waschen, mit einem Küchentuch trocken tupfen und fein hacken.

Die fertigen Eier dann damit bestreuen und servieren.

**Chilireis mit Ananas**

**Zutaten für 4 Personen:**

1-2 mittelgrosse frische Ananas

2 El. Sonnenblumenöl

1 rote Paprika, entkernt und gehackt

225 g Zucchini, geputzt und gewürfelt

6 Frühlingszwiebeln, geputzt und in schrägen Scheiben

300 g Langkornreis

6 Chilis, entkernt und gehackt und gedünstet

Salz und Pfeffer

2 El. geröstete Pinienkerne

3 El. frisch gehackte Petersilie

geriebenen Käse zum servieren

Ananas der Länge nach in die Hälfte schneiden und Fruchtfleisch entnehmen. Die äusseren Hälften aufheben. Fruchtfleisch würfeln und auf die Seite stellen.

Öl in einem Topf erhitzen und die roten Paprika und Zucchini 5 Minuten weich dünsten. Frühlingszwiebeln dazugeben und weitere Minuten dünsten. Reis mit Chilis, Gewürzen und Ananas Stücken darunter rühren.

Unter gelegentlichem rühren 5 Minuten behutsam aufwärmen. Pinienkerne und Petersilie einrühren. In die Ananasschalen füllen und mit geriebenem Käse servieren.

Indisches Kokos-Curry mit Blumenkohl (vegetarisch)

Typischerweise wird nur der weisse Kopf des Blumenkohls gegessen, wobei der Stumpf sowie die dicken, den Stumpf umgebenden grünen Blätter zumeist entsorgt werden (wenn sie für den Geschmack nicht mitgekocht werden). Blumenkohl kann gedämpft, gekocht, eingelegt oder sogar roh im Salat gegessen werden. Die Blumenkohl-Rosen sollten in gleich grosse Stücke gebrochen werden, so dass sie gleichmäßig weich werden (je nach Grösße ist Blumenkohl schon nach 5-8 Minuten zumeist gar).

Blumenkohl hat einen sehr geringen Fettanteil, dafür aber viele Ballaststoffe, Folat und Vitamin C. Genau wie Brokkoli und Kohl besitzt auch Blumenkohl mehrere Phytochemikalien, die sich förderlich auf die Gesundheit auswirken (z.B. Indol-3-Carbinol, welches als Anti-Östrogen fungiert und offensichtlich das Wachstum von Tumorzellen in der Prostata und in der Brust verhindern kann).



**Zutaten für 3-4 Portionen**

350 ml Kokosmilch  
400g feste Kartoffeln, zu 1cm-Stücken gewürfelt  
1 kleiner Blumenkohl, in 2cm großen Stücken  
200 ml Wasser   
1 mittlere Zwiebel, gehackt  
½ TL Pfeffer   
½ TL Kurkumapulver   
1 r ote Chili, klein geschnitten ( für die jenigen,die nicht gerne scharf essen bitte weg lassen.)  
½ TL Bockshornkleesamen   
1 TL K orianderpulver   
1 TL Kreuzkümmel, gemahlen   
½ TL Paprikapulver   
5 Knoblauchzehen, in dünnen Scheiben   
2cm- Stück Ingwer, in Streifen   
1 TL Zucker Salz zum Abschmecken

Rahm zum verfeinern Original Indisch nicht dabei, aber fein mmhhhhh…. DZU

**Zubereitung**

Die Zwiebeln in 3 EL Pflanzenöl einige Minuten in einer großen Pfanne oder einem Wok anbraten bis sie glasig und weich werden. Chili, Koriander, Kümmel, Pfeffer, Paprika und Bockshornklee hinzugeben, und alles zusammen 2-3 Minuten anrösten bis sich ein angenehmer Duft entwickelt.   
Nun Ingwer und Knoblauch hinzugeben und noch einmal ca. 2-3 Minuten auf mittlerer Hitze anrösten (die Paste darf allerdings nicht anbrennen!). Wasser hinzugeben, kurz aufkochen, und dann den Blumenkohl, Zucker, Kokosmilch und als letztes die Kartoffelstückchen dazu. Alles auf kleiner bis mittlerer Flamme köcheln lassen, bis das Gemüse gar, aber noch bissfest ist (ca. 10-15 Minuten). Das Curry mit Salz (und ggfs. Pfeffer und Zucker) abschmecken und mit Reis oder Naan servieren.

**Ei im Schlafrock auf Spinat mit Croquettes**

**Zutaten:**

Spinat gehackt und ungewürzt

frische Eier (sonst geht’s nicht)

Kresseessig

Salz

Pfeffer

Rahm

\*\*\*\*\*\*bouillon

**Zubereitung:**

Spinat kochen und würzen, mit Rahm verfeinern.

Croquettes in Backofen nach Backanleitung zubereiten.

Wasser aufkochen mit Salz würzen und mit einem grossen Schluck Essig den Siedepunkt des Wassers heraufsetzen. Nun die Eier vorsichtig aufschlagen und über eine Tasse ins Essigwasser gleiten lassen. Achtung: Wasser darf nicht kochen und das Ganze braucht etwas Gefühl. Nicht zu viele Eier in eine Pfanne geben!! (Sösch get’s Eiersuppe!!) Eier vorsichtig mit einer Schaumkelle voneinander fernhalten. Während 2-3 Minuten pochieren und dann herausnehmen – gut abtropfen lassen.

Nun den Spinat in die Mitte des Tellers anrichten und das Ei im Schlafrock vorsichtig in eine Mulde legen. Croquettes sternförmig anordnen.

**Äntlibucher Pilz uf Baibrot**

**Zutaten für 4 Personen**

4 Scheiben Baibrit ( im Ofen getoastete Schwarzbrotscheiben)

2 El. Butter

4 Scheiben Rohschinken

4 Scheiben Emmentaler Käse

200 g Eierschwämme, Reizker oder Steinpilze

1 El. Mehl

4 El. Weisswein

4 El. Bouillon

Salz. Pfeffer, Majoran

Das Baibrot in einer bebutterten Auflaufform anordnen. Den Schinken darauflegen und mit Käse bedecken. Im vorgewärmtem Ofen bei 200° backen, bie der Käse schmilzt. Die Pilze in der restlichen Butter 10 Minuten dünsten, mit Mehl bestäuben und mit Weisswein und Bouillon ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Das Pilzgericht über die Käsescheiben verteilen und sofort heiss servieren.

**Tapas à la Dani Zurbuchen**

**Pizzastyle**

**Zutaten:**

Parisette

Tomaten

Mozerella

Kräuteröl

**Zubereitung:**

Parisette schräg aufschneiden, Tomaten entkernen und fein Würfeln (wie Bruscetta), Kräuteröl und gemahlenes Meersalz und Pfeffer unterziehen, auf Brote geben und kurz gratinieren, bis Mozzarella schmilzt. Dieses Rezept kann mit beliebigen Pizzazutaten ergänzt werden.

**Al mare**

**Zutaten:**

Parisette

Kleine Crevetten (vorzugsweise ungekocht)

Tomaten

Zwiebel

Knoblauch

Kräuter

**Zubereitung:**

Crevetten mit feingehackten Zwiebeln, Knoblauch Kräutern und Tomatenwürfeln leicht anziehen, mit Salz und Pfeffer würzen und vom Herd stellen (muss lauwarm sein). Parisette schräg aufschneiden, etwas antoasten, und die lauwarmen Crevetten darauf verteilen.

**Blätterteigkissen mit Lachstatar**

**Zutaten:**

Blätterteig

Rauchlachs

Philadelphia Frischkäse

Dill

Kräuter

Eigelb

Blätterteig mit Eigelb bestreichen, 2. Lage Blätterteig drauflegen und wieder mit Ei bestreichen. Backen bis der Teig schön aufgeht. In Quadrate 3.5cm mal 3.5cm schneiden und quer (wie Hamburger) aufschneiden. Wenn der Teig hoch aufgeht 2mal schneiden (Bigmac style).

Den Rauchlachs in dünne streifen schneiden und mit dem gut aufgelockerten Frischkäse vermengen Dill und Kräuter zufügen. Eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken (probieren!). Nun die Masse zwischen den Blätterteig streichen und servieren.

**Kräuter – Brätkügelchen auf Salatbeet**

**Zutaten:**

Grüne Salate

Rosmarin

Salbei

Petersilie

Zwiebeln

Kalbsbrät und Schweinsbrät 1:1

Öl

Ofen auf 150°C vorheizen. Kräuter fein hacken, Zwiebeln sehr fein schneiden und eventuell kurz anschwitzen. Jetzt alles mit dem Brät vermischen und gut durchkneten. Mit Pfeffer würzen. Aufpassen mit dem Salz weil das Brät manchmal schon genug salzig ist! Kleine Kugeln d=3.5 cm formen und scharf anbraten danach im Ofen 15 Minuten durchziehen lassen. Können auch à la minute in der Bratpfanne weitergebraten werden.

Kügelchen auf vorbereitete Salatbeete fügen und sofort servieren. Salatsauce nicht vergessen.

**SUPPEN**

**Bündner Gerstensuppe**

**Zutaten für 6-8 Personen:**

2 Karotten

100 g Knollenselleri

2 grosse Kartoffeln

2 Lauchstengel

2 Selleriblätter

4-5 Wirsingblätter

1/2 Kalbsfuss

1 Esslöffel Butter

80 g Gerste

2 L Bouillon

Salz, Pfeffer

1 Zwiebel, gespickt mit Lorbeerblatt und Gewürznelke

100 g geräucherter Speck

300 g geräuchertes Schweinefleisch

200 g geräuchertes Rindfleisch

1 Eigelb

1 dl Rahm

**Zubereitung:**

Karotten, Selleri und Kartoffeln schälen und fein würfeln. Lauch, Selleri- und Wirsingblätter in feine Streifen schneiden. Die Gemüse mit dem Kalbsfuss unter Wenden in der Butter anziehen lassen. Gerste zugeben und kurze Zeit mitdünsten. Mit Bouillon ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Gespickte Zwiebel, Speck, Schweinefleisch und Rindfleisch beifügen. 2 1/2 h kochen. Fleisch, Speck, Kalbsfuss und die gespickte Zwiebel aus der Suppe nehmen. Das Fleisch in kleine Würfel schneiden (den Kalbsfuss zuerst vom Knochen lösen ) und wieder zur Suppe geben. Das Eigelb mit dem Rahm verquirlen. Zur Suppe geben und diese knapp vors Kochen bringen. Man kann, abgesehen vom Kalbsfuss, das Fleisch auch weglassen und Speckschwarte, Beinwurst oder Engadinerwürste mitkochen und separat dazu servieren. Wenn die Suppe nicht als Eintopfgericht gedacht ist, genügt das Mitkochen der Speckschwarte. In diesem Fall kann man auch Eigelb und Rahm weglassen.

Rüeblisuppe

**Zutaten für 4 Personen:**

350 g Rüebli, in Rädli

150 g Sellerie, in Würfeli bereitstellen

1 El. Butter in einer Pfanne warm werden lassen

1 Schalotte, fein gehackt

1 Stück Ingwer, geschält, fein gerieben zugeben, andämpfen,

Gemüse beigeben, kurz mitdämpfen

4 dl Gemüsebouillon dazugiessen, 10-15 Minuten weich köcheln,im Mixer

fein pürieren, in Pfanne zurückgeben

1 dl Weisswein

1 1/2 dl Kaffeerahm zugeben

Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer nach Bedarf würzen, Suppe nur noch heiss werden lassen. Mit frischem Kerbel zuletzt garnieren, sofort servieren.

**Spargelrahmsuppe mit Basilikum und Nidletupf**

**Zutaten für 4 Personen:**

2 weisse, 2 Grünespargeln geschält, 8 dl Spargelsud ( Spargelschalen lang aufkochen und ca. 20 Min. ziehen lassen, nicht würzen. )

4 Basilikumblätter

2 gestr. Tl Mehl

Salz, Pfeffer

20 g Butter

2 dl Rahm

Bouillonwürfel ( Hünerbouillon )

1 kleine Zwiebel

**Zubereitung:**

Die Spargeln schälen und in 1/2 cm grosse Würfel schneiden und zusammen mit den feingeschnittenen Zwiebeln im Butter andünsten. Danach mit Mehl bestäuben und mit der Hünerbouillon auffüllen und ca.10 Min. leicht kochen lassen. Ein wenig Rahm dazufügen und mit Salz und Pfeffer nachwürzen. 2 Basilikumblätter in kleine Streifen schneiden und der Suppe beifügen. Die Suppe in Schüsseln oder Tassen anrichten, mit Schlagrahm garnieren und die restlichen Basilikumblätter auf den Rahm stecken.

Tomatensuppe

**Zutaten für ca. 4 Portionen**

**Aufwand ca. 25 Minuten**

6 grosse, eife Tomaten

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

2 El. Olivenöl

750 ml Hühnerbrühe

Salz

weissen Pfeffer gemahlen

Die Tomaten über Kreuz einritzen, mit heissem Wasser überbrühen, enthäuten, von den Stielansätzenbefreien und vierteln. Die Zwiebeln fein hacken, den Knoblauch durchpressen.

In einem Topf das Öl erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin hellgelb anschwitzen. Dann dieTomatenviertel hinzugeben, umrühren und diese 2-3 Minuten mitbraten.

Die Hühnerbrühe hinzugiessen, alles zum Kochen bringen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. DenTopf vom Herd nehmen und die Tomatensuppe mit dem Pürierstab pürieren.

Eierblumensuppe

**Zutaten für 4 Personen:**

3/4 l Hühnerbrühe

1 Tl. Salz

1 El. Stärkemehl

2 El. Hühnerbrühe aufgelöst

1 Ei leicht verquirlt

1 Frühlingszwiebel mit grünen Spitzen, feingehackt

1 El. Tomatenpuree oder

3 frische Tomaten in kleine Würfel geschnitten

**Zubereitung:**

Die Hühnerbrühe in einer Kasserolle zum Kochen bringen und salzen. Tomatenpüree oder gewürfelte Tomaten beigeben.

Die Stärkemehllösung kurz aufrühren und in die Pfanne geben. Das Ei langsam beigeben und behutsam umrühren. Sofort die Temperatur abschalten. Abschmecken, in Suppentassen geben, mit der gehackten Frühlingszwiebel garnieren und sofort servieren.

**Gemüsesuppe mit Ingwer und Orangen**

**Zutaten für 4 Personen:**

50 g Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

20 g Ingwer

2 Rüebli

1/2 Lauch

100 g Petersilie

1/4 Fenchelknolle

3 El. Butter

2 Orangen ( Saft davon )

5 d l Hühnerbouilon

Salz,etwas gemahlener Anis

4 El. geschlagene Sahne

8 Scheiben Parmaschinken

**Zubereitung:**

Zwiebeln, Knoblauchzehe und Ingwer schälen und fein schneiden.Rüebli, Lauch, Petersilie und

Fenchelknolle putzen, waschen und in Würfel schneiden.

Die Butter in einem Topf erhitzen, das gesamte Gemüse darin andünsten und mit dem Orangensaft

ablöschen. Das Ganze etwas einkochen lassen und die Hühnerbouillon zugeben.

Alles etwa 15 Minuten köcheln lassen, anschliessend im Mixer oder mit dem Pürierstab pürieren und durch ein Sieb geben. Die Suppe mit Salz und gemahlenem Anis abschmecken und die geschlagene Sahne vorsichtig darunterheben. Den Parmaschinken in Streifen schneiden und diese als Einlage in die Gemüsesuppe geben.

Hühnersuppe mit Zitronengras

Tom Khaa Gai

**Zutaten für 4 Personen:**

2 Stengel Zitronengras

1 Stück Galgant ( Khaa; etwa 5 cm lang )

3 Zitronenblätter

250 g Austernpilze oder Champignons

2 mittelgrosse Tomaten

3 frische thailändische Chilischoten

500 g Hühnerbrustfilet

1 Dose Kokosmilch ( 400 ml )

4 El. Zitronensaft

4 El. Fischsauce

frischer Koriander zum Garnieren

**Zubereitung:**

Das Zitronengras waschen und in etwa 3 cm grosse Stücke schneiden. Den Galgant waschen und in

dünne Scheiben schneiden. Die Zitronenblätter waschen und vierteln.

Die Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Tomaten waschen, vierteln und von den Stielansätzen befreien. Die Chilis waschen und in dünne Ringe schneiden. Die Hühnerbrust in etwa 1 cm breite und 4 cm lange Streifen schneiden.

Die Kokosmilch erhitzen. Das Zitronengras, die Zitronenblätter und den Galgant dazugeben. Die

Kokosmilch bei mittlerer Hitze ohne Deckel etwa 2 Minuten kochen lassen.

Etwa 3/4 Liter Wasser dazugiessen und erhitzen. Das Fleisch, die Pilze und die Tomaten dazugeben und bei schwacher Hitze offen weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Die Chilis, den Zitronensaft und die Fischsauce in eine Suppenschüssel geben. Die heisse Suppe hineingiessen, mit Koriander garnieren und servieren.

**Kartoffelkresse Suppe mit geräuchertem Lachs**

**Zutaten für 4 Personen :**

500 g Kartoffeln

2 l Gemüsebrühe

2 Bund Kresse

6 - 4 Scheiben Räucherlachs

120 g Saure Sahne

etwas Salz

2 Msp. Cayennepfeffer

2 Msp. geriebene Muskatnuss

**Zubereitung :**

**1**. Die Kartoffeln waschen, schälen und in 2 cm grosse Stücke schneiden. Mit der Gemüsebrühe in einen Topf geben und aufkochen.

**2.** Die Kartoffeln etwa 20 Minuten in der Flüssigkeit garen. In der Zwischenzeit die Kresse kurz abspülen und mit einer Schere oder einem Messer abschneiden. Etwa 2 Esslöffel davon beiseite legen. Den Rest nach dem Garen der Kartoffeln in die Brühe geben.

**3.** Den Lachs in dünne Streifen schneiden. Die Suppe im Mixer oder mit dem Schneidstab pürieren. Von der sauren Sahne 2 Esslöffel beiseite stellen, den Rest in einer kleinen Schüssel mit etwas heisser Suppe verrühren.

**4.** Diese Mischung anschliessend mit einem Schneebesen in die restliche Flüssigkeit einrühren. Alles mit Salz, Cayennepfeffer und Muskatnuss abschmecken.

**5.** Die Suppe in tiefe Teller geben und mit Saurer Sahne und mit Kresse garnieren. Die Lachsstreifen darauf verteilen.

Kürbissuppe

**Zutaten für 4 Peronen:**

1 Kürbis

3-4 dl Wasser

etwas Bouillon, Pfeffer, Salz, Curry und Paprika zum würzen.

Ev. Rahm- Quark oder Créme - Fraiche zum abschmecken.

**Zubereitung:**

Kürbis halbieren und die Kerne entfernen. Die Schale abschneiden und das Fruchtfleisch in kleine

Würfel schneiden. Würfel in Damfkochtopf geben ca. 3-4 dl Wasser zugeben. Mit Bouillon, Pfeffer, Salz, Curry und Paprika würzen. Ca. 20 Min. kochen. Mixen und noch abschmecken.

Ev. Rahm- Quark oder Créme - Fraiche abschmecken.

Tip: Kürbis aushölen und als Suppenschüssel verwenden !

**Crostini mit Bärlauch-Frischkäse**

**Zutaten für 4 Personen:**

125 ml Olivenöl

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

16 Scheiben Baguette

Das Öl und den Knoblauch im Mixer oder mit dem Pürierstab fein mixen. 4 Esslöffel dieser Mischung in einer Pfanne erhitzen und 4 Baguette- Scheiben von beiden Seiten goldgelb darin anbraten. Das Ganze mit dem restlichen Öl und den Brotscheiben in der gleichen Weise durchführen.

4 El Quark

100 g Doppelrahm- Frischkäse

60 g Speckwürfel, gross, angebraten

4 Blatt Bärlauch, fein geschnitten

Salz, Pfeffer

Den Quark zusammen mit dem Frischkäse glattrüren. Den Speck und den Bärlauch zur Quark - Käse - Mischung geben und alles mit Salz und Pfeffer würzen.

16 kleine Kopfsalat- Blätter

80 g roh Schinken, ganz dünn geschnitten

16 Radieschen. in Scheiben geschnitten

4 Zweige Kerbel

Die gerösteten Baguette- Scheiben mit dem Salat und dem Schinken belegen, den Frischkäse mit einem Spritzbeutel auf das Brot Spritzen und das Ganze mit Radieschen und Kerbel garnieren.

**Gelbe Paprikaschaumsuppe**

**Zutaten für 2 Personen:**

1 Zwiebel

1 Knoblaucgzehe

1 rote Paprikaschote

1 gelbe Paprikaschote

1 El Butter

1 El Mehl

3/8 l Gemüsebrühe

4 El süsse Sahne

1 El gehackte Petersilie

Die Zwiebel und die Knoblauchzehe schälen und fein würfeln.

Die Paprikaschoten halbieren, die Kerne und weisse Teile entfernen, das Fruchtfleisch in Streifen schneiden.Einige sehr dünne rohe Paprikastreifen für die Garnitur beiseite legen.

Die übrigen Paprikastreifen zusammen mit den Zwiebel - und Knoblauchwürfel etwa 5 Minuten in der Butter andünsten.

Dann das Mehl darüber stäuben, leicht anschwitzen und die Brühe unter Rühren dazu giessen.

Das Gemüse etwa 30 Minuten köcheln lassen. Die Suppe mit einem Pürierstab pürieren und durch ein Sieb streichen, die Sahne dazugeben und schaumig schlagen.

Die zurückbehaltenen Paprikastreifen hinzufügen und die Petersilie über die Suppe streuen.

Zucchini - Suppe mit Parmesan – Crostini

**Zutaten für 4 - 6 Personen:**

40 g Butter

1 Zwiebel, in Ringe geschnitten

500 g Zucchini, in dünne Scheiben geschnitten

1,2 l Hühnerbrühe

2 kleine Eier

2 El. geriebenen Parmesan

1 El. gehacktes Basilikum oder gehackte Petersilie

Salz und Pfeffer

Crostini zum Garnieren

Die Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebel darin 5 Minuten dünsten. Zucchini zugeben und unter ständigem rühren 5 - 10 Minuten anbraten. Hühnerbrühe zugiessen, aufkochen, zugedecket und ca. 20 Minuten sanft kochen.

Die Suppe mit dem Pürierstab pürieren oder durch ein Sieb streichen. Zurück in den Topf füllen und nochmals aufkochen lassen.

Eier, Käse und Kräuter verschlagen. Nach und nach in die kochendheisse Suppe rühren.

Abschmecken und in Suppenschüsseln füllen. Mit Crostini garnieren und sofort servieren.

Tip.

Für die Crostini Stangenweissbrot in 5 mm dicke Scheiben schneiden und diese auf einer Seiten

rösten. Die andere Seite mit Butter bestreichen, mit geriebenem Parmesan dick bestreue

**KARTOFFELSUPPE MIT LAUCH**

**Zutaten für 4 Personen:**

**Zubereitungszeit: 45 Minuten**

8OO g mehligkochende Kartoffeln

4 mittelgroße Lauchstangen

60 g Butter

1 1/ 2 l Geflügelbrühe

Salz

gemahlener weißer Pfeffer

frisch geriebene Muskatnuß

1/ 8 l Sahne

1 EL Keimöl

einige Kerbelzweige

**1**. Die Kartoffeln waschen und schälen. Eine große Kartoffel beiseite legen, die restlichen in Würfel

schneiden. Von den Lauchstangen die Wurzeln und die grünen Enden entfernen. Den weißen Teil

sorgfältig waschen und in feine Scheiben schneiden.

**2**. 50 g Butter in einem Kochtopf aufschäumen lassen und den Lauch darin etwa 5 Minuten anschwitzen. Die Kartoffeln dazugeben, kurz andünsten und mit Geflügelbrühe aufgießen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 30 Minuten kochen.

**3**. Die Suppe mit einem Pürierstab oder in der Küchenmaschine fein pürieren. Durch ein Sieb streichen, die Sahne dazugießen und kurz aufkochen lassen. Herzhaft abschmecken.

**4**. Die restliche Kartoffel in sehr kleine Würfel schneiden. Öl und die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel darin goldgelb und knusprig braten.

**5**. DieSuppe auf vier Teller verteilen und mit den Kartoffelwürfeln und den abgezupften Kerbelblättern bestreuen. Ersetzen Sie den Kerbel durch in Streifen geschnittene und in Butter angedünstete Sauerampferblätter. Im Sommer servieren Sie die Kartoffel Lauch-Suppe gut gekühlt. Kurz vor dem Servieren 2 EL geschlagene Sahne unterziehen und mit frisch gehackten Kräutern bestreuen.

n und unter

dem vorgeheizten Elektrogrill überbacken, bis der Käse goldbraun ist und Blasen wirft.

**Kürbisschaumsuppe mit Gebratenen Jacobsmuscheln**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 Hokaido Kürbis, ca 300 g

1 sm Ingwerwurzel

1 sm Tüte Ingwer in Lake

100 g Butter

50 ml Weisswein

500 ml Geflügelfond

50 ml Sahne

8 Jacobdmuscheln

1 bn Kerbel

1 Meersalz

1 Muskatnuss

1 Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Den Kürbis schälen und vierteln. In grobe Würfel schneiden, die Hälfte der Butter in einen Topf geben und dann

die Kürbiswürfel hinzugeben und mit etwas Meersalz würzen. Den Weisswein angiessen und etwas reduzieren

lassen. mit dem Geflügelfond auffüllen und den Kürbis weichkochen.

Die Ingwerwurzel schälen und in Scheiben schneiden. Dann den Kürbis mit dem frischen Ingwer, dem Ingwer in

Lake und der restlichen Butter pürieren und durch ein Spitzsieb passieren.

Die Sahne schlagen**.**

Zur Fertigstellung die Suppe nochmals erwärmen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken . Die

Jacobsmuscheln braten und in warmen Tellern anrichten.

Die Suppe mit der Sahne aufmixen und in die Teller verteilen.

**Basler Mählsuppe**

**Zutaten für 4 Personen:**

(Mehlsuppe; Familienrezept)

Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Majoran, 1 Zwiebel

4 Essl. eingesottene Butter

2 x 2 Essl. Mehl

1.5 l Bouillon

4 Essl. Rahm

4 Essl. Weissbrotwürfel, in Butter geröstet

I Essl. Petersilie, gehackt

I Essl. Schnittlauch, gehackt

2 Essl. Mehl in 2 Essl. eingesottener Butter unter stetem Rühren gleichmässig hellbraun rösten. Nochmals 2 Essl. Mehl dazugeben, kurz umrühren, Pfanne vom Feuer nehmen und Wasser dazugeben, dabei mit Schwingbesen rühren. Aufkochen, dann ungedeckt auf kleinstem Feuer während 40 Minuten leise kochen. Die Suppe soll sämig werden. Würzen. Zwiebel in Ringe schneiden und in der restlichen Butter hellbraun rösten. In Teller anrichten und in jeden Teller einen Essl. flüssigen Rahm geben, der sich wie eine Spirale an der Oberfläche ausbreitet. Geröstete Brotwürfel und Zwiebel darübergeben und zum Schluss gehackte Petersilie und Schnittlauch darüber streuen.

Man kann natürlich diese Mehlsuppe auch vereinfacht zubereiten, indem man Brotwürfel, Petersilie und Schnittlauch weglässt.

**Minestra Calanchina**

( Kartoffelsuppe aus dem Calancatal)

**Zutaten für 4 Personen**

1 l Fleischbouillon

1 Tl. Butter

3 - 4 Kartoffeln, gewürfelt

1 Lauchstengel, fein geschnitten

2 Krautstiele, fein geschnitten

200 g Reis

1/2 l Milch

Salz, Pfeffer

Die Bouillon aufkochen und die Butter beifügen. Die zerkleinerten Gemüse und den Reis hineingeben und weichkochen. Vor dem Servieren die Milch dazugiessen und nochmals kurz aufkochen.

Würzen.

**SALATE**

**Brokkolisalat**

**Zutaten für 4 Personen:**

600 g Brokkoli

Salz

2 El. Essig

1/2 Frisèsalat

1 Orange

50 g Bündnerfleisch ( in dünnen Scheiben )

25 g Mandelblätter

1 1/4 dl süsse Sahne

2-3 El frisch gepresster Zitronensaft

1 Schalotte

weisser Pfeffer aus der Mühle

1 Prise Zucker

Brokkoli gründlich putzen, die harten Stiele abschneiden, schälen und in etwa 1 cm dicke Scheiben

schneiden. Von dem übrigen Brokkoli die zarten Blättchen abschneiden und beiseite legen. Brokkoli in Röschen teilen. 1/2 Liter Wasser mit Salz und Essig kräftig würzen und aufkochen. Brokkoliröschen und -stiele darin in 5 Minuten beissfest kochen. Auf einem Küchentuch abtropfen und abkühlen lassen.

Von dem Friséesalat die harten grünen Aussenblätter entfernen. Die hellen Blätter abzupfen, in reichlich Wasser abspülen und trockenschwenken. Die Orangen schälen, dabei auch die weisse Haut abziehen. Orangen in Segmente teilen und diese häuten. Das Bündnerfleisch zu Röllchen drehen. Die Mandeln in einer beschichteten Pfanne ohne Fettzugabe goldbraun rösten.

Sahne mit Zitronensaft vorsichtig schaumig schlagen, die geschälte, ganz gehackte Schalotte hineingeben und mit salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Auf einer tiefen Servierplatte zuerst die Brokkoliröschen kranzförmig anrichten. Brokkolischeiben mit den zerpflückten und geschnittenen Friséeblättern und den Orangensegmenten mischen und in die Mitte geben. alles mit der Sahnesosse übergiessen. Die Brokkoliblättchen grobhacken, zusammen mit den Mandeln über den Salat streuen. Den Salat mit dem Bündnerfleisch garniert servieren.

Kartoffelsalat

**Zutaten für 4 Personen:**

600g geschwellte Kartoffeln häuten, in Scheiben schneiden

Öl und Essig in einer Schüssel zu einer Sauce mischen

2 dl warme Bouillon dazugiessen

1 Zwiebel, fein gehackt dazugeben

1/4 einer grossen Tube Mayonnaise dazugeben

1 Becher a 100 g Quark dazugeben

1/4 einer kleinen Tube Senf dazugeben

Salz und Pfeffer würzen

Kartoffelscheiben dazugeben

1 Bund Schnittlauch, fein gehackt dazugeben

1 Bund Petersilie, fein gehackt dazu eben und gut mischen

Das Ganze etwas stehen lassen, damit die Sauce in die Kartoffeln eindringt.

Tomatensalat mit Morzzarella

**Zutaten für 5 Personen:**

5 mittlere bis grosse Tomaten.

250 g Mozzarella in dünne Tranchen geschnitten.

100 g feingehackte Zwiebeln, je nach belieben kann es mehr oder weniger sein.

40 g feine Knoblauchstängeli

etwas grünen Salat zum Teller auskleiden.

Olivenöl

Rot oder Weissweinessig

Salz, Pfeffer aus der Mühle, Basilikum

Die Tomaten in Scheiben schneiden und auf die mit Salat belegten Teller verteilen, mit Zwiebeln und Knobli bestreuen und würzen mit Mozzarellascheiben belegen Olivenöl und Essig darüberträufeln und servieren.

**Herbstsalat mit Kalbsleberli**

**Zutaten für 4 Personen:**

200 g Blattsalat ( Lollo Rosso, Batavia, Kresse, Eichblatt )

100 g Frische Pilze ( Pfifferlinge, Steinpilze )

100 g Kalbsleber

2 Scheiben Toast

2 El. Butter

2 El. Bratbutter

4 Wachteleier

**Sauce:**

3 El. Nussöl

1/2 Tl. scharfer Senf

1 El. Sherryessig

1 El Fleischbouillon

1 Knoblauchzehe

1 Prise Thymian getrocknet

1 El. Oregano getrocknet

Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

**Zubereitung:**

Den Salat und die Pilze putzen und waschen. Die Salate trockenschleudern, die Pilze abtropfen und in Scheiben schneiden. Die Kalbsleber in feine Streifen schneiden.

Für die Sauce das Nussöl und den Senf verrühren. Mit dem Essig, der Bouillon dem geschälten durchgepressten Knoblauch, dem Thymian, 1/2 EL oregano, Salz und Pfeffer mischen. Das Toastbrot in sehr kleine Würfelchen schneiden, in 1 EL Bratbutter in einer Pfanne hellgelb braten

und herausnehmen. Die Bratpfanne ausreiben, 1 El Butter hineingeben und die Pilze ganz kurz darin anziehen lassen. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Die Pfanne trockenreiben, die restliche Bratbutter hineingeben, das Fleisch ganz kurz anbraten. Die Salatblätter auf Teller verteilen. Die Pilze darauflegen und mit der Sauce beträufeln. Mit den Buttercroutons und dem restlichen Oregano bestreuen. Das Fleisch kurz erwärmen und auf dem Salat anrichten.

Die Wachteleier aufschlagen und in der in der Pfanne verbleibender Butter zu Spiegeleiern braten. Au dem Salat anrichten und sofort servieren.

**Salat von Birnen und Grapefruit**

**Zutaten für 4 Personen :**

**Zubereitungszeit ca. 1/4 h :**

2 Birnen

Saft von 1/2 Zitrone

3 El. Crème fraîche

1 El. Puderzucker

1 El. Williams

Salz und Pfeffer

2 rosa Grapefruits

2 Chicoréestauden

4 Scheiben gekochten Schinken

4 Zweige Kerbel zum Garnieren

**Zubereitung:**

Die Birnen schälen, vierteln und die Kerngehäuse herausschneiden.

Die viertel zunächst in Scheiben, dann in Streifen schneiden. Diese in eine Schüssel geben und mit dem Zitronensaft beträufeln.

Die Crème fraîche in eine Schüssel geben, den Puderzucker hineinsieben und beides glattrühren. Die Masse mit dem Williams verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce über die Birnengeben und vorsichtig unterheben.

Die Grapefruits schälen und filetieren.

Vom Chicorée die einzelnenBlätter abzupfen. Diese putzen, waschen und trockentupfen. Die Chicoréeblätter der Länge nach halbieren.

Die Chicoréespitzen in einem Halbkreis auf die Teller legen und den Birnensalat darauf anrichten. Die Grapefruitfilets zum Salat geben und auf jedem Teller noch eine Scheibe Schinken legen. Den Salat mit Kerbel garnieren.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Von der ganzen Frucht die Fruchtschale oben und  unten abschneiden. Die Schale von oben nach unten  mit dem Messer vom Fruchtfleisch abschneiden, so dass keine weissen Schalenreste mehr auf dem  Fruchtfleisch bleiben. | 2. Danach die einzelnen Filets über einem Gefäss aus den Trennwänden herausschneiden. | 3. DenSaft aus den  Trennwänden mit den Händen auspressen und weiterverwenden. |

**Vitaminsalat**

**Zutaten für 4 Personen:**

100 g Nüsslisalat

1/2 Kopf Lollo

100 g Radischensprossen oder andere

150 g Champignons

8 Cherry Tomaten

4 Esslöffel Rotwein-Essig

1 Teelöffel körnigen Senf

6 Esslöffel Oel

Salz

Pfeffer aus der Mühle

1 Esslöffel Estragonblätter

50 g geröstete Pinienkerne

Den Nüsslisalat vorbereiten und waschen, den Lollo in mundgerechte Stücke zupfen und waschen. Die Radieschensprossen ebenfalls waschen, die Champignons vorbereiten und blättrig schneiden. Die Cherry Tomaten waschen, halbieren und vom Stielansatz befreien. Für die Sauce Essig und Senf verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann das Oel dazuschlagen.

Den Salat auf einer grossen Platte anrichten, die Sauce darüber verteilen, mit Estragon und

Pinienkernen bestreut servieren.

Wintersalat an Meerretichrahmsauce

**Zutaten für 4 Personen:**

1 Bund Radieschen

4 Scampi

50 g Nüsslisalat

50 g Brunnenkresse

100 g Lattughini,krause Sorte

100 g frische Champignons

1 El. Zitronensaft

2 dl Saurer Halbrahm

1-2 El. frisch geriebener Meerrettich

Salz, Pfeffer

2 El. grob gehackte Baumnüsse

4 schöne Radieschen in Röschen schneiden und in kaltes Wasser legen. Die übrigen Radieschen in feine Scheibchen schneiden.

Für die Scampi in eine Pfanne mit Siebaufsatz Wasser 1 cm hoch giessen. Den Siebaufsatz auf die Pfanne setzen und die Scampi (ohne Kopf) darauflegen. Das Wasser zum Kochen bringen und die Scampi 3 Minuten dünsten. Die Blattsalate waschen und ausschwingen. Die Champignons putzen, in Scheiben schneiden und mit Zitronensaft mischen. Für die Sauce den sauren Halbrahm mit dem Meerrettich (nach Belieben) vermischen und mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Die Blattsalate gleichmässig auf 4 flache Teller anordnen. Die Champignons und Radieschen darüber verteilen. Die Scampi mit einem scharfen Messer längs halbieren. In die Mitte des Tellers je ein Radieschenröschen und zwei Scampihälften geben .Unmittelbar vor dem Servieren die Sauce verteilen.

**Lauchsalat mit mariniertem Lachs**

**Zutaten für 4 Personen:**

**Aufwand ca. 25 Minuten:**

150g möglichst frisches, rohes Lachsfilet

2 mittlere Bleich Lauch

2 El. Zitronensaft

Salz

1 Tl. verschiedenfarbige Pfefferkörner

4 El. Olivenöl

**Zubereitung:**

Das Lachsfilet im Tiefkühler anfrieren lassen.

Den Lauch der Länge nach halbieren und kurz spülen. Dann in 6 cm lange Stücke und diese in dünne Streifen schneiden. In kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren. Kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Auf Teller legen.

Den angefrorenen Lachs mit scharfen Messer in möglichst dünne Tranchen aufschneiden.

Dekorativ auf dem anrichten. Zitronensaft und Salz verrühren. Die Pfefferkörner mit dem Mörser grob zerstossen und beifügen. Mit Olivenöl zu einer sämigen Sauce verrühren. Diese über den Lauch und den Lachs träufeln. Den Salat vor dem Servieren 10 Minuten durchziehen lassen.

Bärlauchsalat mit Ei a la mode du chef

**Zutaten für 1 Preson :**

80 g frischen Bärlauch

1 Stk Ei, gekocht

Mayonaise

versch. Gewürze

Spargel-Broccoli-Salat

**Zutaten für 2 Personen:**

250 g grüner spargel, geschält, dicke längs halbiert und in 4 cm lange Stücke schneiden

250 g Broccoli, in Röschen teilen, Stiele schälen und in 4 cm lange Stücke schneiden

1 1/2 El. Weisswein-Essig

1 El. Kochwasser

2 El. Haselnuss- oder Baumnussöl

1/2 Bund Petersilie, gehackt

1/2 Bund Schnittlauch, geschnitten

2 Zwiebeln, in feine Ringli geschnitten

Salz und Pfeffer

50 g Kresse oder Schnittsalat

50 g Feta-Käse, in Würfel geschnitten

**Zubereitung:**

Gemüse in einer Pfanne leicht knackig garen, auskühlen. 1 Esslöffel Kochwasser für Sauce wegnehmen.

Essig, Kochwasser,Haselnuss -oder Baumnussöl,Petersilie, Schnittlauch und Zwiebelringe gut vermischen und über das Gemüse giessen. Kresse oder Schnittsalat auf Teller verteilen und Gemüse darauf legen. feta-Käse Würfel darüberstreuen und lauwarm servieren.

**Auberginensalat**

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Auberginen ( zwei Grosse )

1 El. Esslöffel Olivenöl

2 El. Essig

Saft einer halben Zitrone

Salz

4 kleine Tomaten

1 grüne Paprikaschote

1 kleine Zwiebel

10 schwarze Oliven

Die Auberginen auf offener Flamme rösten, bis sie weich werden u und ihre Schale sich krustet. Die Kruste abschälen sowie die Rückbleibsel unter Wasser entfernen. Nachdem die Auberginen entstielt und enthäutet sind mit einem Holzlöffel pürieren, Essig und Olivenöl dazugeben und mit den übrigen Zutaten vermischen. Mit schwarzen Oliven garniert servieren.

**Salat aus rohem Spargel mit Hähnchenbrust und Basilikum- Vinaigrette**

**Zutaten für 6 Personen:**

500 ml Geflügelbrühe

1 Lorbeerblatt

5 Pfefferkörner

1 Zweig Thymian

Salz

6 Hähnchenbrustfilets

Geflügelbrühe, Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Thymianzweig und Salz in einen Topf geben. Das Fleisch darin 9 Minuten dünsten und anschliessend zugedeckt warm halten.

500 g grüner Spargel

60 g Schalotten, fein gehackt

1 Karotte, fein gewürfelt

1 Bund Basilikum, in Streifen geschnitten

150 ml Traubenkernöl

100 ml Balsamico

In der Zwischenzeit den Spargel waschen, an den unteren Enden schälen und etwas abschneiden. Die Stangen anschliessend in sehr dünne Scheiben schneiden.

Aus den übrigen Zutatzen eine Vinaigrette herstellen und die Spargelscheiben hineingeben. Den Salat gut mischen und einige Minuten ziehen lassen.

Salz, Pfeffer

etwas Kerbel

Den Spargel auf Tellern anrichten, die Hähnchenbrustfilets in Scheiben schneiden und darauf legen. Diese ebenfalls mit der Vinaigrette beträufeln, Salz und Pfeffer aus der Mühle darüber streuen und mit frischem Kerbel garnieren.

**Verrückter Salat**

**Zutaten für 10 Personen:**

600 g Blattsalate, gemischt, gerüstet

3 dl Italienische Salatauce

180 gr Räucherlachs, pariert

200 gr Kalbsleberli

150 gr Tête de Moine

200 gr Cherry Tomaten

20 Stk Wachteleier

120 gr Birnen, Gute Luise

1 Bund Radieschen

1 Bund Petersilie

1 Bund Schnittlauch

40 gr Baumnusskerne, halbiert

1x Abschmecken ( Salz und Pfeffer )

5 cl Erdnussöl

Vorbereitung:

- Rauchlachs in feine Scheiben schneiden

- Kalbsleberli in 10 Tranchen schneiden

- Vom Tête de Moine mit der Girolle 10 Rosen schaben

- Wachteleier kochen, schälen und halbieren

- Radieschen in feine Scheiben schneiden

- Baumnüsse grob hacken

- Petersilie hacken, Schnittlauch schneiden

Zubereitung:

- Blattsalat mit italienischer Salatsauce vermengen und auf Teller verteilen

- Kalbsleberlitranchen würzen und in Erdnussöl braten ( kurz )

- Alle Zutaten über den Salat verteilen

- Mit dem Gemüsehobel feine Birnen- Julienne über den fertigen Salat hobeln

- Mit Petersilie und Schnittlauch bestreuen

**GEMÜSE**

**Kohlrabigemüse**

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Kohlrabi ( einige Blätter als Garnitur aufheben

3 El. Butter

50 g Zwiebeln, fein gewürfelt

100 g Sahne

Salz, Pfeffer

200 g Tomaten, enthäutet, entkernt und in Würfel geschnitten

4 El. geschlagene Sahne

**Zubereitung:**

Den Kohlrabi schälen, waschen und in Stifte schneiden. Diese in kochendem Salzwasser blanchieren. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin glasig werden lassen. Die Sahne angiessen, alles mit Salz und Pfeffer würzen und etwas einkochen lassen.

Die Kohlrabistifte und die Tomatenwürfel in die Sauce geben. zum Schluss die geschlagene Sahne unterheben, einige Kohlrabiblätter fein schneiden und darüberstreuen.

Gemüse en papillote

**Zutaten für 4 Personen:**

800 g Frühlingsgemüse, ( z.B. Rüebli, Stangenselleri; Kefen, Spargeln, Frühlins- zwiebeln, Pilze usw. )

1 Bund Dill, frisch, gehackt

100 g Butter

Salz und Pfeffer

4 Bogen Backpapier

**Zubereitung:**

Gemüse waschen und in gleich grosse Stücke schneiden. Das Gemüse in die Mitte der Backpapierbogen verteilen. Je ein Stück Butter etwas Dill, Salz und Pfeffer über das Gemüse geben.Papierenden zusammenlegen, mehrmals falten, zu Päckli verschliessen.alle auf ein Backblech legen, ca. 20 Minuten in der Mitte des auf 200°C vorgeheizten Ofens dämpfen.

Servieren: Päckli mit der Schere oben aufschneiden

Sauerkraut

**Zutaten für 4 Personen**

1 El. Öl oder Butter in Pfanne geben

1 Zwiebel schneiden zugeben

600 g rohes Sauerkraut beifügen

etwas Salz oder Streuwürze event. Wacholderbeeren würzen, zudecken. Auf grosser Stufe erwärmen, bis es zischt. Auf kleiner Stufe dämpfen. Von Zeit zu Zeit schütteln wenig Wasser ablöschen.

Dämpfzeit 1-1 1/2 h

Gefüllte Oberginen

**Zutaten für 4 Personen :**

4 Stk. Oberginen

2 Stk. Eier

80 g geriebener Parmesan

20 g Schinken

2 Stk. Makrone ( ital. Gebäck aus Mandeln, Zucker und Eiweiss )

1 Tasse Bechamelsauce

30 g Butter

**Zutaten :**

Die Oberginen waschen, in Längsrichtung halbieren, das Fruchtfleisch herausnehmen und mit der Gabel zerdrücken. Die Eier, den Parmesan, den zerteilten Schinken und die kleingeschnittenen Makronen mit dem Fruchtfleisch verrühren und die Mischung in die Oberginenhälften füllen. Dann aus 40 g Mehl ,40 g Butter, 50 ml Milch und einer Prise Salz eine Bechamelsauce zubereiten. Eine feuerfeste Form mit Butter einfetten, die Oberginen hineinlegen, die Bechamelsauce darübergiessen und mit Parmesan bestreuen. Die Auflaufform in den heissen Backofen ( 190° C ) schieben und ungefähr 30 Minuten überbacken lassen.

Italienische Gemüsepfanne

**mit Mozzarella**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 Kg frisches Gemüse je nach Saison

0.750 Kg Gemüse Mischung tiefgefrohren ( nach belieben )

30 g Butter

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1/2 Bund Petersilie

Salz, Pfeffer, Muskat

1 Tasse Gemüsefond

250 g Mozzarella

**Zubereitung :**

1. Das Gemüse waschen und putzen.

2. Die verschiedenen Gemüse in Röschen, Ringe und Scheiben schneiden.

3. Die Gemüse knapp mit Salzwasser bedecken und 12 Minuten garen.

4. Die Butter in einer Pfanne erhitzen.

5. Zwiebel und Knoblauchzehe schälen, fein würfeln und in der heissen Butter andünsten.

6. Die Petersilie waschen abtropfen lassen und fein schneiden.

7. Das Gemüse abgiessen, in die Pfanne geben mit Salz, Pfeffer, Muskat und Petersilie würzen.

8. Den Gemüsefond angiessen und alles nochmals 8 Minuten dünsten lassen, dabei mehrmals umrühren.

9. Den abgetropften Mozzarella in Scheiben schneiden und auf das Gemüse legen.

10. Das ganze zugedeckt weitere 4-5 Minuten dünsten, bis der Mozzarella zerläuft.

1. Mit Petersilie bestreut servieren.

**GefüIlte Grillzwiebel**

**Zutaten für 4 Portionen:**

4 Gemüsezwiebeln a ca. 250 g

200 g Tomaten

1 Knoblauchzehe

40 griechischen Schafskäse (Feta)

1 Bund Petersilie

etwas Salz

schwarzen Pfeffer aus der Mühle

1/2 TL Paprikapulver Edelsüß

2 EL Sojaöl

So wird's gemacht:

1. Die Zwiebeln schälen und von jeder oben einen Deckel abschneiden. Diesen zunächst beiseite legen.

2. Die Zwiebeln mit einem Messer oder Löffel vorsichtig aushöhlen. Die Hälfte des entfernten Fruchtfleischs fein hacken. Die andere Hälfte nicht weiterverwenden.

3. Die Tomaten über Kreuz einritzen, kurz überbrühen, abschrecken und enthäuten. Sie dann vierteln, entkernen und fein würfeln Die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.

4. Die Knoblauchzehe schälen und zerdrücken, den Feta fein würfeln

5. Tomaten, feingehackte Zwiebel, Feta, Knoblauch und Petersilie gut mischen und mit Salz sowie Pfeffer und Paprika abschmecken.

6. Die Tomatenmischung in die ausgehöhlten Zwiebeln füllen und die beiseite gelegten Deckel wieder auf die Zwiebeln setzen Die Deckel feststecken.

7. Die Zwiebeln mit dem Öl bestreichen und etwa 30 Minuten in Alugrillschalen grillen. Dabei sowohl die Böden als auch die Seitenflächen der Zwiebel leicht bräunen lassen.

**Baklaschan Farschirowanny**

**GEFÜLLTE AUBERGINEN**

**Zutaten für 2 bis 4 Personen :**

2 EL plus 1/8 l Pflanzenöl

4 EL feingehackte Zwiebeln

1 TL feingehackter Knoblauch

250 g Tomaten, geschält, entkernt und grobgehackt

4 1/2 TL Salz

Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Prise Zucker

750 g feste Auberginen

2 EI. feingeschnetzelter Weißkohl

2 EL geputzte, in kleine Würfel geschnittene Mohrrühen

4 EL frische Weißbrotkrumen

30 g Butter, in kleine Stücke geschnitten

Die 2 EL Pflanzenöl in einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser auf ho her Temperatur erhitzen, bis sich leichter Rauch bildet. 1 EL Zwiebeln und 1 TL Knoblauch dazugeben und auf Mittelhitze schalten. Unter häufigem Rühren 3 bis 4 Minuten braten, bis die Zwiebeln weich und goldbraun sind. Die Tomaten, 1/2 TL Salz, etwas Pfeffer und Zucker dazu Rühren, die Pfanne zudecken und auf große Hitze schalten. 2 bis 3 Minuten schmoren, dann unbedeckt heftig weiter kochen lassen, bis die gesamte Flüssigkeit verdampft und die Sauce so dick ist, daß sie im Löffel beinahe ihre Form hält.

Die Auberginen der Länge nach halbieren und mit einem kleinen scharfen Messer einen langen, 1 cm tiefen Einschnitt in das Fruchtfleisch jeder Hälfte machen. Keinesfalls bis zur Schale durchstechen. Die Schnittflächen der Auberginen gleichmäßig mit 3 TL Salz bestreuen und 1/2 Stunde stehen lassen. Die Hälften dann mit kaltem Wasser waschen, um das Salz zu entfernen und mit Küchenkrepp gründlich trocken tupfen.

In einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser den restlichen 1/8 l Öl auf hoher Temperatur erhitzen, bis sich leichter Rauch bildet. Die Auberginenhälften mit der Schnittfläche nach unten in die Pfanne legen und auf Mittelhitze herunterschalten. Etwa 8 Minuten braten, die Aubergine mit einem Spachtel wenden, die Pfanne zudecken und weitere 8 Minuten braten. Die Auherginenhälften mit der Schnittfläche nach unten auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die restlichen Zwiebeln,Mohrrüben und Kohl in das in der Pfanne verbliebene Öl geben. 3 bis 5 .Minuten unbedeckt auf Mittelhitze braten, bis das Gemüse weich, aber nicht braun ist.

Das Fruchtfleisch bis auf eine 1 bis 2 cm dicke Schicht vorsichtig aus den Auberginenhälften stechen. Das Fruchtfleisch fein hacken, zu dem Gemüse in die Pfanne geben und 1 EL der Tomatensauce sowie den restlichen TL Salz hineinrühren. Unter ständigem Rühren unbedeckt 5 Minuten auf Mittelhitze lassen, bis die Mischung durchgewärmt ist.

Den Backofen auf 175° vorheizen. Die Füllung gleichmäßig verteilt in die Auberginenhälften löffeln. Die gefüllten Auberginenhälften in eine flache, feuerfeste Form legen, in der sie bequem nebeneinander Platz haben. Die restliche Tomatensauce gleichmäßig darüber löffeln, mit den Brotkrumen bestreuen und mit den Butterstückchen be

setzen. In der Mitte des Ofens etwa 15 Minuten backen, bis die Füllung goldbraun ist. Die gefüllten Auberginen können als leichtes Mittagessen, als Vorspeise oder als Zwischengericht serviert werden.

**SPAGHETTI**

**SPAGHETTI CON LE OLIVE NERE E CAPPERI**

**Zutaten für 4 Personen**

**Arbeitsaufwand: 20 Minuten**

**Kochzeit: 20 Minuten**

2 El. Kapern

200 g schwarze Oliven

8 El. Olivenöl

2 Dosen Pelati zu 400g

2 Knoblauchzehen

1 Stückchen Peperoncino

Salz, Pfeffer

1 Zweig Basilikumblätter

500 g Spaghetti

100 g geriebener Parmesan

Kapern in Wasser waschen und gut abtropfen, damit der überschüssige Essig entfernt wird. Oliven entkernen und vierteln. Oel und Tomaten zu einem Mus zerdrücken, den durchgepressten Knoblauch zufügen und zusammen aufkochen. Zugedeckt 15 Minuten dünsten. Oliven, Kapern und Peperoncino beigeben, gut umrühren. Wenn nötig, etwas salzen. Weiterkochen, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Basilikum in Streifen schneiden und zugeben. Peperoncino entfernen. Spaghetti < al dente > kochen, mit Parmesan servieren.

SPAGHETTI <EUGENIO C .>

**Zutaten für 4 Personen**

**Arbeitsaufwand: 20 Minuten**

**Kochzeit: 20 Minuten**

4 grosse Tomaten

200 g kleine Champignons

1 1/2 El. Olivenöl

500 g Spaghetti

400 g gehacktes Kalbfleisch

1 gehackte Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Salz, Pfeffer aus der Mühle , Origano

2 1/2 dl Rahm

40 g geriebener Parmesan

2 El. gehackte Petersilie

Tomaten kurz in kochendes Wasser tauchen, schälen und in Würfel schneiden. Champignons in

Scheibchen schneiden und sofort mit den Tomaten mischen. In einem grossen Topf Wasser mit Salz

und 1/2 El .Olivenöl aufkochen. Spaghetti hineingeben und <al dente> kochen. Fleisch in 1 El. Olivenöl unter ständigem Wenden 3-4 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen. Zwiebeln, Tomaten,

Champignons und durchgepressten Knoblauch beifügen. 5 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und

Origano würzen. Rahm zugeben . 3 Minuten einkochen lassen. Fleisch wieder beifügen und langsam erwärmen, aber nicht mehr kochen. Spaghetti abgiessen, mit Pfeffer aus der Mühle bestreuen und sofort mit Käse mischen. Sauce darüber verteilen und mit Petersilie bestreuen.

**SPAGHETTI AGLIO, OLIO POMODORO E PREZZEMOLO**

**Zutaten für 4 Personen**

**Arbeitsaufwand : 15 Minuten**

**Kochzeit : 10-15 Minuten**

10 El. Olivenöl

1 grosses Büschel Petersilie

3 Knoblauchzehen

2 Dosen geschälte Tomaten zu 400 g

1 Peperoncino klein , Salz, Pfeffer

Oel, die Hälfte der feingehackten Petersilie und 2 durchgepresste Knoblauchzehen erwärmen ( nicht zu heiss), bis der Duft aufsteigt. Tomaten und Peperoncino zugeben und mit Salz würzen. Vor dem Anrichten die restliche Petersilie sowie die letzte Knoblauchzehe beifügen.

SPAGHETTI GIGETTO BERTANI

**Zutaten für 4 Personen**

**Arbeitsaufwand : 20 Minuten**

**Kochzeit : 15 Minuten**

1 dl Olivenöl

1 kleiner Peperoncino

1 kleiner Zweig Rosmarin

2 Knoblauchzehen

2 Dosen Pelati zu 400 g

10 Basilikumblätter

Salz, Pfeffer

80 g Parmesan

Oel, Peperoncino, Rosmarin und ganze Knoblauchzehen dünsten. Sobald der Knoblauch goldgelb ist, den Rosmarinzweig aus der Pfanne nehmen. Tomaten zugeben. Bei grosser Hitze die Sauce 15

Minuten eindicken lassen. Zum Schluss in Stückchen gezupfte Basilikumblätter zufügen. Peperoncino entfernen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spaghetti del Luigi

(Spaghetti nach Asconeser Art)

Zutaten für 4 Personen

4 Tomaten

100 g Champignons

400 g Spaghetti

Salz, grob gemahlener Pfeffer

400 g Kalb - oder Geflügelfleisch geschnetzelt

2 El. Butter

1 Zwiebel, fein gehackt

1 Knoblauch Zehe

1 Priese Oregano

100 g Rohschinken

1 El. Petersilie

100 g Sbrinz

Die Tomaten kurz in kochendes Wasser tauchen. Die Haut abziehen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Champignons scheibeln und sofort mit den Tomaten mischen.

Die Spaghetti in viel kochendes Salzwasser geben. Mit einer Holzkelle etwas eintauchen und darauf achten, dass sie nicht zusammenkleben. Ungefähr 10 Minuten kochen. Die Spaghetti sollen al dente bleiben.

Inzwischen das Fleisch in Butter 3-4 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen. Zuerst die Zwiebeln im Bratfond leicht andünsten, dann Tomaten, Champignons und durchgepresste Konblauchzehe beifügen. Mit Salz,Pfeffer und Oregano würzen. Kurz vor dem Anrichten den in Streifen geschnittenen Rohschinken beifügen und 10 Minuten mitdämpfen. Die Sauce über die gut abgetropften Spaghetti anrichten. Mit Petersilie bestreuen. Den Sbrinz am Tisch frisch gerieben darübergeben.

**FISCH**

**Felchenfilets mit Kürbissauce**

**Zutaten für 4 Personen:**

600 g Felchenfilets allfällige Gräten mit einer Pinzette entfernen, bis zur Zubereitung kühl stellen.

Kürbissauce

1 El. Butter in der Pfanne warm werden lassen

1 Scharlotte, gehackt zugeben, dämpfen

400 g geschälter Kürbis in Schnitze schneiden, dünn hobeln, zugeben, zugedeckt kurz mitdämpfen.

2 dl Wasser

1 Gemüsebouillonwürfel zugeben, zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln, bis der Kürbis sehr weich ist. Dann mit der Flüssigkei im Mixer pürieren, in die Pfanne zurückgeben.

Pfeffer aus der Mühle

1 Messerspitz Muskat Sauce würzen, nur heiss werden lassen.

1 El. Butter vor dem Servieren darunterrühren.

**Fisch:**

Wasser so viel in eine weite Pfanne ( Bratpfanne ) füllen, dass es nachher nicht durch das Dämpfkörbchen dringt. Wasser aufkochen, Felchenfilets mit der Hautseite nach unten im gefetteten Dämpfkörbchen verteilen, dieses erst dann in die Pfanne stellen. Hitze reduzieren. wenig Salz Pfeffer aus der Mühle Filets sparsam würzen, Pfanne zudecken, Filets ohne zu wenden im Dampf 5-6 Minuten garen.

**Servieren:**

Etwas Sauce auf die vorgewärmten Teller verteilen, Felchenfilets mit der Haut nach unten darauf anrichten Restliche Sauce separat dazu servieren. Wildreis nach Angaben auf der Verpackung zubereiten.

Seezunge/Sole

1 Stück Seezunge ca. 400 g Pro Person

Pfeffer, Salz, Zitronensaft, Worcestershir, Mehl zum bestäuben.

Die ganze Seezunge wird zuerst gehäutet vom Schwanzzum Kopf. Mit der Schere wird der Kopf und die feinen Gräte abgeschnitten. Nun noch die Innereien gut auswaschen. Die Seezunge auf beiden Seiten mit den oben genannten Zutaten marinieren. Grillt man die Seezungen, werden sie mit dem Pinsel geölt. Für die Pfanne müssen sie gemehlt werden. Das Oel muss richtig heiss sein und es muss aufgepasst werden dass sie nicht ankleben.

Orecchiette del Pescatore

**Zutaten für 4 Personen .**

300 g Krevetten

2 El. Öl

3 - 4 Lorbeerblätter

5 Stk. Tomaten, enthäuten und entsamen

Je eine Prise Salz, Pfeffer und Thymian

300 g Orecchiette

1 Bund Petersilie

**Zubereitung :**

In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen, die Krevetten hineinschütten und im zugedeckten Topf kochen lassen. In einer Kasserolle 1 -2 El. Öl mit den Lorbeerblättern nicht zu stark erhitzen und die frischen geschälten und von den Samen befreiten Tomaten dazugeben. Solange rühren, bis die Tomaten zerkocht sind. Den Topf beiseite stellen und nun die Krevetten vorsichtig aus der Schale lösen, das Fleisch in die Tomatensauce geben und mit Salz und Thymian würzen. Sehr vorsichtig umrühren, damit die Krevetten nicht zerfallen. Inzwischen in reichlich Salzwasser die Orecchiette << al dente >> kochen, abgiessen

und behutsam unter die Sauce mischen. Die Kasserolle wieder auf dem heissen Herd stellen und die

Orecchiette mit der Sauce verrühren. Zum Schluss frischen schwarzen Pfeffer darübergeben und mit gehackter Petersilie servieren.

**Fischspiessli**

**Zutaten für 4 Personen:**

8 - 10 rohe Risencrevetten, geschält

400 gr Rotes Thonsteak

Marinade:

1 Tl Sojasauce

1 Tl Limes- oder Zitronendaft

1/2 El Senf

1 Messerspitze Curry

1 Messerspitze Pfeffer

1 Knoblauchzehe gepresst

1 El Oliveöl

Vorbereitung:

Alles in einer Schüssel gut verrühren, Crevetten und Fisch zugeben, mischen, ca. 15 Minuten marinieren.

Grillen:Crevetten und Fisch auf Metallspiesse aufreihen, kurz auf den heissen Grill legen. Anschliessend als Garnitur Zitronenschnitze an die Spiesse stecken

FISCHLASAGNE

**Zutaten für 6 Personen:**

**Zubereitungszeit:**

**1 Stunde 15 Minuten**

**Für den Nudelteig:**

150 g Mehl

50 g Hartweizengrieß

Salz

2 Eier

**Für die Füllung:**

2 große Möhren

1 dicke Lauchstange

Salz

300 g Seeteufelfilet (Lotte)

300 g Lachsfilet

200 g ausgelöste Garnelen

frisch gemahlener weißer Pfeffer

Saft von 1 Zitrone

**Für die Béchamelsauce:**

30 g Butter

30 g Mehl

1/ 8 l Milch

1/ 8 l Fischfond

1 EL Noilly Prat

Salz

frisch gemahlener weißer Pfeffer

3 Eigelb

3 Eiweiß

1 EL feingeschnittener Dill

**Außerdem:**

40 g Butter für die Form und zum Überbacken

**1**. Die angegebenen Zuaten zu einem glatten, elastischen Nudelteig verkneten, abdecken und 20

Minuten ruhen lassen.

**2.** Möhren schälen, von der Lauchstange die Wurzeln und das grüne Ende entfernen. Das Gemüse in feine Streifen schneiden, kurz in Salzwasser blanchieren und kalt abschrecken.

**3**. Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, in mundgerechte Stücke schneiden und mit den Garnelen vermischen. Salzen, pfeffern und mit Zitronensaft beträufeln. Den Backofen auf 180° C vorheizen.

**4.** Den Nudelteig dünn ausrollen und in neun gleichgroße rechteckige Stücke schneiden. Die Teigplatten nacheinander in reichlich kochendem Salzwasser in 2 bis 3 Minuten al dente kochen, dann kalt abschrecken.

**5.** Für die Sauce die Butter zerlassen, das Mehl hinein geben und unter Rühren aufschäumen lassen. Mit Milch und Fischfond aufgießen und unter Rühren einige Minuten kochen lassen. Mit Noilly Prat, Salz und Pfeffer abschmecken, von der Kochplatte nehmen und die Eigelb unterrühren. Das Eiweiß steif schlagen und mit dem Dill unter die Sauce ziehen.

**6**. Eine tiefe, rechteckige feuerfeste Form mit Butter ausfetten und mit drei Teigplatten auslegen. Mit einem Drittel der Sauce bestreichen und die Hälfte der Gemüsestreifen sowie der Fischmischung darauf verteilen. Dieser, Vorgang wiederholen, mit einer Nudelschicht abschließen. Die Nudeln mit Sauce bestreichen und mit Butterflöckchen belegen. Im Backofen 25 bis 30 Minuten goldbraun backen.

**Dorschfilet im Nussmantel**

2 Dorschfilets

1 EL Butter

1 EL Öl

1 Ei

1 EL Mehl

40 g Haselnussblättchen

Salz, Pfeffer

Zuerst den Fisch waschen, mit einem Küchentuch trocken tupfen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Die Butter zusammen mit dem Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen. Das Mehl in einen tiefen Teller geben und zum Panieren bereitstellen. Das Ei ebenfalls in einen tiefen Teller geben und gut verschlagen. Die Haselnussblättchen in einen dritten tiefen Teller geben und ebenfalls bereitstellen. Den Fisch dann

zuerst im Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und am Ende in den Haselnussplättchen wenden.

Den panierten Fisch dann in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun anbraten. Den Fisch auf den Tellern anrichten und sofort servieren..

**Gebratenes Forellen - Filet im Salatbett**

Zutaten Für 4 Portionen:

350 g Forellen - Filets

1 TI Korianderkörner

100 ml Traubenkernöl

1-2 EI Zitronensaft

Salz

1 Kopfsalat

150 g Brunnenkresse

250 g Kirschtomaten

1 Bund Kerbel

Sauce

2 Eigelb

1 TI Senf

120 ml Walnussöl

2 EI Weißweinessig

3 EI Fleischbrühe

40 g Schalottenwürfel

1 fein gewürfelte Knoblauchzehe

Salz, Pfeffer (a. d. Mühle)

1. Die Fischfilets in gleich große Stücke schneiden. Die Korianderkörner grob hacken und mit dem Traubenkernöl in eine feuerfeste Form geben. Fischfilets von beiden Seiten mit dem Zitronensaft beträufeln, salzen und mit der Hautseite nach oben in die Form legen.

2. Salat und Brunnenkresse putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Die Kirschtomaten halbieren. Die Kurbelblätter von den Stielen zupfen. Salat, Brunnenkresse, Kirschtomaten und Kerbel auf einer Platte anrichten.

3. Für die Sauce das Eigelb mit dem Senf verrühren. Langsam das Walnussöl einlaufen lassen. Essig, Fleischbrühe, Schalotten und Knoblauch unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce über den Salat träufeln und leicht durchmischen.

4. Die Forellenfilets Im vorgeheizten Backofen auf der 2. Leiste von unten einsetzen und unter dem Grill 3-5 Minuten gratinieren.

5. Den Fisch aus dem Ofen nehmen und vorsichtig die Haut abziehen. Die Filets in große Stücke teilen, auf dem Salat anrichten und warm servieren.

Zubereitungszeit: 1 Stunde

**Fischspiess mit Zitronen-Pfeffer-Marinade**

Zutaten für 4 Personen:

Metall- oder Holzspiesse  
600-700 g Hecht oder Zander, enthäutet, in ca. 2,5 cm grosse Würfel geschnitten  
2 Zitronen, in Schnitze geschnitten  
150 g Kefen  
 Bratcrème zum Bepinseln  
 Salz

Marinade:  
½ Zitrone, abgeriebene Schale und Saft  
2 TL f ein geriebener Ingwer  
½ TL gemahlener, weisser Pfeffer aus der Mühle  
½ TL Zucker  
2 EL Bratcrème

Zubereitung

1. Marinade: Alle Zutaten verrühren. Fischwürfel darin wenden. Zugedeckt 10-15 Minuten bei Raumtemperatur marinieren. Fischwürfel abtropfen lassen, mit Zitronenschnitzen und Kefen an Spiesse stecken. Zitronen und Kefen mit wenig Bratcrème bepinseln.
2. Spiesse in einer beschichteten Grill- oder Bratpfanne beidseitig je 2-3 Minuten braten, salzen. Während des Bratens 1-2-mal mit Marinade bestreichen.

Dazu passen ein Kefen-Tomaten-Salat und Baked potatoes mit Crème fraîche.  
Spiesse in einer Aluschale oder auf Alufolie über starker Glut beidseitig je 3-4 Minuten grillieren, salzen. Während des Grillierens 1-2-mal mit Marinade bestreichen.

Zubereitung: ca. 25 Minuten  
Marinieren: ca. 15 Minuten

**Forellenfilets mit Steinpilzsauce**

Zutaten für 6 Personen:

Steinpilzsauce:

Butter zum Dämpfen

1 Zwiebel, gehackt

1 Knoblauchzehe, gepresst

100 g getrocknete Steinpilze, in Wasser eingeweicht, abgetropft

1 Hand voll Petersilie, gehackt

1 TL Majoran, gehackt

1 TL Mehl

2 dl Steinpilzbouillon oder Fischfond

1 dl Halbrahm

Salz Pfeffer Paprika

**Forellenfilets:**

6 Forellenfilets à 100-150 g

Salz, Pfeffer Bratcrème

½ Zitrone, in Scheiben geschnitten

**Garnitur:**

restliche Zitrone

Majoran

**Zubereitung:**

Für die Sauce Zwiebel und Knoblauch in der Butter andämpfen, Steinpilze und Kräuter beifügen und mitdämpfen. Mit Mehl bestäuben, mischen. Mit Bouillon und Rahm ablöschen und leicht einkochen, würzen.

Forellenfilets würzen. Dämpfeinsatz oder Dämpfkörbchen mit Bratcrème bebuttern, Fische hineinlegen. Wenig Wasser und Zitronenscheiben in die passende Pfanne geben, aufkochen. Dämpfaufsatz aufsetzen oder Dämpfkörbchen hineinstellen. Bei mittlerer Hitze 4-6 Minuten im Dampf garen.

Fisch auf vorgewärmten Tellern anrichten, Sauce darüber verteilen.

Das Rezept ist als Vorspeise berechnet. Als Hauptgang kann pro Person eine ganze Forelle berechnet werden. Dafür die Steinpilzsauce gut einkochen und ins Innere der küchenfertig vorbereiteten Fische füllen.

Gefüllte Fische wie beschrieben 15-20 Minuten im Dampf garen oder auf dem Grill zubereiten.

Passt zu Blattspinat oder Mangold.

**Forellenfilets mit frischen Kräutern**

Zutaten für 4 Portionen

1 Bund gemischte Kräuter z. B. Petersilie, Basilikum

1 Bund Schnittlauch

1 Schalotte

2 EL Butter

1 dl Fischfond

1 Bio-Zitrone

Salz

Pfeffer

8 Forellenfilets z.  B. Lachsforellenfilets, à ca. 80 g

1 EL Bratbutter

**Zubereitung**

1.Einige Kräuter für die Garnitur beiseite legen, Rest fein hacken. Schalotte hacken. Mit den Kräutern in Butter andünsten. Mit Fond ablöschen. Zitrone längs halbieren. Eine Hälfte auspressen. Sauce mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

2.Fischfilets mit kaltem Wasser abspülen und trockentupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit wenig Zitronensaft beträufeln.

3.Filets in einer Bratpfanne in Bratbutter bei mittlerer Hitze zuerst auf der Hautseite 2 Minuten braten. Dann wenden und 3–4 Minuten fertig braten.

4.Forellenfilets herausheben. Auf Tellern anrichten. Mit Kräutersauce begiessen. Restliche Zitronenhälfte vierteln. Fische mit Kräutern und Zitronenschnitzen garnieren.

**Fischfilests gratiniert nach Florentiner Art**

1 Teller gekochter,gehackter Restspinat

6-8 gesalzene Filets

1 Tasse weisse Sauce

1 Teller Restkartoffelstock

2 El. Reibkäse

1 Butterflöcklein

Der Spinat wird in eine gebutterte , wenn möglich längliche Gratinform gefüllt und die Fischfilets daraufgelegt. Man übergiesse mit weisser Sauce, garnire den Rand nit dem Restkartoffelstock (Spritzsack ) und bestreue mit Käse und Butterflöcklein.

Der Gratin wird ca. 20 Minuten überbacken ( altes Rezept um 1920)

**GEFLÜGEL**

**Coq au vin**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 frisches Poulet ( 1,4 kg )

4 1/2 dl Beaujolais

2 El. Butter

80 g Speckstreifen

1 Karotte

12 Perlzwiebeln

1 Lorbeerblatt

100 g frische Champignons

1 Zweig Sellerikraut

1 Büschel Petersilie

2 El. Thymian

1 Knoblauchzehe

1 dl Hühnerbouillon

3 El. Cognac

40 g Butter

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

**Zubereitung:**

Das Poulet in 8 Stücke teilen. Die Pouletstücke in Butter anbraten, dann aus der Kasserolle nehmen.

Speckstreifen, Perlzwiebeln und geviertelte Champignons im Bratfond anziehen lassen. Nach 5 Minuten herausnehmen. Das Fleisch wieder in die Pfanne geben. Mit der Hälfte des Weines ablöschen, Karottenscheiben, Sellerie, Petersilie, Lorbeerblatt, Thymian und durchgepresste Knoblauch zufügen. Ungedeckt 10 Minuten köcheln lassen. Bouillon zugeben und zugedeckt 20 Minuten schmoren lassen. Speck, Perlzwiebeln und Champignons beifügen. 10 Minuten mitkochen. Die Pouletstücke herausnehmen und warmstellen. Den restlichen Wein zur Sauce geben und bis zur Hälfte einkochen lassen. Mit Cognac, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Etwas einkochen lassen. Frische Butter klein schneiden und unter die Sauce rühren. Über das Fleisch anrichten.

**Poulet ( Schweinefleisch ) Süss – Sauer**

**Zutaten für 4 Personen:**

**Sauce:**

1 El Oel

1 grüne Peperoni, entkernen und in 1 cm grosse Quadrate schneiden

1 Karotte, in 2 cm lange Streifen schneiden

1/8 l Hühnerbrühe

60 g Zucker

4 El. roter Weinessig

1 Tl. Sojasauce

2 Scheiben Ananas , in Würfel geschnitten

50 g Bambusstreifen

1 El. Stärkemehl, in 2 El Wasser aufgelöst

2 El. Tomatenpuree

**Zubereitung:**

Das Oel in einer Stielpfanne von mind. 25 cm Durchmesser erhitzen. Peperoni, Karotten, Bambus und Tomatenpuree kurz andünsten. Mit der Hühnerbrühe ablöschen. Zucker, Essig, Sojasauce und Ananas beifügen und aufkochen. Die Stärkemehllösung schnell aufrühren und in die Pfanne giessen. Die Sauce leicht weiter kochen lassen, bis sie dick und klar ist. Inzwischen bereiten wir das Fleisch vor.

**Zutaten:**

1/2 kg Pouletfleisch ( Brust ) oder Schweinefleisch

1 Ei

2 Tl. Salz

25 g Stärkemehl

25 g Mehl

2 Tl. Currypulver

1/4 Tasse Hühnerbrühe

3/4 l Erdnussoel

**Zubereitung:**

Das Pouletfleisch in 2 cm grosse Würfel schneiden. Mehl, Stärkemehl, Salz, Ei, Currypulver und

Hühnerbrühe in eine Schüssel geben und gut vermischen. Nun fügen wir das Fleisch bei und vermischen alles noch einmal. Das Oel erhitzen bis es zu rauchen beginnt, und dann die Fleischwürfel einzeln ins Oel geben. Wenn sie goldgelb sind herausnehmen, gut abtropfen lassen und in einer Schüssel warm stellen. Sind alle Fleischwürfel gebacken, geben wir sie in die Sauce und kochen alles noch einmal auf. Sofort servieren.

**Hühnerbrust mit Kartoffeln und Currysauce**

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Hühnerbrustfilet

4 mittelgrosse Kartoffeln

2 mittelgrosse Zwiebeln

1 Dose Kokosmilch ( 400 ml )

3 El. Massaman-Curry-Paste

4 El. Palmzucker oder brauner Zucker

4 El. Fischsauce

2 El. Zitronensaft

3 El. geröstete Erdnüsse

1 Lorberblatt

**Zubereitung:**

Das Fleisch von Fett und Sehnen befreien und in gulaschgrosse Würfel schneiden. Die Kartoffeln

schälen und vierteln. Die Zwiebeln schälen und halbieren. Von dem dicken Teil der Kokosmilch 5 Esslöffel in einen grossen Topf geben und aufkochen lassen. Die Curry-Paste einrühren und etwa 1 Minute kochen lassen. Das Hühnerfleisch, den Rest der Kokosmilch, den Palm- oder braunen Zucker, die Fischsauce, den Zitronensaft, die Erdnüsse, das Lorbeerblatt, die Kartoffeln, die Zwiebeln, 1/2 Liter Wasser hinzufügen und 40 Minuten köcheln lassen. Das Lorbeerblatt herausfischen und das Currygericht servieren.

Gefüllte Ente

**Zutaten für 4 Personen :**

1 ausgenommene Ente ( mit Herz und Leber )

Salz und Pfeffer

1 El. Butter

4 Brötchen

1 Eigelb

2 Eier

125 g süsse Sahne

125 g saure Sahne

1 unbehandelte Zitrone ( abgeriebene Schale davon )

2 El. Parmesan

etwas Hühnerbrühe oder Wasser

1 Packung tiefgekühltes Weisskraut

50 g Speck

**Zubereitung :**

Die Ente waschen, mit Küchenpapier trockentupfen und aussen sowie innen salzen und pfeffern. Herz und Leber klein hacken, kurz in der Butter anschwitzen und mit den grob geschnittenen Brötchen, Eigelb, Eiern, süsser und saurer Sahne, Zitronenschale und Parmesan gründlich vermengen. die Füllung salzen, pfeffern und etwas ziehen lassen. Die Ente damit füllen und die Öffnung am Rücken entweder mit Zahnstochern zustecken oder vernähen.

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Ente in die Bratpfanne setzen, etwas Hühnerbrühe oder Wasser

zugiessen und die Ente unter gelegentlichem Übergiessen mit Wasser oder Eigensaft etwa 75 Minuten braten, bis beim Anstechen der Keule kein roter Bratensaft mehr austritt. Ente vor dem Tranchieren noch kurz im offenen Backofen stehen lassen. Inzwischen das tiefgekühlte Weisskraut nach Packungsanleitung zubereiten. Speck in einer Pfanne auslassen, unter das Kraut mischen. Ente zerteilen und mit dem Speckkraut servieren.

**Entenragout**

**Zutaten für 4 Personen:**

**Vorbereiten:** Ofen auf 60°C vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

3 Entenbrüstli( ca. 800 g )

Fettschicht ablösen und kreuzweise einschneden. Fleisch in ca. 3 cm grosse Würfel schneiden.Fettschicht in einer Bratpfanne erhitzen, bis sich ca. 1 Esslöffel flüssiges Fett gebildet hat, Fettstücke entfernen. Fleisch portionenweise ca. 3 Min. braten, herausehmen, Hitze reduzieren

3/4 Tl. Salz

1 Tl. gefriergetrocknete rosaPfefferkörner**,** zerdrückt würzen, warm stellen. Bratfett mit

Haushaltpapier auftupfen

2 dl Fertig - Wildfond

1dl Rotwein**,** z.B. Merlot dazugiessen, Bratsatz lösen, aufkochen, auf ca. die Hälfte einko- chen, absieben, in die Pfanne zurückgiessen

200 g Johannisbeeren**,** abgezupft kurz vor dem servieren mit dem Fleisch beigeben,

nur noch heiss werden lassen

**Tonvogel**

**Zutaten für 2-3 Personen**

1 Poulet

Salz, Pfeffer, Paprika

1 Kopfsalat

2 Bund Frühlingszwiebeln

300 g Frühkartoffeln

1 Bund Thymian

2,2 Kg Ton

1 Trinkhalm

1 leere Weinflasche

**Zubereitung:**

Poulet innen und aussen sehr gut würzen. Bund Zwiebeln und Kartoffeln salzen, pfeffern, mit Paprika bestäub und samt Thymian ins Poulet geben. Poulet in Salatblätter einschlagen. Ton mit Handpalle zu Grossen Fladen drücken oder mit Flasche auswallen. Poulet auflegen, sehr locker mit Ton einschlagen. Naht mit Wasser gut verstreichen. Oben mit Trinkhalm Löcher stechen. Tonvogel in Mulde mit viel Glut legen und mit Glut bedecken. Darin ca. 2 Stunden garen. Tonmantel mit Stein aufschlagen, Salat entfernen.

**Puten - Gemüse - Spieße vom Grill**

**Zutaten für 7 Portion:**

800 g Putensteak

2 Stk. weiße Zwiebeln

2 Stk. große Zucchini

2 Stk. Paprikaschoten

etwas Salz, Pfeffer, Paprika, Curry, italienische Gewürze

etwas Olivenöl

7 Stk. Spieße

Zuerst das Putensteak etwas abwaschen und trocken tupfen. Dann die Putensteaks in kleine Stücke schneiden (etwa 4 cm). Im Anschluss Olivenöl und die Gewürze darüber geben, gut durchmischen und zur Seite stellen.

Die Zwiebeln schälen, zuerst halbieren und jeweils die Hälften nochmals vierteln. So kann man die Zwiebeln am Besten aufspießen. Nun die Zucchini waschen und in etwa 3 cm dicke Scheiben schneiden. Zum Schluss die Paprikaschoten waschen und ebenfalls in kleine quadrate schneiden.

Nun kann das aufspießen beginnen :-) Einfach abwechselnd das Gemüse und das Fleisch aufspießen. Im Anschlus (je nach Grill) für etwa 15 Minuten auf den Grill legen.

**Zubereitungszeit:**

ca. 15 Minuten

**SCHWEIN**

**Schweinspiccata nach Mailänder Art**

**Zutaten für 5 Personen:**

10 Schweinsschnitzel vom Nierstück a 70 g

2 ganze Eier

50 g Parmesan

etwas Mehl

Gewürze

Oel und Butter zum braten

Die Schnitzel würzen und im Mehl wenden.Aus den Eiern dem Parmesan und dem Mehl eine Masse herstellen, in der wir die bemehlten Schnitzel wenden und im Butter goldgelb braten.

**Garnitur Mailänder Art für 5 Personen:**

100 g frische Champignons in Scheiben geschnitten

150 g Schinken in feine Streifen geschnitten

Alles zusammen anbraten und über die angerichteten Schnitzel geben, mit Petersilie garnieren.

Schweinssteak im Teig

**Zutaten für ca. 4 Personen**

Fleisch:

4 Schweinssteaks, je 150 g schwer

1/2 Tl. Salz

Pfeffer, frisch gemahlen darüberstreuen

2 El. Sais Pflanzenöl in der Bratpfanne erhitzen, Fleisch beidseitig rasch anbraten, heraus- nehmen, erkalten lassen.

Füllung:

50-75 g Specktranchen sehr fein schneiden, leicht anbraten

2 Äpfel, klein gewürfelt beigeben, 2 Minuten mitdämpfen

1 El. Weisswein darübergeben, einkochen lassen, herausnehmen, erkalten lassen.

Formen:

4 grosse, dünne Tranchen Schinken oder Rohschinken auf dem Tisch oder einem Brett auslegen, Schweinssteak darauflegen, Füllung darüber verteilen, Steaks in den Schinken einschlagen 300-400 g Blätterteig 2 mm dick auswallen, in 4 gleich grosse Rechtecke schneiden, Steaks darauf legen Eiweiss Teigrand damit bepinseln, Steaks einpacken auf ein Blech geben Eigelb Teig bestreichen und nach Belieben mit Teigresten garnieren.

Backen:

15-20 Minuten bei sehr guter Hitze (250°) in der Mitte des vorgeheizten Ofens.

**Geschnetzeltes mit Gemüse**

**Zutaten für 4 Personen:**

3 Zwiebeln

2 Rüebli

100 g Speckwürfeli

400 g geschnetzeltes Schweinefleisch

Öl oder Bratbutter

1 dl Bier oder Weisswein

2-3 dl Fleischbouillon

2 El. milder Senf

1 Pfeffer- Boursin ( 150 g )

**Zubereitung:**

Speckwürfeli ohne Fett in der Bratpfanne anbraten. Herausnehmen, in eine Schüssel geben.

Fleisch mit Haushaltpapier trocknen. Im Speckfett portionenweise anbraten. Erst wenden, wenn sich eine Kruste gebildet hat. Herausnehmen, zum Speck geben, zugedeckt zur Seite stellen.

Hitze reduzieren. Wenig Öl oder Bratbutter warm werden lassen. Das vorbereitete Gemüse andämpfen, mit Bier oder Wein ablöschen, zur Hälfte einkochen. Bouillon zugiessen und zugedeckt auf kleinem Feuer ca. 6 Minuten weich dämpfen. Eventuell wenig Bouillon nach giessen. senf und Boursin darunter rühren. Fleisch zugeben, nur heiss werden lassen, anrichten.

Schweinemedaillons im Röstimantel

**Zutaten für 4 Personen:**

4 grosse Kartoffeln ( festkochend )

8 100g Schweinemedaillons

Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

3 El. Pflanzenöl

Die Kartoffeln schälen und in sehr dünne Scheiben hobeln. Die Scheiben anschliessend in dünne Stifte schneiden und diese in eine Schüssel mit Wasser geben. ( Die Kartoffelstifte sollten nicht mehr als Streichholzdicke haben. ) Die Schweinemedaillons mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffelstifte aus dem Wasser nehmen, mit Küchenpapier gut trockentupfen und eine etwa halbfingerdicke Schicht auf jedes Medaillon geben und leicht andrücken.

Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, die Schweinemedaillons mit der Röstiseite ins heisse Öl geben und so lange braten, bis die Kartoffelstifte eine schöne, goldbraune Farbe haben.

Die Schweinemedaillons mit einer Palette vorsichtig umdrehen und von der anderen Seite noch etwa 5 Minuten braten.

**Tösstaler Sunntigsbroote**

**Zutaten: für 6 Personen:**

1 kg magerer Schweinshals oder Kotlettstück

Salz, Pfeffer, Majoran, Thymian

4 EL. Senf

4 EL. eingesottene Butter

3 dl saurer Most ( Sauergrauech ) oder Weisswein

2 dl Bouillon

5 Rüebli, grob geschnitten

2 Zwiebeln, grob geschnitten

1 kg Kartoffeln ( wenn möglich neue )

Zubereitung:

Fleisch mit Pfeffer bestreuen und mit Senf einstreichen. 2 EL. Butter in einen Bräter geben. Im Backofen erhitzen. Fleisch zugeben und bei 240C° allseitig gut anbraten. Salz, Majoran, Thymian und sauren Most oder Weisswein beifügen. Hitze auf 200° reduzieren. Fleisch immer wieder begiessen. Bouillon nach und nach zufügen. Nach 40 Min. Rüebli und Zwiebeln zugeben. Weitere 40 Min. schmoren lassen. Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden, halb weich kochen ( neue Kartoffeln nicht schälen, nur gut bürsten ). In der restlichen Butter goldgelb braten. 5 Min. vor dem Anrichten zum Fleisch geben und mit dem Bratfond begiessen.

Filet-Pfanne

**Zutaten für 4 Personen:**

1 Schweinefilet ca. 500-600 g

1 El. Senf

1 Prise Rosmarin

1 Prise Thymian

1 Msp. Curry

1 Msp. Pfeffer

1/2 Tl. Salz

100 g Rohschinken

1 rote, grüne und gelbe Peperoni

100 g Champignon geschnitten

1/2 Zitrone, ( Saft )

1 Tl. Streuwürze

1El. Sherry

1 Dose Maiskörner

Salz und Pfeffer

Mit Senf, Rosmarin, Thymian, Curry, Pfeffer und Salz eine Marinade mischen, und das Filet rundum bestreichen. Zugedeckt kurz marinieren. Den Rohschinken in Rollen drehen. Die Peperoni in breite Streifen schneiden.

In einer Bratpfanne das Filet anbraten. Den Rohschinken kurz mitbraten und wieder beiseite legen.

Nach ca. 10 Min. die Peperoni zum Fleisch geben, die Hitze reduzieren. Die Champignons, Zitronensaft, Streuwürze und Sherry mischen und dem Filet beigeben. Die Maiskörner dazugeben und nochmals 10 Min. leise kochen lassen.

Mit Salz und Pfeffer würzen und alles zugedeckt heiss werden lassen. Das Filet in 2 cm breite Stücke schneiden, mit dem Gemüse anrichten und den Rohschinken beifügen und sofort servieren.

**Gefülltes Scheins - Steak**

**Zutaten für 4 Portionen:**

100 g frische, oder gefrorene Pilze

1 kleine Zwiebel

50 g mageren Speck

1 EL Sojaöl

etwas Salz und schwarzen Pfeffer

1 EL gehackte Petersilie

1 Tl gehackten Thymian

1 TL gehackten Estragon

4 dicke Schweinehals - Steaks a ca. 150 g

1 EL Sojaöl zum Bestreichen

So wird's gemacht:

1. Die Pilze kurz waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden.

2. Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Den Speck ebenfalls klein würfeln.

3. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Speck- sowie die Zwiebelwürfel darin etwa 5 Minuten bei milder Hitze dünsten Die Pfifferlinge, etwas Salz und Pfeffer und die gehackten Kräuter dazugeben. Alles etwa 5 Minuten zugedeckt dünsten.

4. Die Steaks waschen und trocken tupfen. In die Fleischscheiben jeweils seitlich eine tiefe Tasche schneiden und die Pilzmischung mit einem kleinen Löffel hinein füllen. Die Öffnungen mit Holzzahnstochern zustecken.

5. Die Steaks mit dem Sojaöl bestreichen und von jeder Seite etwa 6 Minuten grillen.

**Stunggis**

**(Schweinefleisch-Gemüse-Eintopf aus der Innerschweiz)**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 Esslöffel Öl oder Bratbutter im Brattopf heiss werden lassen

600 gr Schweinsvoressen

3/4 Teelöffel Salz

Pfeffer aus der Mühle Fleisch würzen, ringsum anbraten

1 Zwiebel in groben Stücken

500 gr. Gemüse je nach Saison

zb. Wirz, Lauch, Kohlrabi etc. in gleichmässige Stücke schneiden, beigeben

4 dl Fleischbouillon beigeben, aufkochen, 1h auf ganz kleinem Feuer zugedeckt köcheln

500 gr. Kartoffeln, in Würfeln

Salz, nach Bedarf

Pfeffer aus der Mühle beigeben, nochmals 30-40 Min. zugedeckt köcheln

Servieren:

Auf vorgewärmeter Platte anrichten oder gleich im Topf auf den Tisch bringen.

**LAMM**

**Schaschlyk**

**GEORGISCHE LAMMSPIESSE**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 extra große Zwiebel, geschält und feingerieben

1 EL frischer Zitronensaft

1 EL Olivenöl

1 TL Salz

1/4 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 kg Lammfleisch von Schulter oder Keule, ohne Knochen, von überflüs - sigem Fett befreit und in 3 bis 4 cm große Würfel geschnitten

2 große Zwiebeln, in 2 cm dicke Stücke geschnitten

GARNIERUNG

2 große reife Tomaten, in Achtel geschnitten

10 Frühlingszwiebeln, geputzt

1 Zitrone, geviertelt

In einer großen Schüssel geriebene Zwiebel, Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer kräftig schlagen. Das Fleisch dazugeben und mindestens 3 Stunden bei Zimmertemperatur marinieren. Die Würfel etwa jede Stunde in der Marinade wenden, damit sie gut befeuchtet bleiben.

Eine Schicht Holzkohle in einem offenem Grill anzünden und so lange brennen lassen, bis sich an der Oberfläche weiße Asche bildet; oder einen Elektrogrill auf höchster Temperaturstufe vorheizen.

Die Lammfleischwürfel abwechselnd mit den Zwiebelstücken dicht nebeneinander auf 4 lange Spieße stecken und fest zusammenschieben. 10 Zentimeter von der Wärmequelle entfernt grillen und dabei die Spieße gelegentlich wenden, bis das Fleisch dem persönlichen Geschmack entsprechend durchgebraten ist und die Zwiebeln braun sind. Soll das Fleisch innen rosig bleiben, 10 Minuten grillen; soll es gut durchgebraten sein, was der georgischen Küche eher entspricht, 15 Minuten grillen. Lammfleisch und Zwiebeln von den Spießen auf vorgewärmte Teller streifen und mit den rohen Tomaten, Frühlingszwiebeln und Zitronenvierteln servieren.

**Usbek Palow**

**REISPILAW MIT LAMMFLEISCH UND GEMÜSE**

**Zutaten für 6 Personen:**

4 EL Pflanzenöl

500 g Lamm- oder Hammelschulter ohne Knochen, in 3 cm große Würfel geschnitten

3 extra große Mohrrüben, geputzt und in 5 cm breite sowie 5 cm lange Streifen ge- schnitten

425 g Zwiebeln, geschält und in 1/2 cm breite sowie 5 cm lange Streifen geschnitten

600 g weißer Langkornreis

2 TL Salz

1/2 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 1/2 l kaltes Wasser

Das Öl in einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser auf starker Temperatur erhitzen, bis sich leichter Rauch darüber bildet. Die FIeischwürfel hineingeben und 5 bis 8 Minuten unter ständigem Wenden braten, bis sie von allen Seiten leicht und gleichmäßig gebräunt sind. Die Würfel mit einem Schaumlöffel in eine schwere, 4 l fassende Kasserolle legen.

Zu dem in der Pfanne verbliebenen Fett die Mohrrüben und 375 g Zwiebeln geben und unter häufigem Rühren auf Mittelhitze garen, bis das Gemüse weich, aber noch nicht braun ist. Dann den Reis hineingeben. auf schwache Temperatur herunterschalten und 2 Minuten ständig rühren, bis der Reis etwas milchig wird und völlig mit Öl überzogen ist. Den Inhalt der Pfanne mit einem Gummispachtel in die Kasserolle zu dem Fleisch schaben und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Leicht wälzen, um die Zutaten zu vermischen, dann 1 1/2 l Wasser hineingießen und auf großer Hitze zum Kochen bringen. Auf niedrige Temperatur stellen. die Kasserolle zudecken und 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis weich ist und fast die gesamte Kochflüssigkeit aufgesogen hat. Abschmecken. Das Reisgericht in eine Servierschüssel oder auf eine tiefe Platte geben und die restlichen Zwiebelstreifen darüberstreuen. Sofort servieren und nach Belieben flache Zwiebelbrote dazu reichen.

**KALB**

**Zürcher Geschnetzeltes**

**Zutaten für 4 Personen:**

400 g Kalbfleisch

200 g Kalbsleberli

Öl / Bratbutter

1/2 Tl. Salz

Pfeffer aus der Mühle

1 El. Mehl

**Sauce:**

1 El. Margarine / Butter

1/2 Zwiebel fein gehackt

200 g Champignon in Scheiben

1 Tl. Zitronensaft

1 dl Weisswein

1 dl Fleischbouilon

2 dl Rahm

1 El. Maizena

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Bund Petersilie fein gehackt

Kalbfleisch / Kalbsleber von Hand schnetzeln. Salz, Pfeffer, Streuwürze und Mehl mischen, das Fleisch damit bestreuen, das Fleisch in Bratbutter ganz kurz anbraten und in vorgewärmter Schüssel im auf 60°C vorgeheizten Ofen warm stellen.

**Sauce:**

1 El. Butter oder Margarine in derselben Pfanne warm werden lassen, die gehackte Zwiebel beigeben und andämpfen, Champignons und 1 Tl. Zitronensaft zu den Zwiebeln geben und mitdämpfen, 1 dl Weisswein dazu giessen und auf die Hälfte einkochen. 1 dl Fleischbouillon, 2 dl Rahm, 1 El. Maizena im Messbecher mischen und beigeben, kurz kochen, Fleisch beigeben und erwärmen.

Mit wenig Salz, Pfeffer abwürzen und mit fein gehackter Petersilie bestreuen.

Cordon bleu

**Zutaten für 4 Personen:**

8 sehr dünne Kalbsplätzli

Pfeffer, Salz, Tomatenketchup

4 Scheiben Schinken

4 Scheiben Käse

etwas Mehl

1 Ei

1 Zitrone

etwas Paniermehl

Bratfett

**Zubereitung:**

Kalbsplätzli leicht klopfen, pfeffern und salzen, auf einer Seite dünn mit Ketchup bestreichen. Je eine Käsescheibe mit einer Schinkenscheibe umhüllen und zwischen zwei Kalbsplätzli legen ( Ketchupseite innen ), mit Zahnstocher zusammenhalten.

Die Cordon bleu in Mehl, verquirltem Ei und Paniermehl panieren, in der Pfanne in heissem Fett von beiden Seiten goldbraun braten.

Piccata milanese

**Zutaten für 10 Personen:**

1,2 Kg Kalbsfilet, dressiert

10 g Fleisch Gewürzsalzmischung

50 g Weissmehl

4 Eier

100 g Parmesan, gerieben

100 g Bratbutter

**Zubereitung :**

- Vom Kalbsfilet kleine Schnitzel von etwa 40 g schneiden und leicht klopfen.

- Eier aufschlagen und mit dem Parmesan vermischen.

- Schnitzel würzen, leicht mehlen und in der Käsemasse wenden.

- In erhitzter Butter beidseitig goldgelb sautieren, herausnehmen und anrichten.

**Zürcher Ratsherrentopf**

**Zutaten für 4 Personen:**

ca. 160 g Rindsfilet, in 4 Tranchen

ca. 120 g Kalbsfilet, in 4 Tranchen

ca. 100 g Kalbsleber, in 4 Stücken

ca. 100 g Kalbsniere, in 4 Tranchen

300 g Rüebli in Stäbli geschnitten

300 g Erbsli, ausgelöst

500 g Kartoffeln in Vierteln

1 dl Weisswein

Margarine

Salz

Pfeffer

Margarine in einer Pfanne warm werden lassen. 1/2 Tl. Salz, 2 El. Wasser und Rüebli beigeben und zugedeckt auf ganz kleinem Feuer ca. 15 Minuten knapp weich dämpfen. Erbsli unter die Rüebli mischen, einige Minuten mitdämpfen.

Das Gemüse zugedeckt in der Pfanne im auf 60° vorgeheizten Ofen warmstellen. 2 El. Oel in der Bratpfanne heiss werden lassen. Die Kartoffeln beigeben, auf kleinem Feuer, anfangs zugedeckt, dann offen, unter häufigem Wenden ca. 10 -15 Minuten knusprig braten. Kartoffeln mit 1/2 Tl. Salz würzen, ebenfalls im Ofen - nicht zugedeckt - warm stellen.

Oel in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Filet - tranchen mit wenig Salz und Pfeffer würzen, kurz beidseitig anbraten, im Ofen, nicht zugedeckt, warm stellen. 1 El. Margarine in derselben Pfanne warm werden lassen. Kalbsleber und Kalbsnieren mit wenig Salz und Pfeffer würzen, und auf kleinerem Feuer braten, und zum Fleisch legen. Bratfett mit Haushaltspapier auftupfen. 1 dl Weisswein im Bratsatz auflösen, etwas einkochen.

**Servieren:**

Gemüse und Kartoffeln anrichten, Fleisch dazulegen und mit Jus begiessen. Sofort servieren.

**Kalbsfilet mit Kräuterkruste**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 kg Kalbsfilet

Salz, Pfeffer

3 El. Süßen Senf

2 El. Öl

6 El. Butter

1 dl Sahne

je 1 Bund Petersilie, Schnittlauch, Saueramp,Kerbel

1 kg Spargel

1 Tl. Zucker

600 g neue Kartoffeln

einige Blättchen Basilikum

30 g Mandelblättchen

**Zubereitung:**

Kalbsfilet mit Salz und Pfeffer einreiben und mit 2 El Senf bestreichen. Öl und 2 El Butter in einer Pfannen erhitzen und das Filet von allen Seiten anbraten. In eine Bratenform legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Grad ca. 35 Minuten garen. Anschließend in Alufolie verpacken und warmhalten. Bratensatz mit Sahne aufgießen und etwas einkochen lassen.

Nochmals abschmecken. In der Zwischenzeit Kräuter waschen und fein hacken. Spargel schälen und in kochendes Salzwasser legen, Zucker zugeben und bei geringer Hitze ca. 20 Minuten garen. 2 El Butter in einem Topf erhitzen, die abgetropften Spargelstangen darin wenden. Kartoffeln gut waschen und abbürsten, mit Schale in Salzwasser ca. 20 - 25 Minuten garen. Restliche Butter in einer Pfanne schmelzen, Kartoffeln kurz darin braten. Mit Salz und in Streifen geschnittenen Basilikumblättchen würzen. Kalbsfilet aus der Folie nehmen und mit restlichem Senf bestreichen. Kräuter darüber streuen und etwas andrücken. Fleisch in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Spargel und Kartoffeln auf einer Platte anrichten. Spargel mit Mandelblättchen bestreuen. Die Sauce dazu servieren.

Garzeit ca. 40 Minuten

Vorbereitungszeit ca. 35 Minuten

Kalbskotelett mit Steinpilzen und Speck

**Zutaten für 4 Personen:**

4 Kalbskoteletts, 2 cm dick

4 Salz

4 frisch gemahlener Pfeffer

3 EL Öl

4 frische Steinpilze

100 g Frühstücksspeck

2 Schalotten

2 Knoblauchzehen

1/2 Bund frisches Basilikum

50 ml Weißwein

Die Kalbskoteletts kurz unter kaltem Wasser abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Koteletts auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer einreiben, mit etwas Öl bepinseln und kurz durchziehen lassen. Inzwischen die Steinpilze putzen und grob hacken. Den Frühstücksspeck in schmale Streifen schneiden. Die Schalotten und die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Das Basilikum waschen trocken schütteln und hacken. Das restliche Öl in einer großen Eisenpfanne erhitzen und die Kalbskoteletts darin auf beiden Seiten je 6 Minuten goldbraun braten. Dann die Koteletts herausheben und warm stellen. Den Frühstücksspeck in die Pfanne geben und auslassen. Schalotten und Knoblauch zufügen und glasig dünsten. Die Steinpilze zugeben und kurz anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen, das Basilikum unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Bei kleiner Hitze unter Rühren so lange schmoren, bis die Flüssigkeit fast eingekocht ist. Die Kalbskoteletts auf vorgewärmten Tellern anrichten, das Steinpilzgemüse darüber verteilen und sofort servieren.

Escalope au fromage

**Zutaten für 4 Personen:**

1 El. Butter

4 grosse Kalbsschnitzel

4 halbe Scheibe Schinken

4 Scheiben Walliser Bergkäse

1 1/2 l Fendant

Salz, Pfeffer und Butter für die Form

**Zubereitung:**

Butter schmelzen lassen und die gewürzten Schnitzel darin beidseitig goldbraun braten. Das Fleisch aus der Bratpfanne nehmen und in gebutterter Auflaufform anordnen. Schnitzel mit Schinken belegen und mit einer Scheibe Käse abdecken. Im gut vorgeheizten Backofen überbacken, bis der Käse geschmolzen ist. Inzwischen den Bratenfond mit Weisswein aufkochen, eindicken lassen und über das Fleisch geben. Vor dem Servieren den Käse mit Pfeffer bestreuen.

Tagliatelle mit Kalbsleber

**Zutaten für 4 Personen:**

400 g Tagliatelle

150 g Kalbsleber

2 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

200 g Pelati

Parmesan

Die Kalbsleber würzen und kurz anbraten. Danach beiseite stellen. Zwiebeln und Knoblauch hacken

und in der Pfanne andünsten. Pelati dazugeben und aufkochen. Dazwischen die Tagliatelle kochen.

Die Kalbsleber zu den Zwiebeln, Knoblauch und Pelati in die Pfanne geben und umrühren.Nach bedarf Parmesan dazugeben und würzen.

Die Tagliatelle abschütten und in eine Platte anrichten, die Sauce mit der Kalbsleber darüber giessen mit Basilikum dekorieren und servieren.

Gebratene Leber nach Albanischer Art

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Kalbs - oder Lammleber

4-5 Zwiebeln

100 g Mehl, gehackte Petersilie, scharfes Paprikapulver, Sumak

reichlich Öl zum ausbacken

Die Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden, mit Salz bestreuen und 10 Minuten stehen lassen. Anschliessend mit der Hand durchkneten und ausdrücken, gut waschen und abtropfen lassen.

Leber waschen und in kleine Stücke schneiden, das Mehl mit Salz vermischen und die Leber darin wenden. Öl in der Pfanne erhitzen und die Leber darin braten bis sie von allen Seiten gut gebräunt ist. Pfanne dabei bewegen, dass die Leber nicht anbrennt. Leber mit einem Schaumlöffel aus der Pfanne nehmen. Zwiebelscheiben, Paprikapulver, sumak und Petersilie vermischen und diese Mischung über der Leber verteilen. Sumak, das sind die gemahlenen Früchte des Färberbaumes. Sie enthalten viel Gerbsäure, dadurch hat das Gewürz einen scharfen, säuerlichen Geschmack.

**Grillspieße Saltimbocca**

**Zutaten für 4 Portionen:**

4 kleine Kalbsschnitzel

Salz

Pfeffer

12 Blätter Salbei

4 Scheiben Parmaschinken

Die Schnitzel ganz dünn klopfen, mit Salz (sparsam) und Pfeffer würzen. Je 3 Salbeiblätter auf ein Schnitzel geben. Auf jedes Schnitzel eine Scheibe Parmaschinken geben. Die Schnitzel fest aufrollen.

Die Schnitzelröllchen hintereinander legen und 4 Schaschlikspieße nebeneinander durch alle 4 Röllchen stecken. Dann zwischen den Spießen durchschneiden.

Bei mittlerer Hitze etwa 8 Minuten grillen.

Das schmeckt auch sehr gut mit Minutensteaks vom Schwein.

Arbeitszeit:

ca. 15 Min.

**RIND**

**Filet Gulasch Stroganoff**

Die Zutaten für Gulasch Stroganoff werden nicht bemessen. das heisst dass die Sauce nach belieben damit bereichert werden kann. Das folgende Rezept ist ein geheim Rezept von Dani Zurbuchen, doch wenn man ihm aufmerksam zuschaut gelingt es auch Zuhause.

Pro Person:

150 g Rinds, Kalbs oder Schweinefilet.

Beim klassischen Stroganoff darf nur Rindsfilet verwendet werden.

-Pfeffer aus der Mühle

-Butter und Öl

-Zwiebeln

-Essig-Gurkenstreifen

-Champignons, Steinpilze

-Peperonistreifen

-Ketchup, Senf

-Paprika

-Tabasco, Sambal-Olek

-Cognac und Rotwein

-Halbrahm, Schlagrahm

-Meerrettich frisch oder im Glas

-weisser Roux oder Mehlschwitze

-Gewürze

Das Rindsfilet in kleine 1 cm Würfel schneiden, mit Pfeffer aus der Mühle pfeffern und in der Bratpfanne mit heissem Öl, saignete kurz anbraten. In einer Schüssel wegstellen. Butter in der noch heissen Pfanne zergehen lassen, die festen Zutaten wie Zwiebeln, Gurken, Champignons, Steinpilze und Peperonistreifen, ca. 2-3 Minuten auf kleinem Feuer dünsten. Ketchup, Paprika Senf, Sambal, Tabasco und Meerrettich beifügen und kurz mit dünsten. Mit Cognac flambieren, mit Rotwein ablöschen und mit Halbrahm auffüllen. Das ganze aufkochen und nach eigenem Geschmack würzen. Leicht scharf. Wenig abbinden, eindicken lassen. Das Fleisch dazugeben, mit einem Rahmtupf obendrauf garnieren und sofort servieren.

**Bef Stroganoff**

**RINDERFILET STROGANOFF**

Bef 5 Stroganoff wurde im späten 19. Jahrhundert für einen russischen Grafen kreiert und ist zu einem der berühmtesten Gerichte der Welt geworden. Das folgende Rezept ist die klassische russische Version. Die zahlreichen europäischen Variationen haben oft nur wenig mit dem Originalgericht gemein.

**Zutaten für 4 bis 6 Personen:**

600 g in dünne Scheiben geschnittene Zwiebeln, zu Ringen zerlegt

500 g frische Champignons, der Länge nach in dünne Scheiben geschnitten

1 kg Rinderfilet, ohne jegliches Fett

1 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1/2 l saure Sahne

1 EL Senfpulver

1 EL Zucker

2 TL Salz

4 bis 5 EL Pflanzenöl

In einer kleinen Schüssel Senfpulver, 1 1/2 TL Zucker, 1 Prise Salz und so viel heißes Wasser (etwa 1 EL) verrühren, daß eine dicke Paste entsteht. Den Senf ungefähr 15 Minuten bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

2 EL Öl in einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser auf starker Temperatur erhitzen, bis sich leichter Rauch bildet. Zwiebeln und Pilze hineingeben, die Pfanne zudecken und die Hitze verringern. 20 bis 30 Minuten garen, bis das Gemüse weich ist; dabei gelegentlich umrühren. In ein Sieb geben, die Flüssigkeit weggießen und die Mischung wieder in die Pfanne schütten.

Mit einem großen scharfen Messer das Filet quer zur Faser in Yl cm dicke, runde Scheiben schneiden. Jede Scheibe auf ein Holzbrett legen und in Richtung der Faser in 1/2 cm breite Streifen teilen. 2 EL Öl in einer anderen Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser über starker Hitze bis kurz vor den Qualmpunkt erhitzen. Die Hälfte des Fleisches hineingeben, die Streifen mit einem großen Löffel ständig wenden und ungefähr 2 Minuten braten, bis sie leicht gebräunt sind. Das Fleisch mit einem Schaumlöffel zu dem Gemüse in die andere Pfanne geben und mit der zweiten Hälfte des Fleisches ebenso verfahren; wenn nötig, etwas Öl hinzufügen. Wenn das gesamte Fleisch in der Pfanne mit dem Gemüse ist, das restliche Salz, den Pfeffer und die Senfpaste untermischen. Die saure Sahne Esslöffelweise hinein rühren, dann den restlichen Zucker dazugeben und die Temperatur auf niedrig schalten. Die Pfanne zudecken und 2 bis 3 Minuten schmoren, bis die Sauce durchgewärmt ist; dann abschmecken.

Den Inhalt der Pfanne auf eine vorgewärmte Servierplatte geben und, wenn gewünscht, Strohkartoffeln darüberstreuen.

**Filetspitzen mit**

Papaya und Ingwer

**Zutaten für 4 Personen:**

**Zubereitungszeit-. ca. 3/4 Stunden**

600 g Rinderfiletspitzen

120 g gekochten Schinken

2 Schalotten

1 Knoblauchzehe

20 g frischen Ingwer

1 Papaya

2 EL Butter

Salz frisch gemahlenen weißen Pfeffer

1 Prise Paprikapulver edelsüß

1 EL feingeschnittene Petersilie

200 ml Kalbsjus oder Kalbsfond aus dem Glas

200 g Sahne

1. Die Filetspitzen in dünne Scheiben von 3 bis 5 mm Stärke schneiden. Den gekochten Schinken in

feine Streifen schneiden.

2. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und beides fein würfeln. Den Ingwer schälen und in

feine Streifen schneiden. Die Papaya schälen, entkernen, in dünne Scheiben schneiden .

3. Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Filetspitzen kurz von allen Seiten im Fett anbraten, salzen und pfeffern. Dann herausnehmen und zugedeckt warm stellen.

4. Im verbliebenen Bratensatz die Schalotten und den Knoblauch glasig dünsten. Dann die

Ingwerstreifen kurz mitdünsten.

5. Den Schinken und die Papaya ebenfalls kurz mitdünsten und alles mit Paprikapulver und Petersilie bestreuen.

6. Das Ganze mit der Kalbsjus, ablöschen und den Bratensatz damit lösen. Dann die Sahne dazugeben und die Sauce unter Rühren sämig einkochen lassen.

7. Die Filetspitzen hinzufügen. Die Sauce nicht mehr kochen lassen und mit den Gewürzen nochmals abschmecken. Das Gericht mit breiten Bandnudeln, Kartoffeln oder Reis servieren.

Rindfleisch mit knusprigem Basilikum

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Rinderfilet oder Lende

2 El. Fischsauce

4 El. Sojasauce

1 Tl. Zucker

Salz

Pfeffer frisch gemahlen

2 Knoblauchzehen

32 frische Basilikumblätter

3 EI. Reisweinessig

400 ml Öl

**Zubereitung:**

Das Rinderfilet waschen, trocken tupfen und quer zur Faser in dünne, mundgerechte Streifen schneiden. Aus der Fischsauce, 1 Esslöffel Soiasauce, Zucker Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren. Die Knoblauchzehen abziehen und durch die Knoblauchpresse zur Marinade pressen. Die Marinade über das Fleisch geben, gut vermischen und bei Zimmertemperatur 30 Minuten ziehen lassen, dabei gelegentlich wenden. Die Basilikumblätter waschen, trocken schütteln und 30 Minuten auf Küchenpapier ganz trocknen lassen. Die restliche Sojasauce mit dem Reisweinessig verrühren. Den Wok erhitzen, das Öl hinein giessen und auf 170° C aufheizen. Die Rinderfiletstreifen aus der Marinade heben und trocken tupfen. Portionenweise im Öl knapp 1 Minute fritieren. Fertige Streifen herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Fleisch warm stellen, bis alles fertig ist. Die Hälfte der Basilikumblätter 10 Sekunden im Öl frittieren, dann herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das restliche Basilikum ebenso frittieren. Die Fleischsteifen mit den Basilikumblättern und der Soja- Essig- Sauce auf 4 Tellern anrichten.

Gefüllte Hackfleischnester

**Zutaten für 4 Personen:**

250 g Rinderhackfleisch

2 Zwiebeln

3 El. Margarine

etwas Petersilie

2 Tl. Zimt

2 Tl. Pimentpulver

2 Tl. gemahlenen Kümmel

etwas Salz, Pfeffer und Paprikapulver

150 g gehackte Walnüsse

250 g feingemahlene Weizengrütze

250 g Tartar

2 Eigelb

Margarine in der Pfanne zerlassen, geriebene Zwiebel, Rinderhack darin anbraten. Mit Petersilie, Zimt, Piment, Kümmel, Salz, Pfeffer und Paprika würzen und abkühlen lassen. Dann die Walnüsse untermengen. Tartar, Weizengrütze, die Eigelbe mit etwas Salz ca. 10 Minuten gut durchkneten und aus dem Teig eiförmige Frikadellen formen. In die Mitte eine Vertiefung drücken, so dass ein Rand stehen bleibt. In die Vertiefung etwas von der Hackfleischfüllung geben und verschliessen.

In einem Topf reichlich Salzwasser zum kochen bringen, die Hackfleischnester darin 10 Minuten ziehen lassen. Bitte darauf achten, dass sie nicht an einander kleben. Nach dem Kochen noch einmal zusätzlich in Öl braten.

**Beljaschi**

**GEBRATENE KASACHISCHE FLEISCHTASCHEN**

**Zutaten für 4 Personen:**

TEIG

1 Päckchen Trockenhefe

';4 TL Zucker

2.5 dl lauwarme Milch (ca. 45°)

450 g Mehl

Hefe und Zucker auf 4 EL lauwarme Milch in eine kleine Schüssel streuen. Die Mischung 2 bis 3 Minuten stehen lassen und dann umrühren. um die Hefe völlig aufzulösen. Die Schüssel etwa 8 bis 10 Minuten an einen warmen,zugfreien Platz (zum Beispiel in den abgeschalteten Backofen) stellen, bis die Lösung ihren Umfang verdoppelt hat.

Das Mehl in eine tiefe Schüssel geben und eine Vertiefung in die Mitte drücken. Die Hefelösung und die restliche Milch hinein gießen und das Mehl nach und nach in die Flüssigkeit rühren. Dann kräftig schlagen, bis ein fester Teig entstanden ist. Den Teig zu einem Ball formen, auf eine leicht bemehlte Arbeitsplatte legen und folgendermaßen kneten: flach drücken, mehrmals mit dem Handballen von sich wegschieben und schließlich wieder übereinander falten. 10 Minuten auf diese Weise fortfahren, bis der Teig glatt und elastisch ist. Den Teig wieder zu einem Ball kneten und in eine große, leicht mit Butter ausgestrichene Schüssel legen. Die Oberfläche mit Mehl bestäuben, locker mit einem Küchenhandtuch bedecken und 45 Minuten an den warmen, zugfreien Platz stellen, bis der Teig seinen Umfang verdoppelt hat.

FÜLLUNG

750 g Rinderhack

125 g feingehackte Zwiebeln

1 TL Salz

1/4 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

50 bis 75 g Butter

2 bis 3 EL Pflanzenöl

Fleisch, Zwiebeln, Salz und Pfeffer in eine große Schüssel geben und mit den Händen verkneten oder mit einem großen Löffel schlagen, bis die Mischung glatt ist. Auf einer leicht bemehlten Arbeitsplatte den Teig etwa 1/4 cm dick zu einem Kreis ausrollen und mit einer Ausstechform von 12 cm Durchmesser 16 Kreise ausstechen. Auf jeden Kreis 5 TL Füllung geben und den Rand des Teiges mit kaltem Wasser befeuchten. Den Teig über der Füllung zusammenschlagen, so daß die Füllung eingeschlossen ist und eine flache runde Tasche entsteht.

Den Backofen auf 125° vorheizen. In einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser 50 g Butter in 2 EL ÖI über großer Hitze zerlassen. Wenn das Fett leicht zu bräunen beginnt, 8 Taschen hineinlegen und die Pfanne zudecken. Auf Mittelhitze herunterschalten und auf jeder Seite etwa 10 Minuten braten, bis die Taschen knusprig und braun sind. Auf eine feuerfeste Platte legen und im Ofen warm stellen, während die restlichen Taschen gebraten werden. Wenn nötig, mehr Butter und Öl in die Pfanne geben. Sofort servieren.

**Hackfleisch - Burger**

**Zutaten für 8-12 Stück:**

1 El. Butter

1 gr. Zwiebel fein gehackt

2 Knoblauchzehen, gepresst

1/2 Bund glattblättriger Petersilie, fein gehackt

50 g hartes Brot, ohne Reinde in Milch eingeweicht, ausgedrückt

800 g Hackfleisch . Dreierlei

1 kleines frisches Ei, aufgeschlagen

1 Tl Worcestershiersauce

1 Tl Paprika

1 +/2 Tl Salz

wenig Pfeffer aus der Mühle

- Butter in einer Pfanne warm werden lassen

- Zwiebeln andämpfen

- Knoblauch und Brot beigeben mitdämpfen, auskühlen

- alles mit der Brotmasse gut mischen, zugedeckt mind. 1 Std. kühl stellen, Masse in 8 -12 Port. teilen, mit nassen

Händen zu gleich dicken Burgern formen, bis zum Grillen kühl stellen.

Siedfleisch mit Gemüse

**Zutaten für 4 Personen**

**Sud**

2 l kaltes Wasser in Pfanne geben

2 Knochen abspülen, zugeben

1 ungeschälte, besteckte Zwiebel

1 Knoblauchzehe beifügen, aufkochen, 15 min auskochen

1 EL Salz, würzen

**Fleisch und Gemüse**

600 g Rindfleisch in den kochenden Sud gehen auf kleiner Stufe zugedeckt leicht kochen, Kochzeit 2-3 h

600 g Gemüse, z. B. Rüebli, Sellerie, Wirz, Lauch, Kohlrabi/Rübkohl vorbereiten, ganz

lassen oder in grössere Stücke schneiden .In den letzten 30 -40 min mitkochen Markknochen. Abspulen, in den letzten 10 min mitkochen. Fleisch quer zur Faser tranchieren, anrichten , mit wenig heisser Fleischbrühe

übergiessen Gemüse und Markknochen daneben legen.

**Filet Wellington**

**Zutaten für 4 Personen:**

750 g Rindsfilet oder gut gelagerte Huft ( auch Straussen Filet )

Paprika Thymian, Curry Pfeffer

3/4 Tl Salz

1 El Bratbutter

Füllung:

1 El Butter

200 g Champignons, gehackt

150 g Kalbsbrät

1 El Zitronensaft

1/4 Tl provenzalische Kräuter

1/2 Tl Salz

Teighülle

450 g Blätterteig

1 Eiweiss

1 Eigelb

Zubereitung:

Filet kurz vor dem Anbraten mit den Gewürzen gut einreiben. Bratbutter erhitzen, Filet rundum kräftig anbraten, herausnehmen und erkalten lassen.

Für die Füllung Butter in der Bratpfanne schmelzen. Champignons, Kalbsbrät Zitronensaft, Kräuter und Salz beifügen, zugedeckt dämpfen, entstandene Flüssigkeit einkochen l, erkalten lassen.

Blätterteig 2 mm dick auswallen, ein Rechteck schneiden, das der Grösse des Filets entspricht, Fleisch Darauflegen, die Füllung darüber verteilen. Mit dem Eiweiss den Teigrand bepinseln, das Filet einpacken und auf ein Blech legen.

Teigpaket nach Belieben mit Teigresten garnieren, mit Eigelb bestreichen und mit der Gabel einstechen

35 bis 40 Minuten bei 200° C in der Mitte des vorgeheitzten Ofens backen. Vor dem Schneiden kurz ruhen lassen

**Klasischer Burger auf Roggenbrot**

Zutaten für 6 Personen:

3 El Pflanzenöl

2 grosse Zwiebeln, in feine Streiften geschnitten

1/2 Tl Zucker

etwas grobes Meersalz

60 g weiche Butter

12 Scheiben Roggenbrot, je etwa 1 cm dick

900 g Rinds Hackfleisch

2 El Worcestersauce

1/2 Tl gemahlener schwarzen Pfeffer

120 g geriebener Emmentaler

Dijon-Senf

Zubereitung:

1. Das Öl in einer grossen Bratpfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Die Zwiebeln hinzufügen und mit Zucker bestreuen. Bei geschlossenem Deckel 15-20 Min. braten, bis die Zwiebeln goldbraun und weich sind. Gelegentlich umrühren. Nach Geschmack salzen, dann vom Herd nehmen.
2. Die Brotscheiben mit Butter bestreichen und bei Seite stellen
3. Den Grill für direkte starke Hitze vorbereiten. Ineiner grossen Schüssel das Hackfleisch mit der Worcestersauce, 1Tl Salz und dem Pfeffer gut mischen. Aus der Masse sechs möglichst gleich grosse, 2 cm dicke Burger formen. Mit dem Daumen oder einem Teelöffel eine etwa 2,5 cm breite Vertiefung in die Mitte jedes Burgers drücken.
4. Den Grillrost mit der Bürste reinigen. die Burger über direkter starker Hitze bei geschlossenem Deckel 8-10 Minuten grillen, bis sie halb durch sind. Einmal wenden. Die Burger auf eine Platte legen.
5. Die Grill Temperatur auf mittlere Hitze absinken lassen. Die Brotscheiben 1 Min. über direkter mittlere Hitze aur auf einer Seite grillen. Das Brot mit der getesteten Seite nach oben auf die Platte legen
6. Die karamellisierten Zwiebeln gleichmässig auf die 6 Brotscheiben verteilen und mit je 1 Burger belegen. Den Käses über die Burger streuen und mit einer weiteren Scheibe Brot, getoastete Seite nach unten , bedecken. Die belegten Brote mit einem breiten Grillender vorsichtig über direkte mittlere Hitze auf den Rost legen und etwa 1 Min. grillen. bis das Brot unten geröstet ist. Behutsam wenden und von der anderen Seite rösten .

**Rotweinburger mit Rosmarin - Focaccia**

Zutaten für 4 Personen:

Glasur:

500 ml Rotwein

1 El brauner Zucker

Rosmarin Butter:

60 g weiche Butter

1 El fein gehackter Rosmarin

Burger:

700 g Rind’s Hackfleisch

4 El Rotwein

2 Tl grobes Meersalz

1/2 Tl gemahlener schwarzer Pfeffer

4 Scheiben Emmentaler

8 reife Tomaten Scheiben, je 1 cm dick

Olivenöl

grobes Meersalz

4 Stück Focaccia etwa 12 x 12 cm aufgeschnitten

2 Handvoll zarte Rucolablätter

4 dicke Scheiben gebratener Bauchspeck

Zubereitung:

1. Rotwein und Zucker in einem schweren topf auf mittlerer -stufe erhitzen und während 20 -30 min. auf 120 ml einkochen. Beiseitestellen und abkühlen lassen.
2. Die weiche Butter und den gehackten Rosmarin in einer kleinen Schüssel vermischen.
3. Den Grill für direkte starke Hitze vorbereiten. Die Zutaten für die Burger in einer grossen Schüssel behutsam vermischen und daraus vier möglichst gleichförmige, 2 cm dicke burger formen. Mit dem Daumen oder einem Teelöffel eine etwa 2,5 cm breite Vertiefung in die Mitte jedes Burgers drücken.
4. Den Grillrost mit der Bürste reinigen. die Burger über direkter starker Hitze bei geschlossenem Deckel 8-10 Minuten grillen, bis sie halb durch sind, dabei alle 2 Min. mit der Glasur bestreichen. Die Burger einmal wenden,sobald sie sich vom Rost lösen lassen. Während der letzten Grill Minute den Käse auf dem Burger schmelzen lassen.
5. Die Grilltemperatur auf mittlere Hitze absinken lassen. Die Tomatenscheiben mit Öl bestreichen, nach belieben salzen und über direkter mittlerer Hitze in 2-4 Min weich grillen, dabei einmal wenden. Die Focaccia mit Rosmarin Butter bestreichen und mit der Schnittfläche nach unten über direkter mittlerer Hitze etwa 1 Min. grillen.Die untere Hälfte der Focaccia jeweils mit Rucola, 1 Burger, 1 Speckscheibe und 2 Tomatenscheiben belegen. Die obere Brothälfte darauf setzen und die Burger warm servieren.

**California - Burger mit Avocado - Mayonnaise**

Zutaten für 4 Personen:

Mayonnaise:

2 El geriebene Zwiebel

1 reife Avocado, entkernt und geschält

2 El Mayonnaise

2 Eiertomten, gehäutet, entkernt und gewürfelt

1 El fein gehacktes Koriander grün

2 Tl frisch gepressten Limetten Saft

1 kleine Knoblauchzehe, gerieben oder zerdrückt

grobes Meersalz

2 milde Chilischoten

700 g Rind’s Hackfleisch

1 1/2 Tl grobes Meersalz

1 Tl Gemahlener schwarzen Pfeffer

4 Hamburger Brötchen

Zubereitung:

1. Die geriebenen Zwiebeln in einem feinen Sieb mit kaltem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Avocado und Mayonnaise in einer mittelgrossen Schüssel mit einer Gabel zerdrücken und gut vermischen . Zwiebeln, Tomaten, Koriander, Limettensaft und den Knoblauch daruntermischen. Grosszügig salzen. Eine Frischhaltefolie direkt auf die Oberfläche der Avocado Mayonnaise legen und die Schüssel beiseitestellen.
2. Den Grill für direkte starke Hitze vorbereiten. Den Grillrost mit der Bürste reinigen.Die Chilischoten über direkter starker Hitze bei geschlossenem Deckel etwa 10 Min. grillen, bis die Haut überall schwarz ist. Gelegentlich wenden. Vom Grill nehmen und vollständig auskühlen lassen. Die Haut abziehen und wegwerfen, ebenso Stielansatz, Samen und Trennhäute. Das Fruchtfleisch in 1 cm grosse Würfel schneiden.
3. Hackfleisch, Chilischoten, Als und Pfeffer in einer grossen Schüssel gut vermischen und daraus vier möglichst gleichförmige, 2 cm dicke Burger formen.Mit dem Daumen oder einem Teelöffel eine etwa 2,5 cm breite Vertiefung in die Mitte jedes Burgers drücken.
4. Die Burger überdirekter starker Hitze bei geschlossenem Deckel 8-10 Minuten grillen, bis sie halb durch sind. Einmal wenden, sobald sie sich leicht vom Rost lösen lassen.Während der letzten Grill Minute die Brötchen mit der Schnittfläche nach unten über direkter Hitze grillen. Die Avocado Mayonnaise auf die Burger verteilen. Die Burger warm in den Brötchen servieren.

**WILD**

**Rehrücken mit Orangenbutter**

**Zutaten für 6 Personen:**

4 1/2 dl Orangensaft

40g abgeriebene Orangenschale

1 Teelöffel Zucker

4 1/2 dl Wildfond,gelierender (evt. auch Kalbs-oder Rindsbouillon )

1/2 dl Campari Bitter

160 g frische Butter

1,5 kg küchenfertiger Rehrücken

Salz, weisser Pfeffer aus der Mühle

2 Esslöffel Bratbutter

**Garnitur:**

3 Orangen

Orangensaft von zwei Orangen

**Zubereitung:**

Den frischgepressten Orangensaft zusammen mit den abgeriebenen Orangenschalen und dem Zucker sirupartig einkochen. Separat den Wildfond um gut die Hälfte reduzieren und in den Orangensirup passieren. Den Campari zufügen, aufkochen und die Sauce durch ein feines Sieb drücken. Mit einem Schneebesen 150g Butter unterarbeiten. Von den Schalen der gewaschenen Orangen feine Streifen abziehen. Im Wasser weichkochen und zur Orangenbutter geben (einige für die Garnitur zurückbehalten).

Die Orangen so schälen, dass auch die weissen Häutchen entfernt werden. Aus den Trennkammern geschälte Schnitze heraustrennen (man braucht 30 solche Schnitze ). Den Rehrücken würzen. Zum braten in die Pfanne mit der heissen Bratbutter geben und sofort wenden.

In den vorgeheizten Ofen schieben und bei 250° C ca. 12-15 Minuten braten. Mehrmals wenden und öfters mit dem Bratfett begiessen. Kurz vor Beendigung der Bratzeit die restliche frische Butter zufügen und die Fleischseiten des Rückens darin wenden. Im letzten Drittel der Bratzeit sollte der Rücken auf der Knochenseite liegen. Den fertig gebratenen Rücken auf ein Abtropfgitter setzen. Vor dem Aufschneiden etwas abkühlen und ruhen lassen, damit sich die Fleischsäfte beruhigen. Das Rehrückenfleisch vom Knochengerüst lösen und in Scheiben schneiden. Die Rehrückenschnitten mit den im Orangensaft erwärmten Orangenfilets, den restlichen Orangenschalenstreifen und der Orangenbutter anrichten.

**Tip:**

Wenn das Fleisch durch die Ruhezeit zu sehr abkühlt, mit etwas frischer Butter bestreichen und vor dem Servieren kurz in den heissen Backofen schieben.

**Wildgschnetzlets mit Schwömm**

**Zutaten für 4 Personen:**

600 g Wildfleisch ohne Knochen ( Reh oder Hirsch )

2 El. Butter

6 Schalotten

100 g frische Eierschwämmchen

1 Büschel Petersilie

1 Tl. Mehl

2 dl Weisswein

1 dl Sauerrahm

Salz, Pfeffer, Thymian

1 dl Öl

**Zubereitung:**

Das in feine Scheiben geschnittene Fleisch im heissen Öl mit etwas Butter sehr kurz anbraten und sofort aus der Pfanne nehmen. Schalotten fein hacken und im Bratfond dünsten, die Eierschwämmchen kurz mitdünsten. Mit Mehl bestäuben, mehrmals wenden, mit dem restlichen Wein ablöschen. Etwas einkochen lassen, dann den Sauerrahm zugeben, gut würzen und das Fleisch wieder beigeben. Nur noch heiss werden lassen, anrichten und mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Kaninchenfilet

**Zutaten für 4 Personen:**

820 g Kaninchenfilets

1 Rüebli

1/2 Zwiebel

8 Knoblauchzehen

Salz, Pfeffer

2 reife Tomaten

1,2 dl Weisswein

3 El. Himbeeressig

1 kleines Stück Orangenschale

1/2 Lorbeerblatt

50 g Butter

1 Prise Cayennepfeffer

1 El. Poivre rose

**Zubereitung:**

Kaninchenfilet mit halbiertem Rüebli, Zwiebel und geschälten Knoblauchzehen allseitig gut anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten kurz ins heisse Wasser tauchen, schälen, halbieren, gut auspressen und klein schneiden. Nach 2-3 Minuten Kaninchenfleisch herausnehmen und warm stellen. Tomaten in die Pfanne geben und kurz dünsten Wein zufügen und stark aufkochen lassen. Himbeeressig, Orangenschale und Lorbeerblatt zugeben. Einkochen bis nur noch ungefähr 3-4 Esslöffel Flüssigkeit vorhanden sind. Sauce passieren und wieder in die Pfanne geben. Butter in kleine Stücke schneiden. Pfanne von der Herdplatte wegziehen. Butter unter die Sauce ziehen. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Poivre rose unter die Sauce ziehen.

Kaninchenfilets in etwa 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Sauce auf vorgewärmte Teller anrichten.

Kaninchenscheiben darauf legen.

**Rehschnitzel**

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Rehplätzli

1-2 El. Butter

1 El. Mehl

Salz und Pfeffer

**Zubereitung:**

Die Rehschnitzel im Mehl wenden und in der heissen Butter rasch anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und warm stellen.

Wildkaninchen auf Holzfällerart

**Zutaten für 4 Personen :**

1 Wildkaninchen ca.1 Kg

3 Möhren

1 Zwiebel

2 Selleriwurzeln

2 El. Öl

50 g Butter

30 g Mehl

100 ml trockener Weisswein

1 Prise Salz und Pfeffer

300 g Tomaten

300 g Zuchtpilze

1 Würfel Fleischbrühe

**Zubereitung :**

Das küchenfertige vorbereitete gekaufte Kaninchen von innen und aussen mehrmals unter kaltem

Wasser waschen, sorgfältig abtrocknen und in Stücke zerlegen. Die Möhren in Streifen, die Zwiebeln in Scheiben und den Sellerie in Würfel schneiden. Alles zusammen in heissem Öl und Butter anbraten. Die Kaninchenstücke in Mehl wenden, dazugeben und von allen Seiten gut anbraten. Dann mit Wein übergiessen, salzen und pfeffern und bei starker Hitze schmoren lassen. Die enthäuteten und von Samen befreiten Tomaten und die in Scheiben geschnittenen Pilze hinzufügen, mit etwas Fleischbrühe übergiessen und bei schwacher Hitze zugedeckt gar schmoren. Von Zeit zu Zeit das Fleisch enden und Kontrollieren, dass es nicht anbrennt, notfalls mit Brühe auffüllen.

**Rehmedaillons mit Morcheln**

**Zutaten für 4 Personen:**

20 g getrocknete Morcheln

1 Tl gerebelter Thymian

4 Wacholderbeeren

2 Piementkörner

1/2 abgeriebene Schale einer Orange

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

1 El Mehl

8 Rehmedaillons aus dem Rücken geschnitten ( à 90 g )

2 Schalotten

30 g Butter

200 ml Sahne

2 El Keimöl

4 cl Armanac

1/4 l Wildfound

**Zubereitung:**

**1.** Die Morcheln in reichlich lauwarmem Wasser einweichen.

**2.** Die Gewürze in einem Mörser fein zerstossen und mit dem Mehl vermischen. Die Rehmedaillons darin wenden und die Mischung gut festdrücken.

**3.** Die Morcheln durch Filterpapier abgiessen, das Einweichwasser auffangen. Dann noch einmal gründlich waschen, da sich in den Zwischenräumen der Pilze häufig Sand befindet. Die Schalotten schälen und in Würfel schneiden.

**4.** Die Butter in einem hohen Topf erhitzen und Schalotten sowie Pilze darin andünsten. Salzen und pfeffern und mit der Sahne etwa auf die Hälfte einkochen lassen.

**5.** Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rehmedaillons bei mittlerer Hitze 2 bis 4 Minuten pro Seite braten. Aus der Pfanne nehmen und mit Alufolie umhüllen.

**6.** Das Bratfett abgiessen und den Bratenfond mit Armanac ablöschen. Einkochen lassen, dann mit Wildfond und 100 ml Einweichwasser aufgiessen und bei starker Hitze um die Hälfte einkochen lassen.

**7.** Die Morcheln und die Sahnesauce daruntermischen und sämig einkochen lassen.

**8.** Die Medaillons auf eine vorgewärmte Platte legen und mit der Morchelsauce überziehen.

**CARAMELISIERTER KABIS MIT KANINCHENFILETS**

Zutaten für 4 Personen:

2 EL Zucker

2 EL Butter

400 g Weisskabis, in feine Streifen geschnitten

1 dl Weisswein

40 g Dörraprikosen, in Streifen geschnitten

Salz, Pfeffer aus der Mühle

300 g Kaninchenfilets

Bratbutter oder Bratcrème zum Braten

1/4-1/2 TL Salz

Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1

Für den Kabis Zucker caramelisieren, Pfanne von der Platte nehmen. Butter zufügen. Weisskabis beigeben, auf die Platte zurückstellen, andämpfen.

2

Mit dem Wein ablöschen, 20-25 Minuten offen köcheln, bis der Wein fast ganz verdampft ist.Aprikosen

daruntermischen, würzen.

3

Kaninchenfilets in Bratbutter oder Bratcrème ringsum je nach Dicke 3-6 Minuten braten, würzen.

4

Weisskabis auf vorgewärmten Tellern anrichten, Kaninchenfilets fächerartig aufschneiden, daneben legen.

Die doppelte Menge reicht für 4 Personen als Hauptspeise. Statt Kaninchenfilet Schweinsfilet-Medaillons verwenden.

**Rehrücken im Nussmantel auf luwarmem Pilzsalat**

**Zutaten für 5-6 Personen:**

Fleisch:

6oo g Rehrückenfilet

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 El. Bratbutter

50 g Kürbiskerne

50 g Baumnüsse

1 Eiweiss

Pilzsalat:

200 g Champignons

200 g Steinpilze

200 g Eierschwämchen

1/2 Bund Schnittlauch

2 Schalotten

2 Knoblauchzehen

1 Tl. grobkörnigen Senf

4 El. Apfelessig

Salz, Pfefer aus der Mühle

2 El. Gemüseboillon

1 El. Olivenöl

1 El. Butter

Zum Fertigstellen:

2 El. Bratbutter

1 El. Kürbiskernöl

Zubereitung:

Den Rehrücken mit Salz, Pfeffer würzen. In einer grossen Bratpfanne die Bratbutter erhitzen und den Rehrücken darin rundum

anbraten ca.3 - 4 Minuten. In eine Gratinform legen.

Die Kürbiskerne und die Baumnüsse fein hacken. In einer beschichteten Pfanne ohne Fettzugabe hellbraun rösten.

Den angebratenen Rehrücken rundum mit Eiweiss bestreichen und in den gehackten Nüssen wenden. Zurück in die Form

legen und bis zur weiteren Verwndung kül, aber nicht zu kalt stellen.

Für den Pilzsalat Champignons und die Steinpilze mit einem Küchenpapier oder einem Pinsel säubern, dann rüstenund in

Scheiben schneiden. Die Eierschwämme rüsten, dann je nach Grösse halbieren oder vierteln. Den Schnittlauch in feine Röllchen

schneiden und beiseite stellen.

Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein hacken. in einer mittleren Schüssel Senf, Essig, Salz, Pfeffer; Gemüsebouillon

und Olivenöl zu einer kräftigen Sauce mischen. Den Ofen auf 220 grad vorheizen.

In einer Bratpfanne die Butter erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin dünsten. Die Hitze auf höchste Stufe stellen, dann die 3

Pilzsorten beifügen und kräftig anrösten; ziehen sie Saft, diesen vollständig verdampfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die

gebratenen Pilze zur Sauce geben und alles gut mischen. Mindestens 15 Minuten marinieren lassen.

Die Bratbutter auf kleinem Feuer schmelzen und den Rehrücken damit beträufeln.

Den Rehrücken im 220 Grad heissen Ofen in der Mitte 10 -12 Minuten braten. Den Ofen ausschalten und die Tür öffene.

Das Fleisch 10 Minuten ruhen lassen, damit sich der Fleischsaft verteilen kann.

Den Pilzsalat mit dem Schnittlauch bestreuen und mit wenig Kürbiskernöl beträufeln. Den Rehrücken in Scheiben aufschneiden und

auf dem lauwarmen Salat anrichten.

Reh – Enterôtes

**Zutaten für 4 Personen:**

8 Reh - Entercôtes

100 g Speckwürfeli

**Zubereitung:**

- Entercôtes gut würzen ( 1 Tag zuvor )

- Auf beiden Seiten gut anbraten ( nicht zu fest ) es wäre schade, das Fleisch ganz durchzubraten! Herausnehmen und warmhalten.

Dazu passt: Spätzli oder Nudeln mit Rosenkohl und Preiselbeeren.

**PIZZAS**

**TEIGWAREN**

**UND**

**AUFLÄUFE**

**Pizza**

**Pizzateig ( für 8-10 Pizzen ):**

1 kg Mehl

40 g Hefe

1 Ei

30 g Salz

4,5 dl Wasser

1,5 dl Milch

1 El. Olivenöl

1 Tl. Zucker

1 El. Maispulver

Hefe mit lauwarmen Wasser ( ca. 1 dl ) , Zucker aufrühren. Öl dazu geben. Ei aufschlagen und dazu geben. Restliche Flüssigkeit ebenfalls lauwarm dazu geben.

1Kg Mehl mit Salz und Maispulver mischen. Flüssigkeit dazu geben. Teig kneten bis er geschmeidig ist. Kurze Zeit (ca. 20 Min. ) aufgehen lassen. Portionieren (ca. 150-180g ), kleine Bälle formen, mit genügend Abstand auf Platten legen (kein Blech), mit feuchtem Tuch bedecken, ca. 2-3h im Kühlschrank ruhen lassen. Vor Gebrauch min. 1/2 h aus dem Kühlschrank nehmen.

**Zutaten Tomatensauce:**

5 dl Tomatensauce

1 Prise Salz

1 Prise Zucker

Oregano

Dickflüssige Tomatemsauce salzen, zuckern, kurz aufkochen lassen, Oregano zufügen nach Geschmack.

**Käse:**

1.5-2kg Mozzarelle wie Rösti raffeln

**Weitere zutaten:**

-Peperoni in Streifen schneiden, plachieren leicht mit Salz würzen

-Champignons in Scheiben schneiden , andünsten

-Schinken extra dünn geschnitten in Quadrate schneiden

**Zutaten ohne Vorbereitung:**

Sardellen, Kapern, Gorgonzola, Ananasstücke, Eier in Scheiben, Speck, Salami, Krevetten,

Artischocken etc.

**Pizzateig Zubereitung:**

Pizzateig in Mehl wälzen, zu Fladen formen, Tomatensauce mit Kelle von innen, kreisend auf Fladen verteilen bis ca. 2cm vom Rand, Käse und Zutaten nach belieben verteilen, in den Ofen schieben, nach dem Backen mit einer Prise Oregano bestreuen.

**Älplermagronen**

**Zutaten: für 4 Personen:**

400 g Magronen

200 g würziger Bergkäse ( oder Fondue Mischung )

2 EL. Butter

2 Zwiebeln in Streifen

1 Knoblauchzehe gehackt

1/2 dl Milch

1/2 dl Rahm

Salz nach Bedarf

**Zubereitung:**

Hörnli im Salzwasser al dente kochen. In eine Gratinform geben und mit dem Käse bestreuen.

Im auf 120C° vorgeheizten Ofen backen bisder Käse schmilzt.

In einer Pfanne 2 El Butter erwärmen, Zwiebeln und Knoblauch beigeben und goldbraun rösten. Das ganze über die Magronen verteilen. In derselben Pfanne 1/2 dl Milch und 1/2 dl Rahm salzen und aufkochen, dann über die Magronen giessen, und sofort heiss servieren.

**Lasagne - Auflauf, Piemonteser Art**

( Lasagna pasticciata alla piemontese )

**Zutaten für 4 Personen :**

**Zubereitungszeit 1 1/2 h :**

250 g Lasagnenudeln

200 g gehäutete, entkernte und pürierte Tomaten

250 g Kalbsfleisch, grob gehackt

50 g roher Schinken

20 g getrocknete Pilze

1/2 El. Mehl

1/4 Zwiebel

1/2 gelbe Rübe

1 Stück Sellerie

1/2 Knoblauchzehe

etwas Majoran und Petersilie, gehackt

1/10 l Rotwein

Öl, Muskatnuss, Salz, Pfeffer

100 g geriebener Parmesan

50 g Butter

Semmelbrösel, Salz

**Zubereitung:**

Klein gewürfelten Schinken mit einigen Esslöffeln Öl andünsten, die fein gehackten Suppengemüse hinzufügen und goldbraun werden lassen, dann das Fleisch und die in Wasser vorgequollenen und grob geschnittenen Pilze dazugeben. Einige Minuten dünsten lassen, salzen, pfeffern und mit Muskatnuss würzen. Mit Wein ablöschen, feingehackte Kräuter hinzufügen und die Sauce einkochen lassen, bis der Wein vollständig verdunstet ist. Mit dem Mehl, das in etwas Wasser verrührt wurde binden, das Tomatenpüree unter Rühren dazugeben und auf kleinem Feuer einkochen lassen.

Weichgekochte und getrocknete Lasagnenudeln mit der salsa bolognese und dem Reibkäse abwechselnd in eine gebutterte Auflaufform schichten. Mit Teigwaren abschliessen, mit Butterflöckchenbestecken und mit Käse bestreuen. Im heissen Ofen bei 190°C überbacken.

**Conchiglie al salmone**

( Muscheln mit Lachssauce )

**Zutaten für ca. 4 Personen:**

**Aufwand ca. 30 Minuten:**

400- 500 g Teigwaren, z.B. Muscheln al dente kochen, abtropfen lassen

**Lachssauce:**

4 dl Rahm oder Halbrahm

2 El. trockener Vermouth

wenig abgeriebene Zitronenschale in einer Pfanne ca.10 Minuten köcheln lassen

1 Dose Artischockenböden ( ca. 300 g ) abtropfen, in kleine Würfel schneiden, bei- geben

wenig frischen Dill hacken, beifügen

2-3 El. geriebenen Parmesan darunterrühren

1/2 Tl. Salz

1 Messerspitze weisser Pfeffer würzen

150 g Rauchlachs, in Streifen erst die Sauce mit den heissen Teigwaren mischen, dann die

Lachsstreifen beigeben

Omeletten

**Zutaten für 4 Personen:**

200 g Mehl in Schüssel geben

1 Tl. Salz beifügen

4 Eier

2 dl Milch

2 dl Wasser im Massbecher gut mischen Mehl mit der Flüssigkeit von der Mitte aus anrühren Bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen wenig Öl in Bratpfanne erhitzen Teig mit Schöpfkelle hineingeben und gleichmässig verlaufen lassen Omeletten beidseitig goldbraun backen.

**Tortilla – Gratin**

**Zutaten für 4 Personen:**

**Scharfe Tomatensauce**

1El. Olivenöl

1 Zwiebel, gehackt

2 Knoblauchzehen, gepresst

3 grosse grüne Chilis / Peperoncini, entkernt, gehackt

1 Dose gehackte Tomaten ( ca. 400 g )

1/4 Tl. Salz

wenig Pfeffer aus der Mühle zubereiten wie Tomatensauce

2 El. Korianderblättchen, gehackt beigeben

**Pouletfleisch**

Öl zum anbraten in einer Bratpfanne heiss werden lassen 400 g geschnetzeltes Pouletfleisch portionenweise ca. 5 Min. anbraten 1/2 Tl. Salz 1 Messersp.Cayennepfeffer würzen, mit der Tomatensauce mischen.

**Käsesauce**

25 g Butter oder Margarine in einer Pfanne warm werden lassen

2 El. Mehl unter Rühren mit dem Schwingbesen bei mittlerer Hitze dünsten, das Mehl darf

keine Farbe annehmen. Pfanne von der Platte ziehen

3 dl Milch

1 dl Rahm auf einmal dazugiessen, unter Rühren aufkochen, Hitze reduzieren

2 Prisen Salz

wenig Pfeffer aus der Mühle

wenig Muskat würzen, bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Min. köcheln, bis die Sauce sämig ist

100 g geriebener Sbrinz dazugeben, die Hälfte beiseite stellen

8 Fertig - Tortillas

**Einschichten:**

1. Schicht: 1 Tortilla

2. Schicht: 1/4 Tomatensauce

3. Schicht: 1 Tortilla

4. Schicht: 1/4 Käsesauce

5. - 12. Schicht Vorgang 3- mal wiederholen. Mit beiseite gestelltem Käse abschliessen.

Gratienieren: ca. 30 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.

**Kürbisgnocchi**

Zutaten für 4 Personen:

350 g Kürbis,

2 El Kürbiskerne,

450 g Gnocchi,

Olivenöl,

1 Knoblauchzehe,

2 Tl Salbei,

50 g Parmessan

Herbstkräuter,

Salz, Pfeffer, Muskat  
Zubereitung:

Den Kürbis waschen, aufschneiden und das Fleisch herausnehmen. Nun das Kürbisfleisch in kleine Würfel schneiden (es ist jedoch auch möglich, den Kürbis mit der Schale zuzubereiten). Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, den Kürbis dazu geben und braun braten.   
  
Eine Knoblauchzehe kleinschneiden, mit den Kernen in die Pfanne geben und mit braten. Die Gnocchi nach Vermerk, auf der Packung, zubereiten. Herbstkräuter hacken und mit in die Pfanne geben. Anschließend den Käse dazugeben und zergehen lassen.   
  
Zum Schluss die Gnocchi abgießen, abtropfen lassen und mit dem Salbei beifügen. Mit etwas Muskat, Salz und Pfeffer würzen und servieren.

**Gefüllte Spitzpeperoni mit Hackfleisch**

**ZUTATEN ZUBEREITUNG**



4 Spitzpeperoni, rot  
4 Spitzpeperoni, weiss  
1 Zwiebel, gross  
2 Knoblauchzehen  
1 Peperoncino  
1 Bund Oregano  
1 Bund Petersilie, glattblättrig 1 Esslöffel Butter  
1 Esslöffel Tomatenpüree 600 g Rindfleisch, gehackt Salz

**Zum Überbacken**

1 Esslöffel Butter, gehäuft  
4 Esslöffel Paniermehl, gehäuft 1 dl Fleischbouillon, kräftig  
2 dl Rahm

**Für den Kleinhaushalt**

2 Personen: Zutaten halbieren.  
1 Person: Zutaten vierteln, jedoch zum Überbacken je 1⁄2 dl Bouillon und Rahm verwenden.

Für 4 Personen

1 Das obere Drittel der Spitzpeperoni der Länge nach wie ein Deckel abschneiden. Diese Deckel der Länge nach in dünne Streifen, dann in kleine Würfelchen schneiden. Die Spitzpeperoni sorgfältig entkernen.

2 Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Den Peperoncino entkernen und ebenfalls hacken. Oreganound Petersilienblätter von den groben Zweigen streifen und hacken.

3 In einer Pfanne die Butter erhitzen. Zwiebel, Knoblauch, Peperoncino und Peperoniwürfelchen darin 3–4 Minuten dünsten. Dann das Tomatenpüree beifügen und kurz mitrösten. Abkühlen lassen.

4 Hackfleisch, Oregano und Petersilie in eine Schüssel geben. Die Peperoni-Zwiebel-Mischung beifügen, alles salzen und gut mischen. Die Masse in die vorbereiteten Spitzpeperoni füllen. Diese nebeneinander in eine  
ausgebutterte Gratinform setzen.

5 In einer Pfanne die Butter erhitzen. Das Paniermehl beifügen und unter Rühren 1 Minute dünsten. Auf der Hackfleischmasse jeder Spitzpeperoni verteilen.

6 Bouillon und Rahm aufkochen und in die Form zu den Spitzpeperoni giessen. Die Peperoni im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille 35–40 Minuten backen.

**Kartoffel-Zwiebel-Eintopf mit Schinken und Speck**

**ZUTATEN ZUBEREITUNG**



1 dl Weisswein  
1 dl Noilly Prat, ersatzweise weisser Portwein  
1 dl Gemüsebouillon  
2 Lorbeerblätter  
1 Gewürznelke  
2.5 dl Rahm  
Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle  
1 Prise Muskatnuss, frisch gerieben 1 kg Süsskartoffeln, ersatzweise mehligkochende Kartoffeln  
250 g Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
0.3 Bund Thymian  
150 g Bratspeck, mager, in dünne Tranchen geschnitten  
250 g Schinken, in dünne Scheiben geschnitten

**Für den Kleinhaushalt**

2–3 Personen: Zutaten halbieren. Die Garzeit bleibt sich gleich.

Für 4–5 Personen

In einen Bräter werden lagenweise Kartoffeln, Zwiebeln, Thymian, Schinken und Speck geschichtet, mit einem würzigen Weissweinsud sowie Rahm übergossen und im Ofen langsam geschmort. Dabei verbinden sich die verschiedenen Aromen auf köstliche Weise. Und wie es sich für einen rustikalen Eintopf gehört, braucht  
er keine weitere Beilage. Eben: Alles in einem Topf! Wir haben für die  
Zubereitung die orangefarbenen Süsskartoffeln gewählt. Aber genauso gut schmeckt der Eintopf auch mit normalen mehligkochenden Kartoffeln zubereitet.

1 Weisswein, Noilly Prat oder Portwein und Gemüsebouillon in eine Pfanne geben. Die Lorbeerblätter dem Rand entlang leicht einreissen, das eine Blatt mit der  
Nelke bestecken. Die Lorbeerblätter beifügen und den Sud um gut einen Drittel  
auf etwa 2 dl einkochen lassen. Dann den Rahm beifügen und nochmals 5 Minuten kochen lassen. Am Schluss mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

2 Inzwischen die Kartoffeln schälen und in 1⁄2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und in Scheibchen schneiden. Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und wenn nötig etwas feiner hacken.

3 Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

4 Den Boden eines Bräters mit gut der Hälfte der Speckscheiben auslegen.  
Darauf abwechselnd Zwiebeln, Knoblauch, Thymian, Schinken usw. einschichten. Den Abschluss sollen Kartoffeln und Thymian machen. Diese mit den restlichen Speckscheiben belegen. Den Kartoffeltopf mit der Rahmsauce übergiessen und mit einem Deckel schliessen.

5 Den Kartoffeleintopf im 180 Grad heissen Ofen auf der untersten Rille etwa 11⁄2 Stunden schmoren lassen. Wichtig: Während des Schmorens den Deckel nie abnehmen!

**Chicoréegratin**

**ZUTATEN ZUBEREITUNG**



6 Stück Chicoree  
Salz  
1 Stück Zwiebel, mittelgross  
1 Esslöffel Butter  
400 g Pelatitomaten, gehackt, aus der Dose  
6 Scheiben Schinken, dünn geschnitten  
50 g Gruyère, gerieben  
1 dl Saucenrahm

Für 4 Personen

1. Von den Chicoréestauden den Strunk kegelförmig herausschneiden. Den Chicorée in reichlich kochendem Salzwasser etwa 12 Minuten vorgaren. Sorgfältig herausheben und auf einem Küchentuch sehr gut trockentupfen.

2. Während das Gemüse gart, die Zwiebel schälen und fein hacken. In der heissen Butter glasig dünsten. Die Pelati beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und etwa 10 Minuten leicht einkochen lassen. In eine ausgebutterte Gratinform geben.

3. Die Schinkenscheiben je nach Grösse der Länge nach einmal falten und damit die Chicoréestauden umwickeln. In das Tomatenbett legen. Alles mit Gruyère bestreuen und mit Saucenrahm beträufeln.

4. Den Chicoréegratin im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille etwa 20 Minuten überbacken.

Für den Kleinhaushalt  
2 Personen: Zutaten halbieren.

1 Person: 2 kleinere Chicorées, 200 g Pelatitomaten und 2 Schinkenscheiben verwenden.

**SPARGELN**

**Spargelgratin mit Lachsstreifen**

**Zutaten für 4 Personen:**

16 grüne und 16 weisse Spargeln geschält für den Sud ca. 4 lt Wasser, 1 Zitrone. 80gr Butter, Salz und Zucker

1 kleine Zwiebel

2 Knoblauchzehen

20 g Butter

40 g Butter und 30 gr Mehl **Sauce**

5 dl Milch

2 dl Rahm

2 Bund Schnittlauch

100 g Lachs in feine Streifen geschnitten

10 frische Champignons den längsweg in Trancen schneiden

200 g Emmenthaler, Greyerzer und Appenzeller fein gerieben

**Zubereitung:**

Die Spargeln kochen wie im vorigen Rezept und warmstellen. Mit obigen Zutaten eine Rahmsauce

erstellen, vielleicht eher etwas dünner. Nun buttern wir eine feuerfeste Form aus, belegen sie abwechslungsweise mit Spargeln, Lachs, Champignons und Käse. Zu oberst muss eine Schicht Käse sein. Nun schieben wir die Form in den auf 200°C vorgeheizten Ofen und gratinieren das ganze ca. 10 – 15 Minuten.

Spargeln nach Polnischer Art

**Zutaten für 4 Personen:**

16 grüne und 16 weisse Spargeln geschält für den Sud ca. 4 lt Wasser, 1 Zitrone, 80gr Butter, Salz und Zucker.

4 gekochte Eier

2 Bund Schnittlauch

100 g Butter

2 El. Paniermehl

2 dl Bouillon

Salz und Pfeffer

**Zubereitung:**

Die Spargeln kochen wie im vorigen Rezept und warmstellen. Für die Polnische Sauce. Butter in einer Teflonpfanne heiss werden lassen ( goldbraun ). Nun geben wir die Eier dazu, die wir vorher in kleine Würfel geschnitten haben und wenden sie im Butter. Ein wenig Bouillon dazu geben und weiter dünsten.

Nun würzen wir mit Salz und Pfeffer, geben den feingeschnittenen Schnittlauch dazu und mischen alles. Jetzt vorsichtig das Paniermehl darunter ziehen, gleichzeitig mit wenig Bouillon verdünnen. Nun richten wir die Spargeln auf eine Platte an, übergiessen sie mit der heissen Sauce ( nicht über die Spitzen ).

**Spargeln Carbonara mit Schinkenwürfeli**

**Zutaten für 4 Personen:**

16 grüne und weisse Spargeln geschält für den Sud ca. 4 lt Wasser, 1 Zitrone, 80g Butter, Salz und Zucker.

200 g kleine Schinkenwürfeli

1 kleine Zwiebel und 20gr Butter

40 g Butter und 30gr Mehl

5 dl Milch

2 dl Rahm

2 Bund Schnittlauch

50 g Parmesan

Hühnerbouillon

Salz und Pfeffer

**Zubereitung:**

Die geschälten Spargeln in den Sud, den wir auf den Siedepunkt gebracht haben verteilen, und langsam zum kochen bringen. Kochzeit ca. 15 Min. ( Schnittprobe nach 10 Min. )

**Sauce:**

Die feingeschnittenen Zwiebeln in wenig Butter andünsten, nun fügen wir die restliche Butter dazu und lassen sie vergehen. Alles Mehl dazugeben und gut mit dem Schneebesen verrühren, dass sich keine Knollen bilden. Wir nehmen die Panne vom Feuer und giessen unter stetem und gutem Rühren die kalte Milch langsam dazu. Danach lassen wir das Ganze leicht köcheln und rühren immer weiter, Vorsicht dass es nicht anbrennt. Leicht würzen mit Hühnerbouillon, Salz und Pfeffer. Nun fügen wir den Rahm und verfeinern die Sauce. Dann geben wir den Schnittlauch und die Schinkenwürfeli dazu und erwärmen das Ganze, aber nicht kochen. Zuletzt den Parmesan darunter ziehen, danach die Sauce über die angerichteten Spargeln verteilen (nicht über die Spitzen ) .

**Spargelsalat mit gebratenen Scampi und Haselnussöl**

**Zutaten für 4 Personen :**

20 Stangen weißer Spargel

Salz, Zucker

Saft von einer Zitrone

50g Buttter

16 große Scampis, ohne Schale und Darm

30g Butterschmalz

2 geschälte Knoblauchzehen

2 Charlotten

2 große Tomaten

Salz, Pfeffer

1EL gehackte Petersilie

**Zubereitung :**

Den weißen Spargel von oben nach unten schälen, eventuell holzige Enden abschneiden. Wasser zum kochen bringen, Salz, Zucker, Zitronensaft und Butter zugeben.

Den geschälten Spargel in das kochende Wasser geben, einmal aufkochen lassen. Den Topf zur Seite stellen und den Spargel im Fond bißfest garziehen lassen.

Die Scampi in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz braten. Die Knoblauchzehen und Charlotten (beides fein gehackt) dazugeben. Alles gut vermischen.

Den Strung der Tomaten entfernen, auf der Oberseite kreuzweise einritzen und kurz in kochendes Wasser geben. Herausnehmen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Danach die Haut abziehen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen und in kleine Würfel schneiden. Zu den Scampis dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluß die gehackte Petersilie beigeben.

**Vinaigrette**

1 Charlotte, fein gehackt

0,1l Haselnußöl

8EL Balsamico Essig

5 EL Spargelfond

Salz, Pfeffer

Salate etwas Friseesalat, etwas Lollorosso

frischer Kerbel

Aus den obenstehenden Zutaten in einer Schüssel eine Vinaigrette herstellen. Die Spargelstangen mit der Vinaigrette marinieren. Die Salate putzen und gründlich waschen. Gut abtropfen lassen. Dekorativ auf dem Teller anrichten, den Spargel dazu geben, darauf die gebratenen Scampis legen, mit der restlichen Vinaigrette nappieren und mit dem frischen Kerbel ausgarnieren.

**SAUCEN**

**Sauce bourguinonne**

**Zutaten für 4 Personen:**

3 Scharlotten

80 g Butter

1/2 l guter Rotwein( wenn möglich Burgunder)

1 Büschel Petersilie

Salz,Pfeffer aus der Mühle, Thymian

1/2 Lorbeerblatt

1 dl Kalbsjus oder klare Sauce

1 Messerspitze Cayennepfeffer

**Zubereitung:**

Scharlotten hacken, dann mit 1 Esslöffel Butter dünsten, bis sie leicht Farbe annehmen. Mit Wein ablöschen, Petersilie, Thymian und Lorbeer zugeben. Auf kleinem Feuer bis zur Hälfte einkochen lassen. Durch ein Sieb streichen. Aufgelösten Bratenfond, Kalbsjuis oder klare Sauce zugeben und kurze Zeit leise köcheln lassen. Gut nachwürzen und die restliche Butter unter schwingen dazugeben. Sofort servieren oder kurze Zeit im Wasserbad warmhalten. Man kann der Sauce auch Champignons beigeben.

Sauce hollandaise

**Zutaten für 10 Personen:**

ca. 50 g gehackte Scharlotten

10-15 zerdrückte Pfefferkörner

6 Eigelb

Salz

0,5 dl Essig und Weisswein

0,5 dl Wasser

600 g Butter

Zitronensaft

ein Stäubchen Cayenne

**Zubereitung:**

Butter klarifizieren: erhitzen, Buttermilch absinken lassen, Butter abgiessen. Essig, Weisswein, Pfefferkörner und Scharlotten in einer Kasserolle ( Chromstahl) fast vollständig eindünsten und erkalten lassen. Das kalte Wasser und das Eigelb mit der Reduktion vermengen. Das Gemisch in einen Rührkessel umgiessen oder in der Kasserolle in ein Wasserbad stellen. Das Ganze in dem unter dem Siedepunkt gehaltenen Wasserbad fortwährend schwingen und zu einer dick bleibenden Creme verarbeiten (Masse bleibt zum teil am Schneebesen). An mässiger Wärme, ausserhalb des Wasserbades, die Butter langsam, unter tüchtigem aber leichtem schwingen, mit dem Schneebesen unter die Creme mischen. Vorsichtig salzen Zitronensaft und Cayenne zugeben durch trockenes Passiertuch passieren. Die Sauce lässt sich an temperierter Stelle kurze Zeit aufbewahren.

**Tomatensauce**

**Zutaten für 5 Personen:**

2 Dosen Pelati

1 Zwiebel

3 Knoblauchzehen

Italienische Kräuter

50 g Tomatenpureè

1 dl Rotwein

Gewürze

Oel zum dünsten

Die Zwiebeln und den Knobli fein schneiden, in etwas Oel andünsten mit dem Tomatenpurée tomatieren. Mit Rotwein ablöschen, die Pelati beifügen, alles ca.1 Stunde einkochen lassen. Von Zeit zu Zeit etwas Wasser nachgiessen (nur wenn Sauce zu dick wird) Gewürze und Kräuter nach eigenem Geschmack dazugeben.

Ailloili-Sauce

**Zutaten für 1 Liter:**

120 g Knoblauch

10 g Salz

250 g Kartoffeln

3 Eigelb

6 dl Olivenöl

1 Zitrone

Cayenne

**Vorbereitung:**

- Kartoffeln kochen oder dämpfen, pürieren, erkalten lassen.

- Knoblauch schälen und mit dem Salz im Mörser zu Püree zerreiben.

- Eigelb und Olivenöl auf Zimmertemperatur bringen.

**Zubereitung:**

- Kartoffelpüree, Eigelb und Knoblauch zu einer glatten Paste verrühren.

- Olivenöl in feinem Faden unter tüchtigem Schwingen unterrühren.

- Mit Zitrone, Salz und Cayenne abschmecken.

Sauce à la diable

**Zutaten für 4 Personen:**

2 Schalotten

2 dl Weisswein

4 El Weinessig

1 Tl Scharfer Senf

1 dl Bouillon

Petersilie, Kerbel, Estragon

1 El Pfefferkörner ( ca. )

1 El Cognac

Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer

30 g Butter

Schalotten feinhacken. Mit Wein und Essig aufkochen. Bis zur Hälfte einkochen lassen. Senf und Bouillon zugeben. Kräuter feinhacken und mit den Pfefferkörnern beigeben. Mit Cognac, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer gut abschmecken. Butter in Flocken unter die Sauce rühren.

**Tartarsauce**

**Zutaten für 1 Liter:**

600 g Mayonnaise

4 Eier

100 g Cornichons

100 g mager Quark

20 g Schnittlauch

Salz, Cayenne

**Vorbereitung:**

- Eier kochen, abkühlen, schälen und hacken

- Cornichons fein hacken

- Schnittlauch fein schneiden

**Zubereitung:**

- Alle Zutaten mit der Mayonnaise vermischen

- Mit Salz und Cayenne pikant abschmecken.

Cocktailsauce

**Zutaten für 1 Liter:**

600 g Mayonnaise

2,5 dl Tomaten-Ketchup

100 g mager Quark

30 g frischen Meerrettich

0,3 dl Cognac

Tabasco

1 Zitrone

**Vorbereitung:**

- Meerrettich schälen und fein reiben

**Zubereitung:**

- alle Zutaten miteinander verrühren

- Mit Tabasco, Zitronensaft und Gewürzen pikant abschmecken.

Meerrettichschaum

**Zutaten für 1 Liter**

180 g frischen Meerrettich

1/2 Zitrone

8 dl Vollrahm

Cayenne, Salz

**Zubereitung:**

- Meerrettich schälen und fein reiben

- Mit Zitronensaft mischen

- Rahm steif schlagen

- Rahm und Meerrettich vorsichtig vermischen

- Mit Salz und Cayenne abschmecken

Pesto

**Zutaten für 4 Personen:**

1 1/2 Tasse frische Basilikumblätter

1 Knoblauchzehe

1 El. Pinienkerne

2 El. Parmesankäse

2-3 El. Olivenöl

Basilikumblätter von den Stielen zupfen, Stiele fein hacken. Knoblauchzehe abziehen, in Scheiben schneiden. Basilikum ( Blätter und Stiele ), Knoblauch und Pinienkerene in einem Mörser zu einer Paste zerreiben, Parmesan und Olivenöl unterrühren.

Paprikasauce

**Zutaten für 4 Personen:**

100 g gehackte Zwiebel

2 El Butter

1El Paprika, edelsüss

3 dl Bouillon

1 El Tomatenpüree

2-3 El Rahm oder Sauerrahm

Zwiebeln hacken, in butter dünsten, bis sie hellgelb sind. Paprika zugeben. 3 Minuten unter Rühren weiterdünsten. Bouillon und Tomatenpüree beifügen. Aufkochen lassen und unter ständigem Rühren noch ca. 3 Minuten kochen. Den Rahm zugeben und ca. 10 Minuten eindicken lassen

Schnittlauch - Crème – Fraiche

**Zutaten für 4 Personen:**

**1**00 g Crème fraiche

1 Zitrone ( Saft davon )

Salz, Pfeffer

1 Bund Schnittlauch ( fein geschnitten )

3 dl Milch

Alle Zutaten verrühren. Die Sauce zu Fleisch, Fisch,Gemüse oder Kartoffelgerichten servieren.

Joghurtsauce

**Zutaten für 4 Personen:**

180g Joghurt nature

2 El. Korianderblättchen, gehackt

1/2 Tl. Salz

etwas Pfeffer aus der Mühle

etwas Blattsalat, zum garnieren

Joghurt in einer kleinen Schüssel verrühren, Koriander beigeben und mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Blattsalat garnieren.

Texas Barbecue Sosse – gekocht

**Zutaten für 4 Personen:**

1/4 Tasse Worchestshire - Sosse

1/2 Tasse gehackte Zwiebeln

1/2 Tasse brauner Zucker

1 Tasse Ketchup

1 Tl. Senf

je 1 Tl. Paprika- und Chilipulver

3 Knoblauchzehen, zerdrückt

1 Tasse Olivenöl

1 Tl. Salz

2 Zitronen, Saft davon

1 Tabasco zum abschmecken

Alle Zutaten in einem Topf verrühren und mindestens 30 Minuten köcheln lassen. Die Sosse lässt sich sehr gut auch in grösseren Mengen zubereiten und hält sich im Kühlschrank mehrere Wochen.

**Safran- Rahmsauce**

**Zutaten für 1 l :**

0,7 l Demi - glace

0.04 kg Butter

0,04 kg Schalotten

etwas Safran

0,2 l Weisswein

0,8 l Halbrahm

1 dl Pernod

1 x abschmecken

0,03 kg Butter

etwas Roux

**Vorbereitung:**

- Schalotten fein hacken

- 200 g Sautierte Champignons = 300 g Frische

**Zubereitung:**

- Schalotten in Butter dünsten

- Mit Weisswein ablöschen und einkochen

- 2 Messerspitzen Safran Pulver

- Rahm dazugeben und nochmals leicht einlochen lassen

- Durch feines Drahtspitzsieb passieren, abschmecken

- Safran Fäden und Sautierte Champignons beigeben

- Mit Butterflocken verfeinern

**Kräuterdip**

**Zutaten für 4 Portionen:**

1 EL Kapern

10 grüne Oliven,entsteint

150 g Naturjoghurt

1 TL Senf

1/2 TL Essig

etwas Salz

schwarzen Pfeffer aus der Mühle

je 1/2 Bund Petersilie,Schnittlauch und Dill

1 Knoblauchzehe

1 abschmecken

So wird's gemacht:

1. Die Kapern und den Oliven fein hacken.

2. Den Joghurt mit Senf und Essig glatt rühren und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

3. Die Kräuter waschen, trockentupfen und fein hacken. Den Knoblauch schälen und zerdrücken.

4. Die Kräuter und den Knoblauch unter die Joghurtsauce rühren.

**Kräutersauce**

**Zutaten für 1 Liter :**

1.Kalbs - Veloutè

0,05 Kg Butter

0,06 Kg Weissmehl

1,2 l Weisser Kalbsfond

1 x Abschmecken

Zubereitung:

* - Butter und Mehl zu Hellblondem Roux schwitzen
* - Roux erkalten lassen
* - Kalbsond aufkochen und dem Roux beirühren
* - Unter Rühren aufkochen
* - Etwa 30 Minuten leicht kochen lassen
* - Abschmecken
* - Durch feines Drahtspitzsieb passieren

Verrwendung:

Zum Herstellen der deutschen Sauce

1. Deutsche Sauc

0,8 l Kalbs - Veloutè

0,4 l Weisser Kalbsfond

2 Stk Eigelb

0,2 l Vollrahm

0,05 Kg Butter

1 x Zitronensaft zum abschmecken

1 x abschmecken 8 Salz , Cayenne )

Zubereitung:

* Kalbsfond schnell zu Glace einkochen ( bleibt hell )
* Glace der Veloutè beigeben, aufkochen
* -Am Herdrand unter Rühren dei Laision beigeben, nicht mehr aufkochen
* Abschmecken und durch feines Spitzsieb passieren
* Mit Butterflocken verfeinern

3.Kräutersauce

1 l Deutsche Sauce

0,03 Kg Küchenkräuter frisch

0,02 Kg Butter

Vorbereitung:

-Deutsche Sauce bereitstellen

-Kräuter waschen und je nach Art zupfen, schneiden oder hacken

Zubereitung:

* Die Kräuter der Sauce beifügen und mit Butterflocken verfeinern

Hinweis:

* Die Kräutersauce wird je nach Verwendung von der entsprechenden kleinen Grundsauce abgeleitet
* Wird für die Kräutersauce nur ein Küchenkraut verwendet, so wird die Sauce entsprechend bezeichnet, zum Beispiel Dillsauce

**Currysauce**

**Zutaten für ca. 1/2 Liter:**

wenig Butter

½ st. Zwiebel

1 Zehe Knoblauch

¼ st. Apfel fein geraffelt

1,5 EL. Mehl

1 EL. Curry

1 Stk Chili fein gehackt

3 dl. Bouillon (oder Wasser und ½ Bouillonwürfel)

ca. 9 dl Sauerhalbrahm

<2 dl. Rahm

Zubereitung:

Die Butter schmelzen, die feingehackte Zwiebel und Knoblauch darin dünsten, Apfel, Mehl und Curry beigeben und unter ständigem Rühren dünsten.

Mit der Bouillon ablöschen, und 5 - 10 min kochen lassen.

Am Schluss mit dem Rahm verfeinern und fein gehackten Chili beigeben

**Knoblauchbutter**

**Zutaten für 1 Portionen:**

250 g Butter, weich

1 EL Petersilie, (TK)

½ TL Chilipulver, türkischer Chili, (Pulbiber)

2 Knoblauchzehe(n), gepresst

½ TL Salz

evtl. Tomatenmark

Butter, Knoblauch, Petersilie, Chilipulver und Salz miteinander vermengen.

Wer mag, kann noch etwas Tomatenmark unterrühren. Kühl stellen.

Die Butter ist der absolute Renner auf jeder Grillparty.

Arbeitszeit:

ca. 5 Min.

Schwierigkeitsgrad:

simpel

**Kräuterbutter**

**Zutaten**

250 g Butter, weich

2 Bund gemischte Kräuter, z. B. Petersilie, Schnittlauch, Kerbel und Mayoran

0.5 TL Salz, Pfeffer

2 EL Zitronensaft

**Zubereitung**

* 1. Butter mit einem Handrührgerät ca. 5 Minuten zu einer luftigen, weisslichen Masse schlagen.
* 2. Kräuter waschen, trocken tupfen und fein hacken.
* 3. Kräuter zur Butter geben und mischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
* 4. Kräuterbutter in einen Spritzsack füllen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech Rosetten spritzen.
* 5.Bis zum Servieren kühl stellen.

**Tipps**

* Passt zu grilliertem oder gebratenem Fleisch und Fisch.
* Die portionierte Kräuterbutter auf einem Blech tiefkühlen. Dann in Plastikbehälter füllen.
* Satt Rosetten spritzen, Butter auf ein Backpapier geben und zu einer Rolle formen. Vor dem Servieren in Scheiben schneiden.
* Eine sehr fein gehackte Schalotte mit den Kräutern unter die Butter mischen.

**Haltbarkeit**

* Frische Kräuterbutter bleibt gut verpack im Kühlschrank ca. 2 Wochen haltbar.
* Tiefgekühlte Kräuterbutter bleibt gut verpackt 2–3 Monate haltbar.

**Gekühlte grüne Chilisauce**

**Zutaten für 4 Personen:**

3 lange fleischige milde Chilischoten

3 Frühlingszwiebeln gehackt

1 Knoblauchzehe

125 g Sauerrahm

125 ml Mayonnaise

1 Bio Zitrone Saft und abgeriebene Schale

1/4 Tl Meersalz

Die Chilischoten auf dem Grill rösten bis sich die Haut löst. Vom Grill nehmen und auskühlen lassen.

Die Chilischote vom Stiehl befreien häuten und entkernen. Das Fruchtfleisch grob hacken und zusammen mit den Frühlingszwiebeln und Knoblauch im Mixer zu einer glatten Paste verarbeiten. Die restlichen Zutaten hinzufügen und 1-2 Minuten weiter mixen, bis eine glatte Sauce entsteht. Abschmecken und 30 Minuten kalt stellen.

**Béchamel-Sauce**

Zubereitungszeit

ca. 40 Minuten

Zutaten

20 g Butter

20 g Weissmehl

6 dl Milch

Salz

Pfeffer

Muskatnuss

ergibt ca. 5 dl

Zubereitung

1. Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen.

2. Mehl beigeben.

3. Bei kleiner Hitze unter ständigem Rühren dünsten, sodass eine kompakte, hellblonde Masse entsteht (Mehlschwitze).

4. Mit Milch ablöschen und unter ständigem Rühren aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. 15 Minuten auf kleiner Hitze unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen.

5. Sauce bis zum Anrichten warm halten.

Tipps

Würze: Zwiebel schälen, hacken und in der Butter andünsten.

Würze: Anstelle von Salz, Bouillon verwenden.

Regel: Eine Komponente – Mehlschwitze oder Milch – muss für die Herstellung der Sauce immer kalt bzw. warm sein. Nur so kann die Sauce binden.

Varianten

Kräuterrahmsauce: gehackte Kräuter, z. B. Basilikum und Oregano, unter die Sauce rühren.

Pilzrahmsauce: Pilze in mundgerechte Stücke schneiden, mit Zwiebeln in Butter andünsten, mit der Sauce mischen.

**BEILAGEN**

**Röschti**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 l Wasser

1 Tl. Salz

1 kg leicht mehlige Kartoffeln

Alles zusammen aufkochen, dann ca. 20 Minuten köcheln, Wasser abgiessen und Kartoffeln gut auskühlen. Die ausgekühlten Kartoffeln schälen und an der Röschtiraffel reiben. 2 1/2 El. Bratbutter erwärmen, Kartoffeln beigeben. 3/4 Tl. Salz darüberstreuen, Kartoffeln auf kleinem Feuer unter gelegentlichem wenden anbraten, zudecken und weiterbraten bis sich nach 15 Minuten eine goldgelbe Kruste gebildet hat. 1 El. Butter in kleinen Stückchen ringsum am Pfannenrand verteilen, schmelzen lassen, 5 Minuten weiterbraten und Röschti auf eine Platte stürzen.

Butternudeln

**Zutaten Pro Person:**

80 g Nudeln

Salz, Wasser

Butter

Gewürze

Wasser mit Salz aufkochen, immer eine grosse Pfanne dafür verwenden. Die Nudeln hinein geben und unter ständigem rühren ( 5-8 Min.) gar kochen. In ein Löcherbecken abschütten, dann in eine Schüssel anrichten, nach belieben würzen und Butterflocken beigeben. Sofort servieren.

Chnöpfli

**Zutaten für 6 Personen:**

2,5 dl Milch oder Milchwasser

500 g Mehl

8 Eier

100 g Griess

1 Gutsch Essig

50 g frische Butter

Salz, Muskatnuss

**Zubereitung:**

Milch oder Milchwasser mit den Eiern gut verrühren. Das Mehl dazuarbeiten. Das Griess daruterziehen. Essig, wenig Salz und Muskatnuss beigeben. Der Teig muss zähflüssig sein. Eine Stunde ruhen lassen. 4 Liter Wasser mit 1 Tl. Essig und 1 El. Salz aufkochen. Den Chnöpfliteig durch ein Lochsieb portionenweise in die Pfanne drücken. Aufkochen lassen.

Die Chnöpfli mit der Schaumkelle herausheben, sobald sie an der Oberfläche schwimmen. Abtropfen lassen, mit wenig Salz und Muskat würzen. Kurz in Butter schwenken, ohne anbraten zu lassen.

Neue Bratkartoffeln

**Zutaten für ca. 2 Personen:**

150-200 g neue Bratkartoffeln

Butter

Salz

Pfeffer

Die Kartoffeln zuerst waschen. Die grösseren der Länge nach halbieren, die kleineren kann man ganz braten. Im heissen Wasser gar kochen, und anschliessend ins Löcherbecken abschütten. Butter in die Bratpfanne geben und die Kartoffeln bis sie schön goldgelb sind braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Reis auf mexikanische Art

**Zutaten für ca. 4 Personen.**

**Aufwand ca. 3/4 h:**

200 g Langkornreis

2 Tomaten

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

2 Karotten

1 grüne Paprikaschote

2 El. Öl

2 El. gehacktes Koriandergrün

Salz

Den Reis in einem Sieb unter fliessendem Wasser waschen und ihn dann gut abtropfen lassen. Die Tomaten überkreuz einritzen, mit heissem Wasser überbrühen, enthäuten, von den Stielansätzen befreien und würfeln. Die Zwiebeln vierteln, den Knoblauch halbieren. Die Tomaten zusammen mit Zwiebeln und Knoblauch pürieren. Die Karotten schälen und in feine Scheiben schneiden, die Paprikaschote fein würfeln.

Das Öl in einem Topf erhitzen und den Reis und die Karottenscheiben darin unter Rühren 2 - 3 Minuten braten. Tomatenpüre, Paprikawürfel und etwa 300 bis 350 ml Wasser hinzufügen, salzen und aufkochen lassen. Dann den Topf verschliessen und den Reis bei sehr milder Hitze in 20 bis 25 Minuten ausquellen lassen. Eventuell noch etwas Wasser hinzufügen. Das fertige Gericht mit dem Koriandergrün bestreuen.

Mohnschupfnudeln

**Zutaten für ca. 4 Personen:**

500 g Kartoffeln, mehlige Sorte, geschält und geviertelt

1 mittlere Zwiebel, geschält

1 Ei, verquirlt

2 El. Mohnsamen, leicht geröstet

Salz, schwarzer Pfeffer

30-50 g Mehl, je nach Stärkegehalt der Kartoffeln

4 El. Bratbutter

**Zubereitung:**

Kartoffeln in wenig Salzwasser weichkochen. Abschütten, in die Pfanne zurückgeben und auf der ausgeschalteten Herdplatte trocken dämpfen. Dann in das Passevite geben und in eine Schüssel passieren. Die Zwiebeln an der Bircherraffel dazureiben. Ei und Mohnsamen beifügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut mischen. Dann zunächst 30 g Mehl beifügen und rasch einen Teig kneten; sollte er zum Formen noch zu nass sein, etwas Mehl nachgeben. Portionenweise zu langen, 1 cm dicken Rollen formen. Davon etwa 3 cm lange Stücke abschneiden und diese mit bemehlten Händen zu kleinen, an den Enden zugespitzten Würstchen formen. Auf ein gutbemehltes Küchentuch legen, darauf achten, dass sie sich nicht berühren.

Reichlich Salzwasser aufkochen. Schupfnudeln portionenweise hineingeben und ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen. Auf eine Platte oder ein Serviertablett mit glatter Oberfläche legen; sie sollen sich nicht berühren, damit sie nicht aneinanderkleben. Die Schupfnudeln in der Bratbutter auf der Unterseite langsam goldbraun braten. Erst dann wenden und fertigbraten.

**Exotischer Reis**

**Zutaten für 4 Personen:**

250 g Reis

1 El. Butter

je 2 gelbe und rote Peperoni

1 Apfel, geschält

1 Banane

**Zubereitung:**

Reis im Salzwasser << al dente >> kochen und gut abtropfen lassen. Peperoni, Apfel und Banane in kleine Würfel schneiden und in der Bratpfanne mit der Butter 5 Minuten dämpfen. Reis kurz mitbraten und sofort servieren.

**Steinpilzrisotto**

**Zutaten für 10 Personen:**

0,5 dl Olivenöl

150 g Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

600 g Vialone Reis

1,8 l Bouillon

1,5 dl Weisswein

1 Lorbeerblatt

2 Salbeiblätter

100 g Sbrinz gerieben

30 g Butter

Steinpilze nach Belieben

Feingehackte Zwiebeln und Knoblauch im Olivenöl dünsten. Reis dazugeben, kurz mitdünsten. Mit

Bouillon ablöschen. Gewürze dazugeben. Fond nach und nach aufgiessen. Steinpilze zu geben. 17-18 Minuten langsam sieden, hin und wieder mit dem Holzlöffel umrühren. Weisswein, Butter und Sbrinz sorgfältig darunterziehen. Abschmecken.

Tessiner- Kartoffeln

**Zutaten für 4 Personen:**

10-12 mittelgrosse Kartoffeln

150 g Emmentaler

150 g Bratspeck

3 El. flüssige Butter

etwas Paprika und Salz

Die Kartoffeln schälen. Auf der Oberseite in Abstand von 1/2 cm quer einschneiden. In die Einschnitte abwechslungsweise Käse und Speck einstecken. Die Kartoffeln auf einem bebutterten Backblech mit der flüssigen Butter beträufeln und mit Paprika bestäuben und leicht salzen. Im heissen Ofen bei 180° C ca. 50 Minuten garbacken.

**PS: Statt Speck kann auch Schinken verwendet werden**.

Polenta alle ticinese

**Zutaten für 4-6 Personen:**

1 1/2 l Wasser

1 El. Salz

500 g Mais ( Polentagriess, nach Belieben grob- oder feinkörnig )

**Zubereitung:**

Das Wasser mit Salz in einer grossen Pfanne aufkochen. Den Mais unter Rühren hineingeben. Immer in der gleichen Richtung rühren, bis die Polenta glatt ist. Es dürfen sich keine Klumpen bilden. Die Hitze reduzieren und langsam weiterrühren, bis sich nach ungefähr 30 Minuten am Pfannenrand eine dünne Kruste bildet. Von diesem Zeitpunkt an nochmals 10- 15 Minuten weiterkochen. Die Polenta auf ein Holzbrett oder ein flaches Weidenkörbchen stürzen. Mit einem Leinentüchlein bedecken auf den Tisch bringen. Mit einer dünnen Schnur oder einem hölzernen Polentamesser in Portionen aufteilen.

Risotto alla birra

**Zutaten für 4 Personen:**

400 g Vialone Reis

20 g Speckwürfeli

65 g Butter

1 kleine Zwiebel, gehackt

100 g Wirsingkohl, gehackt

1 1/2 l Bouillon

50 g geräucherter, gekochter Schinken, in Würfeli geschnitten

1/2 El. Petersilie, gehackt

1 dl Bier

80 g geriebener Parmesan

**Zubereitung:**

Speckwürfeli und Zwiebel mit 20 g Butter anbraten. Den Kohl beifügen und ein paar Minuten dämpfen. Den Reis daruntermischen und die Bouillon dazugiessen. Unter ständigem Rühren weiterkochen. Nach 15 Minuten den Schinken, die Petersilie und das Bier hinzugeben. Fertigkochen ( ca. 5 Minuten ) und mit der restlichen Butter und dem Parmesan verfeinern.

Salzkartoffeln

**Zutaten für 4 Personen:**

5 dl Wasser aufkochen

1 Tl. Salz würzen

600 g Kartoffeln waschen, schälen, abspülen, in gleichmässige Stücke schneiden, zugeben.

Auf kleiner Stufe zugedeckt kochen. Kochzeit 10-15 Min.Wasser abgiessen.

Pfanne nochmals auf die warme Platte stellen, abdecken, Wasser verdampfen lassen, bis Kartoffeln trocken sind.

**Pilzragout mit Rösti**

**Zutaten für 4 Personen:**

600 g frische Pilze, gemischt, z.B. Shiitake, Austernpilze, Eierschwämme, Steinpilze,

Champignons waschen, mit Haushaltpapier gut trocknen, evtl. nur mit

dem Pinsel reinigen. Pilze zerkleinern

1 Esslöffel Margarine oder Butter in

1 Esslöffel Olivenöl einer grossen Pfanne heiss werden lassen

gerüstete Pilze zugeben, unter Wenden 2 - 3 Minuten anbraten, Hitze

reduzieren

2 Schalotten, fein gehackt

2 Knoblauchzehen, in Scheibchen

1 Esslöffel frische Thymianblättchen zugeben, andämpfen

3 Stengel Stangensellerie in feine Scheibchen schneiden, beifügen, mitdämpfen

4 Esslöffel Cognac oder Whisky dazugissen, auf kleinem Feuer 2 - 3 Minuten köcheln

3/4 Teelöffel Salz, Pfeffer

1 Messerspitze Cayennepfeffer würzen

1 Becher Saucen rahm (180 g) zugeben, mischen, 5-10 Minuten köcheln

1 Bund Schnittlauch oder Petersilie fein schneiden, zuletzt darüberstreuen

Rösti

750 g gekochte Kartoffeln, vom Vortag schälen, an der Röstiraffel reiben

2 Esslöffel Öl oder Bratbutter in der Bratpfanne heiss werden lassen, Kartoffeln beigeben, auf kleinem Feuer unter gelegentlichem Wenden leicht an- braten

1/2 Teelöffel Salz, Pfeffer, Muskat würzen, mischen, zu einem Kuchen formen, nicht mehr

bewegen, zugedeckt auf kleinem Feuer ca. 15 Minuten

fertigbraten

einige Margarine- oder

Butterstückli am Pfannenrand verteilen, 5 Minuten weiterbraten,

Rösti auf Platte stürzen

Tips

An Stelle von Stangensellerie 2 frische Tomaten oder ]/2 Dose (ca. 200 g) gehackte Pelati beigeben.

An Stelle von Rösti Ragout auf Toast anrichten, oder Salzkartoffeln oder Teigwaren dazu servieren.

Spätzli

**Zutaten für 4 Personen:**

300 g Mehl

3 - 4 Eier

1 1/2 dl Wasser ( etwas mineral - Wasser )

1 Tl. Salz

**Zubereitung:**

Mehl in eine Schüssel geben. Den Rest der Zutaten mit dem Mehl mischen, mit einer kelle oder mit dem Handrührwerk bearbeiten bis ein elastischer, dicker Teig entsteht. 1/2 Stunde stehen lassen.

Salzwasserzum kochen bringen und Spätzli portionenweise zubereiten, aufkochen, herausnehmen und im Sieb kalt abspülen. Vor dem Servieren nochmals im Salzwasser erhitzen.

Mit etwas Reibkäse servieren.

Richis Tomatenpolenta gratiniert

**Zutaten für 4 Personen:**

**Sauce : (** Die Zutaten für die Sauce ca. 1 h köcheln lassen **)**

400 g Pelati

1/2 Tube Tomatenpüree

3 dl Rotwein

1/2 Zwiebel

Oregano, Petersilie, Basilikum

**Polenta :**

100 g Kochbutter

1/2 l Weisswein

1 El. Salz

500 g Polentagriess fein oder grobkörnig

250 g Speckwürfeli

1-2 Zwiebeln fein gehackt

**Zubereitung :**

Man gebe das Salz zusammen mit 1 Liter Wasser in eine grosse Pfanne. inzwischen brät man die Zwiebeln und Speckwürfeli an. Ist das Wasser aufgekocht, gibt man den Wein zusammen mit den Zwiebeln und Speckwürfeli in die Pfanne. Jetzt die Polenta unter Ständigem rühren langsam beifügen. Stets in die gleiche Richtung rühren, bis die Polenta glatt ist. Es darf keine Klumpenbildung geben. Nun fügt man die Butter bei und lässet diese bei reduzierter Hitze und langsamem rühren zergehen. Dann nimmt man die Pfanne vom Herd.

Mit einer Holzkelle gibt man die Polentamasse in eine vorgefettete Gratin - oder Lasagneschüssel. Die Schüssel sollte ungefähr halb voll sein. Die Masse mit der Kelle schön glatt streichen. Nun füge man die vorgekochte Tomatensauce und etwas Reibkäse über die Polenta. Jetzt geht es ab in den vorgeheizten Backofen wo das Ganze bei 250°C während 20 Min. gratiniert wird.

Merlot – Risotto

**Zutaten für 4 Personen:**

1 El. Butter oder Margarinein einer Pfanne warm werden lassen

1 Zwiebel,fein gehackt

1 Knoblauchzehe**,** gepresst andämpfen

300 g Risottoreis,z.B. Vialone Carnaroli, Arborio unter Rühren dünsten, bis er glasig ist

3 dl Rotwein**,** z.B. Merlot die Hälfte dazugiessen, vollständig einkochen,

Rest beigeben, ebenfalls vollständig einkochen

7 dl kräftige Gemüsebouillon,heiss unter häufigem Rühren nach und nach dazugiessen,

so dass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Köcheln, bis der Reis cre- mig und al dente ist. nach bedarf Salz

1 Messersp. Cayennepfefferwürzen und servieren.

**Pizzakartoffeln**

**Zutaten für 4 Personen:**

4 grosse Kartoffeln

3 Zweige Oregano

3 Zeige Basilikum

150 g Mozarella

2 El. Tomatenpüree

etwas Salz und Pfeffer

Kartoffeln waschen und ungeschält knapp weich garen. In der Zwischenzeit die Kräuter fein hacken und den Mozzarella in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln etwas abkühlen lassen und der Länge nach zweimal durchschneiden. Die Schnittflächen mit Tomatenpüree bestreichen und mit den Mozzarellascheiben belegen. Mit den Kräutern sowie Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln wieder auftrürmen und in Alufolie gewickelt auf dem Grill oder in der Glut etwa 15 Min. garen.

**Kartoffelspiesschen**

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g sehr kleine Kartoffeln

6 El Olivenöl

etwas Salz und Peffer

So wird’s gemacht:

1. Die Kartoffeln unter fliessendem Wasser gut waschen und bürsten, dann trockentupfen.

2. Die Kartoffeln auf 8 Spiesse stecken und mit etwas Öl bestreichen,

3. Die Spiesse in Alugrillschalen legen und unter häufigem Wenden etwa 20 Minuten grillen, Sie während dieser Zeit mehrfach mit etwas Öl bestreichen.

4. Die gegrillten Kartoffeln mit etwas Salz und gemahlenem Pfeffer bestreuen. Sie werden mit der Schale gegessen.

**Prosecco-Risott**

Zutaten für 4 Personen

1 Stück Zwiebel, mittel

1 Esslöffel Butter, (1)

200 g Risottoreis, (z.B. Carnaroli, Vialone oder Arborio)

2 dl Prosecco, (1)

5 dl Hühnerbouillon

50 g Butter, (2)

0.25 Stück Zitrone, abgeriebene Schale

50 g Parmesan, frisch gerieben

Salz, weisser Pfeffer, frisch gemahlen, nach Belieben

0.5 dl Prosecco, (2)

1. Die Zwiebel schälen und sehr fein hacken.

2. In einer Pfanne die Butter (1) schmelzen. Die Zwiebeln darin glasig dünsten. Den Reis hineingeben und unter Rühren dünsten, bis die Reiskörner zu knistern beginnen. Mit Prosecco (1) ablöschen und diesen unter Rühren vollständig einkochen lassen.

3. Nun nach und nach die Bouillon dazugiessen und jeweils unter häufigem Rühren vom Reis aufnehmen lassen; der Reis soll am Schluss weich, jedoch im Kern noch bissfest und die Konsistenz des Risotto suppig sein. Wenn nötig noch etwas Flüssigkeit nachgeben.

4. Zum Fertigstellen Butter (2), Zitronenschale und Parmesan unter den fertigen Risotto ziehen und nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Unmittelbar vor dem Servieren den Risotto mit dem Prosecco (2) abschmecken.

**Dessert**

**Crêpes ( Dessertomlette )**

**Zutaten für ca. 40 Stück:**

150 g Mehl

6 Eier

50 g zerlassene Butter

1/2 l Milch

50 g Zucker

5 g Salz

Zitronenzeste oder Orangenzeste oder Vanille

wenig Butter

In einer Schüssel, Mehl, Zucker und Salz gut vermischen. Die Milch auf einmal dazugeben. Verrühren, bis die Masse knollenfrei ist.

Die separat aufgeschlagenen Eier, die Butter und die Aromastoffe zugeben. Alles zusammen verrühren. Crêpes Pfännchen erwärmen, leicht buttern.

Kleines Quantum der Masse unter bewegen des Pfännchens zugeben. die Oberfläche muss gleichmässig mit einer dünnen Schicht bedeckt sein. Die kleinen Pfannkuchen beidseitig goldgelb backen.

Kann je nach Belieben mit Zucker bestreut mit Vanille Glace serviert oder mit Konfitüre bestrichen werden.

Erdbeeren mit Bananen Joghurt Schaum

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Erdbeeren

2 El. Puderzucker

2 El. Orangenlikör

4 kleine Bananen

2 El. Zitronensaft

2 Becher Natur Joghurt à 180 gr

2 Tl. Vanillezucker

4 El. Zucker

**1.** Erdbeeren waschen, rüsten und je nach Grösse halbieren oder vierteln. Mit dem Puderzucker und

dem Orangenlikör mischen, und kurz ziehen lassen.

**2.** Bananen schälen, in Rädchen schneiden und mit dem Zitronensaft, dem Joghurt, dem Vanillezucker und dem Zucker mit dem Mixer pürieren.

**3.** Zum servieren den Bananenschaum in tiefe Dessertteller anrichten und die Erdbeeren darüber verteilen.

Limettenschaum

**Zutaten für 4 Personen:**

2 Eiweiss

1 Prise Salz

30-40 g Zucker

2 Limetten ( Saft )

Schale von 2 Limetten ( gerieben )

2 Becher Joghurt

4 cl. Gin

Limettenschale und Limettenscheiben zum garnieren.

Die Eiweisse mit dem Salz in eine Schüssel geben und steif schlagen. Den Zucker unter ständigem schlagen einrühren. Den Limettensaft tropfweise darunterschlagen.

Die geriebene Schale der Limetten mit dem Joghurt und dem Gin in eine Schüssel geben und glattrühren. Das Eiweiss vorsichtig unter den Joghurt heben. Den Limettenschaum dekorativ anrichten, mit geriebener Limettenschale bestreuen, mit einer gedrehten Limettenschale und Limettenscheiben ausgarnieren und servieren.

Zabaione

**Zutaten: für 4 Personen:**

4 Eigelb

4 Eierschalen Zucker

4 Eierschalen Marsala

4 Kugeln Vanilleglace

**Zubereitung:**

Eigelb vom Eiweiss trennen und in eine Metallschüssel geben. Zucker und Marsala hinzufügen. Mit dem Mixer schlagen, bis ein fester, luftiger Schaum entsteht. In ein Wasserbad mit heissem Wasser stellen und so lange weiterschlagen, bis der Schaum warm und luftig ist. Mit einer Kugel Glace Zabaione sofort servieren, da sich der Schaum sonst wieder verflüssigt.

**Mattonella di Castagne**

**Zutaten für 6-8 Personen:**

**Kastenform von 24cm Durchmesser**

500 g Kastanien

150 g Mascarpone

100 g bittere Schokolade

3 El. Rum

3 El. Brandy

80 g Zucker

1 Beutel Vanillezucker

12 Katzenaugen oder Mandelbögen

Salz

**Zubereitung:**

Die Kastanien mit einem spitzen Messer quer einritzen. In einen Topf geben, mit kaltem Wasser zudecken, etwas Salz zugeben, zudecken und 30 Min. kochen. Die Kastanien portionenweise aus dem Topf nehmen und sofort schälen. Alle braunen Häutchen müssen entfernt werden. Die Kastanien durch das feinste Sieb der Passiermaschine treiben und in eine Schüssel geben. Die Schokolade im Wasserbad oder in einem kleinen Pfännchen bei ganz kleiner Hitze schmelzen. Die flüssige Schokolade unter das Kastanienpüree rühren. Zucker, Vanillezucker und Mascarpone unter ständigem rühren löffelweise beifügen. Zuletzt Brandy und Rum dazu mischen. Die Kastenform mit Alu-oder Klarsichtfolie auslegen. Die Masse einfüllen. Gut schütteln, damit keine Luftlöcher entstehen. Die Oberfläche glattstreichen, dann die Form mit Folie bedecken und im Tiefkühlfach 1 Stunde gefrieren lassen. Zum Anrichten die Mattonella auf eine Platte stürzen und mit den Katzenaugen oder Mandelbögen garnieren. Das Halbgefrorene am Tisch in nicht zu dünne Scheiben aufschneiden.

**Hinweis:**

### Für diese Süssspeise lassen sich auch tiefgekühlte, bereits geschälte Kastanien verwenden. Dieses

### Dessert lässt sich nach dem Anschneiden 1 Woche im Kühlschrank aufbewahren, wenn man es gut in Alufolie verpackt.

**Tirami Su**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 Biscuitboden

5 Eigelb

100 g Puderzucker

200 g Mascarpone

3 Eiweiss

100 g Zucker

1dl geschlagener Rahm

1 El. Vanillezucker

1 El. Rum

1 El. Zitronensaft

Flüssiger starken Kaffee

Kakao Pulver

Eigelb, Puderzucker, Masscarpone sehr gut miteinander vermischen und mit dem Schneebesen zu einer cremigen Masse schlagen. Eiweiss und Zucker sehr steif schlagen, die geschlagene Sahne unterziehen, mit Vanillpulver, Rum und Zitronensaft würzen. Unter die Creme rühren.

Den Tortenboden in dünne Scheiben aufschneiden, mit flüssigem Kaffee tränken mit Creme bestreichen und übereinander in einer Form schichten. Den Abschluss bildet eine Cremschicht, die dick mit Kakaopulver bestreut wird. Das ganze sehr gut kühlen lassen.

Birnencreme mit Schokoladensauce

**Zutaten für 4 Personen:**

1 grosse Dose Birnenstücke

1 El. Wiliams

2 El. Crème fraîche oder Mascarpone

6 El. Schogicreme

1 Zitrone

**Zubereitung:**

Die Birnenstücke in einem Sieb sehr gut abtropfen lassen, mit dem Wiliams und der Crème fraîche eine dicke Crème pürieren. Falls nötig, mit etwas Birnensaft bis zur gewünschten Konsistenz verdünnen. In Portionsschälchen anrichten, jeweils einen Klecks Schogicrème daraufsetzen und mit geraffelter Zitronenschale bestreuen.

**Papaya Dessert**

**Zutaten für 4 Personen:**

2 Stk. Papaya

1 Limette

1/4 l Schlagrahm

**Zubereitung:**

Papaya halbieren, und Kernen entfernen. Auf einem Teller anrichten mit Schlagrahm füllen und mit

Limetten garnieren.

Gestürzte Karamelcreme

**Zutaten für 10 Personen:**

200 g Griesszucker

1/2 dl Wasser

1 l Milch

1 Vanilleschote

300 g Vollei, aufgeschlagen

80 g Eigelb

150 g Griesszucker

**Vorbereitung:**

Zucker hellbraun karamelisieren, mit heissem Wasser auflösen und zu dickem Sirup kochen.

In Timbale-Förmchen verteilen. Vanilleschote längs halbieren, auskratzen, Mark und Schote zur Milch geben.

**Zubereitung:**

Milch und Vanilleschote aufkochen. Eier, Eigelb und Zucker verrühren ( nicht schaumig ). Heisse Milch unter Rühren nach und nach dazugiessen. Eiermilch durch ein feines Sieb passieren und in die Timbale-Förmchen füllen. in einem Wasserbad im Ofen bei etwa 160°C pochieren ( Nadelprobe ) oder im Steamer ohne Druck dämpfen ( ohne Wasserbad ). Die Formen aus dem Wasserbad nehmen, auskühlen lassen. Karamelcreme stürzen.

Himbeer-und Heidelbeersorbet

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Quark aus Vollmilch oder Halbfett ( kalt )

6 El. Rahm ( kalt )

4-6 El. Puderzucker

1 Päckli Vanillezucker

300 g Himbeeren tiefgekühlt

300 g Heidelbeeren tiefgekühlt

**Garnitur:**

50 g Quark

1/2 dl Rahm zusammen mischen

**Zubereitung:**

Alle Zutaten bis und mit Vanillezucker mischen, Masse halbieren, Himbeeren zu einer Hälfte geben, die Heidelbeeren zur anderen. Beides getrennt im Mixer pürieren.

Je hälftig in Dessertschalen anrichten. Für die Garnitur Quark-Rahm Gemisch mit einer Gabel marmorartig unter die Masse ziehen und sofort servieren.

**Heissi Beeri**

**Zutaten für 4 Personen:**

ca.100 g Zucker

ca.2 dl Orangensaft

500 g Beeri ( Himbeeren, Brombeeren oder andere Früchte )

Grand Manier

250 g Vanilleglace

**Zubereitung:**

Zucker in einer Bratpfanne ( nach Möglichkeit keine Teflonpfanne ) Caramelisieren. Wenn der Zucker schön verlaufen ist mit Orangensaft unter ständigem rühren ablöschen und wieder auflösen lassen. Beeri oder andere Früchte beigeben und leicht köcheln lassen. Mit Grand Manier nach belieben abschmecken. In Suppenteller die Beeri mit der Sauce verteilen und Vanilleglace auf die Beeri geben. Sofort servieren.

Marinierte Erdbeeren

**Zutaten für 13 Personen:**

2 kg Erdbeeren, halbiert

7 dl Rahm

Grand Marnier

6 El. Zucker

1 Sträusschen Pfefferminze

2 Kg Vanille-Glace

**Zubereitung:**

Halbierte Erdbeeren in eine Schüssel geben Mit Zucker bestreuen Etwas Grand Marnier drüber giessen Einwirken lassen

**Servieren:**

Erdbeeren auf Teller verteilen, etwas Vanille-Glace darauf geben, etwas halbdicken Schlagrahm drüber verteilen und mit Pfefferminzblätter garnieren

Rohe Apfelcrème

**Zutaten für 4 Personen:**

2 dl Rahm schlagen

1 El. Zucker

1 Tl. Vanillinzucker zugeben

1 Zitrone Schale dazureiben, Saft auspressen, beifügen

4-6 Äpfel waschen, event. schälen, fein dazuraffeln sofort mischen

Anstelle von 2 dl Rahm 1 dl Rahm und 1 dl Joghurt naturè verwenden.

Kokoscreme mit Ananas

**Zutaten für 4 Personen:**

ca. 4 dl Kokosmilch

1/2 El. Esslöffel Limettensaft

3 El. Zucker

2 El. Maizena, alles in einer Pfanne mit dem Schwingbesen verrühren, unter Rühren aufko- chen, in eine Schüssel giessen, auskühlen.

1 dl saurer Halbrahm, daruntermischen, zugedeckt kühl stellen.

1 dl Rahm, steif schlagen kurz vor dem Servieren sorgfältig daruntermischen.

1 Baby-Ananas, waschen, längs halbieren, dann vierteln, bei jedem Schnitz Strunk

weg- schneiden, Fruchtfleisch mit flach gehaltenem Messer von der Schale lösen, auf

der Schale in Scheiben schneiden und versetzt anordnen, zur Creme servieren.

2 El. Kokos-Chips, geröstet zum Verzieren.

Eiscremroulade

**Zutaten: Für 2 Rouladen:**

10 Eier

3 Eigelb Im Wasserbad warm-kalt schlagen

300 g Zucker

200 g Mehl vorsichtig melieren ( gesiebt )

30 g Fécule

**Zubereitung:**

Masse auf Backpapier glatt streichen. Backen 190°-200° , Zug offen oder Umluft. Mit Zucker bestreuen, Papier wenden mit Wasser anfeuchten. Papier kann dann leicht abgelöst werden.

**Vorsicht** nicht zu lange backen, da dann das Bisquit nicht gerollt werden kann!

Bisquit nach Belieben mit angetauter Eiscreme, Marmelade oder beidem bestreichen, jedoch nicht zu dick. Beim verwenden von Eiscreme nach dem Rollen die Roulade einige Minuten in den Tiefkühler legen. Auf jeden Fall kühl servieren.

Amaretto-Pfirsiche

**Zutaten für 3 Personen:**

1 kleine Dose halbierte Pfirsiche

1/2 Glas entsteinte Kirschen

1 El. Butter

1 El. Zucker

3 El. Amaretto

1 gehäufter El. Mandelblättchen

Die Pfirsiche abtropfen lassen, den Saft dabei auffangen. Die Kirschen abtropfen, den Saft anderweitig verwenden. In einer kleinen Pfanne die Butter schmelzen, den Zucker darin zu einem hellen Karamel kochen. Mit Amaretto ablöschen, etwa 1/8 l Pfirsichsaft zufügen und alles um die Hälfte einkochen.

Pfirsiche und Kirschen darin vorsichtig erwärmen. zum Schluss mit Mandelblättchen bestreuen. Warm servieren, nach Belieben mit Schlagsahne.

Bananenflan

**Zutaten für ca. 4-6 Portionen:**

**Aufwand ca. 30 Minuten:**

4 Bananen

1 P. Dr. Oetker Dessert Vanille

5 dl Milch

1 Zitrone

-Die Bananen schälen, der Länge nach halbieren und diese Hälften wiederum halbieren.

-Die Creme mit der Milch nach der Anleitung auf dem Beutel zubereiten. Mit der Abgeriebenen

-Zitronenschale parfümieren. Noch heiss in eine ausgebutterte Pie -oder Gratinform verteilen. die

-Bananenstücke darauflegen. In der Mitte des Ofens überbacken. Warm servieren.

Backtemperatur:

Elektr. : 200-210°

Heissl. : 180-190°

Gas : 4

Jamaica-Crème

**Zutaten für 4 Personen:**

2 Eigelb

2 Eiweiss

3 El. Zucker

3 El. Schockoladepulver

1 Becher Halbrahm ( 1,8 dl )

Salz

2 Tl. Nescafe

2 El. Rum

Schockoladespäne

2 Eigelb und 2 El. Zucker rühren bis die Masse hell ist, 3 El. Schockoladepulver darunter rühren und den steif geschlagenen Halbrahm darunter ziehen.

2 Eiweiss und 1 Prise Salz zusammen steif schlagen. 1 El. Zucker beigeben, kurz weiter schlagen, dann sorgfältig unter die Masse ziehen und 1-2 Std. kühl stellen.

2 Tl. Nescafe und 2 El. Rum zusammen anrühren, erst kurz vor dem Servieren darunter mischen.

**Servieren:**

Die Crème in Coupgläsern anrichten, nach Belieben mit Schockoladepulver übersieben und mit

Schockoladespänen garnieren, sofort servieren.

**Gratin von exotischen Früchten**

**Zutaten für 4 Personen:**

**Für Gratin**

2 Kiwis

1 Babyananas

2 Feigen

2 Mangostane

1 Mango

1 Sharonfrucht ( besondere Kakifrucht )

1 Pomelo

**Für Sabayon**

3 Eigelb

100 g Zucker

1/8 l Weisswein

**Zum bestäuben**

1 El. Puderzucker

**Zubereitung:**

**1.** Die Kiwis schälen und in je sechs Scheiben schneiden. Die Babyananas schälen, vierteln, den Strunk herausschneiden und das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Die Feigen schälen und in dicke Scheiben zerteilen. Die Mangostane aufschneiden und das Fruchtfleisch in Segmente zerteilen.

**2.** Die Mango schälen, halbieren und den Stein herauslösen. Das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Die Sharonfrucht waschen und in Scheiben schneiden. Die Pomelo schälen und die Filets heraus schneiden. Die Früchte auf vier feuerfesten Tellern anrichten.

**3.** Für das Sabayon die Eigelb in eine Metallschüssel geben und den Wein dazugiessen. die Masse in einem warmen Wasserbad schaumig schlagen, bis die Konturen des Schneebesens deutlich sichtbar sind. Dann das Sabayon kräftig ausschlagen, bis eine homogene, schaumige Masse entsteht.

**4.** Das Sabayon über die Früchte geben und unter dem Grill goldbraun überbacken. Das Ganze mit

Puderzucker bestäuben und sofort servieren.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1.** Feste oder grüne Mangos mit dem Sparschäler schälen | **2.** Um den Stein zu entfernen, die Mango aufrecht hinstellen und das Fruchtfleisch mit dem Messer entlang des spürbaren Steins abschneiden. | **3.** Das noch am Stein hängende Fruchtfleisch mit Hilfe einer Gabel und mit dem Messerrücken vom Stein herun terschaben. |

**Mango**

**Mangostane**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **4.** Bei reifen, weichen Früchten ( mit Schale ) das Fruchtfleisch bis zum Stein abschneiden und mit Hilfe eines Löffels aus der Schale nehmen. | **5.** Das ausgelöste Fruchtfleisch in Spalten, Scheiben oder Würfel | **1.** Die feste Schale mit einem  Messer aufschneiden. | **2.** Das Fruchtfleisch herausnehmen und, wie bei Mandarinen, in die einzelnen  Segmente zerteilen. |

Joghurtsuppe mit Erdbeeren und Pistazien

**Zutaten für 4 Personen:**

**Aufwand ca. 15 Minuten:**

2 Becher Vollmilchjoghurt nature ( 360 g )

200 g Crème fraîche

60 g Zucker ( 1 )

2 El. weisser Portwein oder süsser Sherry

250 g Erdbeeren

2 El. Zucker ( 2 )

1 El. Pistazien

etwas frische Zitronenmelisse

**Zubereitung:**

1. Joghurt, Crème fraîche, Zucker (1 ) und Portwein oder Sherry verrühren. Kühl stellen.

2. Die Erdbeeren rüsten und in Scheibchen schneiden. Kurz mit Zucker ( 2 ) marinieren.

3. Die Pistazien grob hacken.

4. Die Joghurtsuppe in tiefen Tellern anrichten. Die Erdbeeren dekorativ darüber geben. Mit den

Pistazien und der Zitronenmelisse garnieren.

Parfait Grand Marnier

**Zutaten für 10 Personen**:

250 g Zucker } aufkochen

2.5 dl Wasser

5 dl Schlagrahm

8 Eigelb

2 Orangen

Eigelb und Zuckerwasser im Wasserbad aufschlagen bis es schaumig ist, dann sofort aus dem Wasserbad und weiter schlagen bis es wieder kalt ist. Nach Geschmack Grand Marnier und Schale von 2 Orangen ( fein ) dann Schlagrahm darunter ziehen in Formen abfüllen und kühlen.

**Kreolische Bananen**

**Zutaten für 4 Personen:**

6 mittelgrosse reife Bananen

40 g Butter

50 g Farinzucker

80 ml brauner Rum

1 El. Limetten- oder Zitronensaft

frisch gemahlene Muskatnuss

**Zubereitung:**

Die Bananen schälen, der Länge nach halbieren und in einer grossen Auflaufform auslegen. Butterföckchen darauf geben, mit Zucker bestreuen, Rum und Limetten- oder Zitronensaft zufügen. ( Ruhig etwas mehr als angegeben, falls es zu süss ist. ) Die Bananen mit etwas geriebener Muskatnuss bestäuben und im auf 175°C vorgeheizten Ofen 35 bis 40 Minuten backen, bis sie weich und braun sind und ein feines Aroma haben. heiss oder warm und mit viel Sahne servieren.

Algerischer Dattelkuchen

**Zubereitungszeit ca. 25 Min.**

200 g Datteln

110 g geschälte Mandeln

100 g geschälte, ungesalzene, geröstete Erdnüsse

5 El. Zucker

4 Eiweiss

1 El. Butter für die Form

**Zubereitung :**

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Die Datteln entsteinen und mit einem Messer fein hacken. Die mandeln und die Erdnüsse ebenfalls hacken oder in der Küchenmaschine grob zerkleinern.

Die Datteln und die gehackten Nüsse mit 3 Esslöffeln Zucker in eine Schüssel geben und alles miteinander mischen. Die Eiweisse steif schlagen, dabei die restlichen 2 Esslöffel Zucker einrieseln lassen. Den Eischnee unter die vorbereitete Masse ziehen.

Eine Springform ( 24 cm Durchmesser ) mit Butter einfetten und die Masse einfüllen. Den Kuchen dann im Backofen 35 bis 40 Minuten backen.

Meringues

200 g Eiweiss

400 g Zucker

1/2 Zucker mit Eiweiss aufschlagen ( lang ) wenn schaumig ( dickflüssig ) Rest des Zuckers darunterziehen. ( Wenn zu dünn etwas Maizena beifügen ). Masse in Spritzsack geben und auf einem Blech mit grossem abstand schalen spritzen. Im auf 120°C vorgeheizten Ofen in der Mitte mit Unter- und Oberhitze bis sie hart sind backen ( ca. 2-5 h ).

**Kirsiwassercreeme**

**Zutaten für 4 Personen:**

6 Eigelb

200g Zucker

1/2 dl Zitronensaft

1/2 dl Kirsch

6 Eiweiss

2 dl Rahm

**Zubereitung:**

Eigelb mit Zucker schaumig rühren. Zitronensaft, Kirsch und 1 dl Wasser beifügen. in einer

Messingpfanne ( wenn möglich ) über schwachem Feuer rühren und kanpp bis vors Kochen bringen. Vom Feuer nehmen, in eine Schüssel giessen und unter gelegentlichem Rühren erkalten lassen. Vor dem Servieren die Eiweiss steifschlagen und mit dem ebenfalls geschlagenen Rahm unter die Creme ziehen.

Erdbeerschaum

**Zutaten für 4 Personen :**

400 g Erdbeeren

2 El. Zucker

1 dl Orangenlikör

200 g Sahne

2 Eiweiss

**Zubereitung :**

Die Erdbeeren sorgfältig waschen, entstielen, abtropfen lassen und mit etwas Zucker und Orangenlikör in den Mixer geben ( 6 - 7 sehr schöne Erdbeeren beiseite legen ). Gut pürieren und in eine Schüssel geben. Die Sahne schlagen und vorsichtig unter das Erdbeerpüree mischen. Das Eiweiss zu Schnee schlagen und ebenfalls vorsichtig unter die Masse heben. Das Ganze in eine Form giessen, die man später ins Tiefkühlfach stellen kann. Die gefüllte Form leicht auf den Tisch klopfen, damit sich die Masse setzt. Anschliessend mit den Erdbeeren garnieren, mit einer Folie abdecken und in das Gefrierfach schieben. Zum Servieren: die Form aus dem Gefrierfach nehmen, 1 Stunde in den Kühlschrank stellen und wenigstens 10 Minuten bei Zimmertemperatur stehen lassen. Die Folie abziehen, auf einen grossen Teller stürzen und mit Schlagsahne garnieren.

Erdbeergratin

**Zutaten für 4 Personen:**

400 g Erdbeeren je nach Grösse halbieren oder vierteln, in eine Gratinform geben

4 Eigelb

3-4 Esslöffel Zucker

4 Esslöffel Rahm

1 Esslöffel Himbeer- oder Cassislikör alles in einer Schüssel mit dem Schwingbesen gut vermischen, dann im knapp siedenden Wasserbad so lange schlagen, bis die Sauce dickflüssig wird, sofort über die Erdbeeren verteilen

### **Gratinieren:** 4-5 Minuten in der Mitte des auf 300 Grad vorgeheizten Ofens. Nach Belieben mit wenig Puderzucker bestäuben und warm servieren.

### **Vorbereiten:** Die Erdbeeren können, mit wenig Zucker bestreut, 1/2 Tag im Kühlschrank aufbewahrt werden. Die Sauceerst ganz kurz vor dem Servieren zubereiten.

**Marinierter Pfirsich mit Himbeersabayone**

**Zutaten für 4 Personen:**

**Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten**

**Marinierzeit: ca. 2 Tage**

**Für die Pfirsiche:**

1/2 l halbtrockenen Weißwein

2 EL Zucker

1 unbehandelte Zitrone

4 EL Pfirsichlikör

4 reife Pfirsiche

**Für das Sabayon:**

150 g frische Himbeeren

2 EL Puderzucker

3 Eigelbe

100 g geschlagene Sahne

**Außerdem:**

Schokoladensplitter

2 EL gehackte Pistazien oder Krokant

**So wird’s gemacht:**

1. Den Wein in einen Topf geben und den Zucker einrühren. Die Schale der Zitrone mit einem Messer spiralförmig dünn abschälen. Den Saft auspressen und beides zum Wein geben. Den Likör hinzufügen und das Ganze zum Kochen bringen.

2. Die Pfirsiche kurz in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken und die Haut abziehen. Die Früchte in eine nicht zu große Schüssel geben.

3. Den kochenden Sud über die Pfirsiche gießen, sie müssen ganz damit bedeckt sein. Die Schüssel mit Klarsichtfolie abdecken und die Früchte etwa 2 Tage marinieren lassen.

4. Die Himbeeren waschen, kurz pürieren und durch ein feines Sieb in eine Metallschüssel streichen. Den Puderzucker und die Eigelbedazugeben und alles miteinander verrühren. Dann 1/8 1 der Pfirsichmarinade hinzufügen und die Masse in einem warmen Wasserbad zu einem festen Sabayon aufschlagen, bis die Konturen des Schneebesens deutlich sichtbar sind. 5.

Das Sabayon nun in ein kaltes Wasserbad stellen und kaltschlagen. Dann 3 Eßlöffel der geschlagenen Sahne unterheben.

6.Die Pfirsiche aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen. Das Sabayon auf vier Teller verteilen, je 1 Pfirsich hineinsetzen undmit der restlichen geschlagenen Sahne garnieren. Die Schokolade auf die Sahne geben und die Pistazien oder den Krokant darüberstreuen. Das Dessert sofort servieren.Ricotta - Bombe mit Rum

**Zutaten für 4 Personen:**

5 Eigelb

125 g Zucker

5 El Rum

500 g frischer Ricotta ( durch ein Sieb gestrichen )

Eine Tiefkühl geeignete Form ( ca. 1/2 h ) mit Klarsichtfolie auslegen. Die Eigelbe und den Zucker in einer Schüssel mit dem Mixer schaumig schlagen. Den Rum gründlich untermischen, dann Ricotta nach und nach unterrühren. Die Ricottamasse in die Form füllen, die Oberfläche glattstreichen und mit Klarsichtfolie abdecken. Ins Tiefkühlfach stellen bis die Masse fest ist.

Portionen weise auf Dessertteller verteilen mit Amaretti garnieren und sofort servieren.

**Vermicelle-Roulade**

**Zutaten für 1 Roulade:**

220 g Tiefgekühltes Marronipüree, aufgetaut, in Stücken

90 g Zucker

3 Eigelb rühren,bis die Masse heller ist

3 Eiweiss, steif geschlagen

2 El. Zucker mischen, kurz weiterschlagen

je 2 El. Mehl und Kakaopulver mischen., mit Eischnee sorgfältig unter die Masse ziehen, ca. 1 cm dick ,rechteckig auf mit Backpapier belegtes Blech ausstreichen

**Backen: ca 6 Min. in der Mitte des auf 240°C vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, Biskuit sofort mit dem Backpapier aufrollen, auskühlen. Ränder gerade schneiden, quer halbieren.**

1,8 dl Rahm, steif geschlagen

25 g Pistazien, im Cutter gehackt

2 El. Zucker alles mischen, Biskuit bestreichen, von den Längsseiten her aufrollen, satt in Klarsichtfolie einpacken, mind. 1 Std. kühl stellen

Crepes mit dreierlei Trauben

**Zutaten für 4 Personen:**

**Crepes:**

75 g Mehl

1 dl Milch

1 Ei

10 g Butter

Mehl, Milch und Ei zu einem glatten Teig verrühren. Eine Pfanne ( 20 cm Durchmesser ) dünn mit Butter auspinseln. Den Teig darin bei mittlerer Hitze zu Crepes ausbacken. Zwischen die Crepes Backpapier, darüber Folie legen. Im Kühlschrank aufbewahren.

**Füllung:**

50 g Rosinen

50 ml Grappa

50 g Mandelsplitter

400 g grüne und blaue Trauben

2 Säuerliche Äpfel

50 g Butter

90 g Zucker

2 dl Rahm

Puderzucker

Zitronenmelisse

Rosinen in der Hälfte des Grappas einlegen. Mandeln in einer trockenen Pfanne goldgelb rösten. Trauben waschen, von den Stielen zupfen, halbieren und entkernen. Äpfel schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in dünne Scheiben schneiden. Crepes aus dem Kühlschrank nehmen, auf Dessertteller legen und bei 50 Grad im Ofen warm halten. Die Butter bei mittlerer Hitze in einer Pfanne schmelzen lassen. Die Apfelscheiben hineingeben und 1bis 2 Minuten andünsten. Die eingelegten Rosinen mit dem Grappa, den Mandeln und 2/3 vom Zucker zugeben. Den Topf vom Herd nehmen. Den Rahm mit dem restlichen Zucker und dem restlichen Grappa steif schlagen und ins Gefrierfach stellen. Die Pfanne mit den Äpfeln wieder auf den Herd stellen, die Trauben zugeben und einmal aufkochen lassen. Die vorgewärmten Crepes damit füllen. Die Teller mit Puderzucker bestäuben, den kalten Schlagrahm auf den Tellern anrichten und mit Zitronenmelisse garnieren.

**Rhabarbercreme**

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Rhabarber, schälen und in Würfelchen schneiden

1 dl Wasser, mit

100 g Zucker aufkochen, die Rhabarberwürfelchen darin weich garen.

2 Eigelb, verrühren. Die noch heissen Rhabarberwürfelchen pürieren und mit den Eigelb vermengen. Nach belieben mit Zitronensaft undZimt abschmecken. Wenn die Rhabar- bercreme abgekühlt ist,

50 g Speisequark darunterheben.

In ein Glas oder in eine Schale geben. Nach Belieben mit Zitronenmelisse garnieren.

Kühl servieren

Kaiserschmarren mit Zwetschgen

**Zutaten für 4 Personen:**

150 g Mehl

40 g Puderzucker

1 Prise Salz

2 dl Milch

6 frische Eigelb

80 g Rosinen

6 frische Eiweiss

2 Messerspitzen Salz

Bratbutter zum Backen

Puderzucker zum Bestäuben

- Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

- Mehl, Puderzucker und Salz in einer Schüssel mischen.

**-** Milch auf einmal dazugiessen, glatt rühren. Eigelbe und Rosinen darunter rühren.

**-** Eiweisse mit dem Salz steif schlagen, portionenweise mit dem Gummischaber sorgfältig unter den Teig ziehen.

**-** Wenig Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Teig ca. 1 cm hoch einfüllen. Hitze reduzieren, Teig backen, bis sich die Unterseite löst, wenden und und fertig backen. **-** Mit 2 Bratschaufeln in kleine Stücke zupfen, warm stellen. Restlichen Teig gleich zubereiten.

Zwetschgenröster

500 g Zwetschgen, halbiert, entsteint

2 El Wasser

1 Zimtstange

1/2 unbehandelte Zitrone, in Schnitzen

1 Tl Maizena, mit 1 El kaltem Wasser angerührt

Zwetschgen und alle Zutaten bis und mit Zitrone in einer Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt köcheln, bis die Zwetschgen weich sind. Zwetschgen mit einerSchaumkelle herausnehmen, in eine Schüssel geben, Zimtstange und Zitrone entfernen.

Maizena aufrühren, unter Rühren mit dem Schwingbesen zur Kochflüssigkeit geben, ca 3 Min. kochen, zu den Zwetschgen geben, sorgfältig mischen. Zwetschgenröster zum Kaiserschmarren servieren.

Weinschaumcreme

**Zutaten für 4 Personen:**

1/ 5 l trockener Weisswein

30 g Zucker

4 Eigelb

Weinbrand, Zitronensaft Weisswein, Zucker und Eigelb in einer Schüssel gut durcharbeiten und in einem Wasserbad aufschlagen. Creme mit Weinbrand und Zitronensaft abschmecken und abermals gut durchschlagen. Auf Dessertschalen verteilen. Gut gekühlt servieren.

Gegrillte Ananas mit Zuckerkruste

**Zutaten für 10 Personen:**

1 Ananas

8 El. Butter ( 125 g ), zerlassen

3/4 Tassen Zucker

1 Tl. abgeriebene Limettenschale

1 Tl. Zimt, gemahlen

1 Prise Nelken, gemahlen

120 ml brauner Rum zum Flambieren

Den Grill auf höchster Stufe anheizen.

Blattkrone und Rinde der Ananas entfernen. Die Frucht dann in 8-10 gleichmässige Scheibe teilen. Die holzige Mitte mit einem Schälmesser entfernen. Die zerlassene Butter in ein flaches Schälchen giessen und neben den Grill stellen. Zucker, Limettenschale und Zimt in einem zweiten Schälchen mischen und ebenfalls neben den Grill stellen. Jede Ananasscheibe zuerst in der zerlassenen Butter, dann in der Zuckermischung tauchen und auf den geölten Grill legen. Von jeder Seite ca. 5-8 Minuten appetitlich braun grillen. Mit einer Grillzange wenden. Die gegrillten Scheiben rosettenförmig auf einer Platte anrichten.

Nach wusch den Rum in einem kleinen, feuerfesten Topf leicht erwärmen. Vom Herd nehmen und mit einem langen Streichholz anzünden. Den Rum ganz vorsichtig über die Ananas giessen und sofort servieren.

Tarta de Santiago

Zutaten für 1 Torte:

**Für den Teig:**

200g Mehl

75 g Zucker

100 g Butter

1 Ei

**Für die Füllung:**

4 Eier

250 g Zucker

1 Unbehandelte Zitrone, Schale davon

250 g gemahlene Mandeln

1 Msp. Zimt

etwas Puderzucker

**Zubereitung:**

Aus Mehl, Zucker, Butter und Ei einen Mürbeteig kneten. Den Teig zur Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung die Eier und den Zucker schaumig schlagen. Dann die Zitronenschale, die gemahlenen Mandeln und den Zimt einrühren.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. Eine gefettete Springform mit dem Teig auslegen und die Füllung darauf verteilen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C ca. 30 Minuten backen.

Die Mandeltorte in der Form auskühlen lassen. Auf eine Kuchenplatte geben und vor dem Anschneiden mit Puderzucker bestäuben.

**Erdbeerrosette auf Rhabarerschaum**

**Zutaten für 6 Personen:**

375 g Rhabarber

3 Zitronen, Saft davon

180 g Zucker

3 dl Weisswein

Den Rhabarber waschen, schälen und 1 cm grosse Stücke schneiden. Den Zitronrnsaft mit dem Zucker und dem Weisswein in einem Topf aufkochen lassen. Die Rhabarber- Stücke dazugeben und zugedeckt weichdünsten. Sie danach in ein Sieb schütten und gut abtropfen lassen.

3 Eigelb

180 g Puderzucker

1 Vanilleschote, Mark davon

1 Prise Zimt

1 Prise Nelkenpulver

In der Zwischenzeit Eigelbe, Puderzucker, Vanillemark, Zimt und Nelkenpulver schaumig aufschlagen, so dass eine dickflüssige Masse entsteht. Dann den Rhabarber unter die Eigelbmasse heben.

3 El geschlagene Sahne

Die Sahne ebenfalls unter den Rhabarberschaum heben.

600 g Erdbeeren

etwas Minze

etwas Puderzucker

1 Block Vanilleglace

Die Erdbeeren waschen, putzen und in 2-3 mm dicke Scheiben schneiden. Den Rhabarberschaum auf eisgekühlten Tellern verteilen, darauf die Erdbeeren in Rosettenform anordnen und in die Mitte eine Kugel Vanilleglace geben alles mit etwas frischer Minze garnieren.

**Achtung Teller ca. 1 Stunde vorher in den Tiefkühler legen !!!!**

**Charlottka**

**RUSSISCHE CREMESPEISE**

**Zutaten für 6 Personen:**

35 bis 40 Löffelbiskuits

4 große Eigelb

110 g Zucker

1/4 l Milch

1 Stück Vanilleschote, etwa 5 cm lang

2 gestrichene TL Gelatinepulver, in 4 EL kaltem Wasser eingeweicht

1/8 l gekühlte saure Sahne

1/8 l gekühlte süße Sahne

Den Boden einer 1 l fassenden Springform mit Löffelbiskuits auslegen. Einige weitere Löffelbiskuits in kleine Stücke brechen und die freigebliebenen Zwischenräume damit ausfüllen (Bei Verwendung von breiten Löffelbiskuits kann man die Spitzen so zuschneiden, daß sie sich, wie in der Illustration unten, in der Mitte treffen).

Die Eigelbe in einer Schüssel kurz mit einem Schneebesen, einem Handrühr- oder Elektrogerät schlagen. Unter weiterem Schlagen nach und nach den Zucker dazugeben und so lange bearbeiten, bis die Mischung dick und hellgelb ist und schwer vom Schläger fällt, wenn man ihn hochhebt. In einem kleinen Topf Milch und Vanilleschote bei mittlerer Temperatur erhitzen, bis sich am Rand des Topfes Blasen bilden. Die Vanilleschote entfernen und unter fortwährendem Schlagen die heiße Milch langsam zu den Eiern gießen. In einen Kochtopf umfüllen und auf niedriger Flamme ständig rühren, bis die Mischung dick genug wird, um den Löffel zu überziehen. Die Mischung darf nicht kochen, da sie sonst gerinnt.

Den Topf von der Kochstelle nehmen und die eingeweichte Gelatine dazu rühren.

Wenn sie völlig aufgelöst ist, die Mischung durch ein feines Sieb in eine große Schüssel gießen. Mit einem Schneebesen oder einem Handrühr - oder Elektrogerät erst die süße Sahne fast steif schlagen, die saure Sahne unterziehen und beide so steif wie möglich schlagen. Eine große Schüssel zur Hälfte mit Eiswürfeln füllen, etwa 5 cm hoch Wasser dazugießen, das Gefäß mit der Eiermischung hineinstellen und mit einem Metallöffel mindestens 5 Minuten rühren, bis sie ziemlich abgekühlt ist und eine sirupartige Konsistenz anzunehmen beginnt. Die geschlagene Sahne mit einem Gummispachtel vorsichtig unter heben. (Falls die Cremespeise klumpig werden sollte, wird sie mit einem Schneebesen glattgeschlagen.) So viel von der Cremespeise in die ausgelegte Springform gießen, daß der Boden gut bedeckt ist. Jetzt weitere Löffelbiskuits aufrecht an der Innenseite der Form entlang aufstellen. Möglichst keine Zwischenräume lassen. Dann die restliche Creme in die vorbereitete Form gießen, die Oberfläche mit einem Spachtel glätten, mit Plastik folie bedecken und 4 bis 5 Stunden in den Kühlschrank stellen.

HIMBEERPÜREE

600 g tiefgekühlte Himbeeren, aufgetaut und gründlich abgetropft

2 EL extrafeiner Zucker 1 EL Kirschwasser

Die Himbeeren durch ein feines Sieb in eine Schüssel streichen. Zucker und Kirschwasser hinein rühren, fest mit Plastikfolie bedecken und bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen. Die Springform auf einen Servierteller stellen und den Rand der Form vorsichtig abnehmen. Man kann die Oberfläche der Creme noch nach Belieben mit einigen Löffelbiskuits, etwas Himbeerpüree und Schlagsahne schnörkeln verzieren. Die Cremespeise zusammen mit einer Schüssel Himbeerpüree servieren.

**Kwass**

**GEGORENES BROT-BIER**

**Für 1 1/2 I**

500 g einen Tag altes Schwarzbrot oder Pumpernickel

2 EL Trockenhefe

225 g Zucker

4 EL lauwarmes Wasser (ca. 45°)

2 EL frische Minze oder 1 EL zerbröckelte getrocknete Minze

2 EL Rosinen

Den Backofen auf 100° vorheizen. Das Brot 1 Stunde lang in den Ofen legen, bis es durch und durch trocken ist. Mit einem großen Messer zerschneiden und grob hacken. 6 I Wasser in einer 8 I fassenden Kasserolle zum Kochen bringen und das Brot hineingehen. Von der Kochstelle nehmen, lose mit einem Küchentuch bedecken und mindestens 8 Stunden beiseite stellen. Den Inhalt der Kasserolle durch ein feines Sieb in einen großen Topf oder eine Schüssel gießen und das Brot mit dem Rücken eines großen Löffels gründlich ausdrücken, bevor es weggeworfen wird. Die Hefe und 1/4 TL Zucker auf 4 EI. lauwarmes Wasser streuen und umrühren, um die Hefe völlig aufzulösen. Ungefähr 10 Minuten an einen warmen, zugfreien Platz (zum Beispiel in einen abgeschalteten Backofen) stellen, bis die Lösung ihren Umfang fast verdoppelt hat. Die Hefelösung, den übrigen Zucker und die Minze (falls man sie verwendet) in das Brotwasser rühren, mit einem Handtuch bedecken und mindestens 8 Stunden beiseite stellen.

Die Mischung wiederum durch ein feines Sieb geben und dann in Flaschen füllen. Dazu braucht man 2 bis 3 Liter fassende Flaschen oder einen Demijohn. Die Flaschen mit einem Trichter etwa zwei Drittel hoch füllen. Dann die Rosinen auf die Flaschen verteilen und jede Flasche mit Plastikfolie und Gummiband verschließen. 3 bis 5 Tage an einen kühlen - nicht kalten Platz stellen, bis die Rosinen an die Oberfläche gestiegen sind und der Satz auf den Boden gesunken ist. Die klare, bernsteinfarbene Flüssigkeit vorsichtig abgießen und in die ausgespülten Flaschen zurückgeben. Bis zum Gebrauch kalt stellen. Die Russen trinken kwass als kühle Erfrischung; er kann aber auch für kalte Suppen verwendet werden. (Siehe kalte Gemüsesuppe mit Fleisch und grüne Gemüsesuppe mit Fisch (gegenüber.)

**Grillbanane**

**Zutaten für 4 Portionen:**

4 reife Bananen

Saft von 1 Zitrone

4 EL Butter

2 EL Schokoladenraspeln

So wird's gemacht:

1. Die Bananen schälen und mit dem Zitronensaft beträufeln.

2. Dann 4 Stücke Alufolie mit etwas Butter einfetten, die Bananen Jeweils darauf legen und die restliche Butter in Flöckchen auf den Bananen verteilen.

3. Die AlufolienstUcke zu päckchen zusammenfalten und diese fest verschließen.

4. Die Bananen am Rand des Grills je nach Größe 10 bis 20 Minuten unter mehrfachem Wenden garen. Sie sind fertig, wenn Sie auf Druck nachgeben.

5. Die Alufolienpäckchen mit einem Messer der Länge nach aufschneiden und etwas öffnen. Die Schokoraspeln auf die Bananen streuen.

Variationen

- Gut schmecken die Bananen auch, wenn Sie vor dem Einwickeln auf Jede 1 Teelöffel flüssigen Honig streichen

- Statt Schokoraspeln können Sie auch gehackte Mandeln oder Kokosraspeln nehmen.

**Ananas - Créme**

**Zutaten für 4 Personen:**

4 Eier

1 Frische Ananas

100 g Zucker

2 El Kirsch

2 dl Rahm

Eigelb vom Eiweiss trennen. Eigelb mit dem Ananas - Saft und dem Zucker im Wasserbad warm aufschlagen, erkalten lassen. Ananas würfeln und mit dem Kirsch unter die Créme ziehen. Rahm und Eiweiss schlagen und unter die Créme ziehen. Ca. 1 Stunde Kaltstellen im Kühlschrank.

**Orangen mit Honig und Olivenöl**

**Zutaten für 4 Personen :**

2 grosse Orangen

4 El Olivenöl

1 El Honig

Pfeffer ausder Mühle

Die Orangen Schälen und Filetieren und auf Tellern anrichten. Honig und Olivenöl miteinander verrühren und über die Orangenfilets träufeln, mit frischem Pfeffer bestreuen. Ca. 15 Minuten ziehen lassen.

**Aprikosen Marsala Crème**

**Zutaten für 4 Personen:**

500 g Aprikosen waschen, halbieren, Stein entfernen und vierteln

0,75 dl Marsala

75 g Zucker Aprikosen mit Marsala und Zucker aufkochen und zugedeckt weich dämpfen. Etwas auskühlen lassen und anschliesend pürieren.

2 Päckli Vanillezucker

1/2 Zitrone Zitrone heiss waschen, Schale abreiben mit 2,5 dl des Apriko- senpüree mischen. Kühl stellen.

Restliches Aprikosenpüree in 4 Dessertschalen verteilen und kühl stellen.

2,5 dl Vollrahm Rahm steif schlagen und kühl stellen

Geschlagener Rahm unter das zur Seite gestellte Aprikosenpüree ziehen, in die Dessertschalen verteilen und mit einigen Basilikumblättchen dekorieren.

**Erdbeer-Mango-Salat**

**Zutaten (für 4 Personen)**

Abgeriebene Schale einer Orange

3 dl frisch gepresster Orangensaft

2 Esslöffel Zitronensaft,

2 Esslöffel Zucker

25 g Maisstärke (z.B. Maizena)

500 g halbierte oder geviertelte Erdbeeren

1 in Schnitze geschnittene Mango

ein paar grob gehackte Pfefferminzblätter

2 Esslöffel Cognac (nach Belieben

50 g geröstete Pinienkerne

Zubereitung

Orangenschale, Orangensaft, Zitronensaft, Zucker und Maisstärke unter Rühren kurz aufkochen und wieder auskühlen lassen. Erdbeeren und Mango mit Pfefferminze mischen. Orangensauce nach Belieben mit Cognac verfeinern und über die Früchte giessen. Gut vermengen und mit den Pinienkernen bestreuen.

Tipp

Statt Erdbeeren können auch Himbeeren oder Brombeeren verwendet werden.

**Erdbeer-Liebelei**

**Zutaten (für 4 Personen)**

500 g Erdbeeren

2 Esslöffel Butter

3 Esslöffel Rohrzucker

4 cl Portwein

Pfeffer, Rahm

Zubereitung

Erdbeeren waschen, abtropfen entstielen und der Länge nach halbieren. Butter in einer Pfanne erhitzen, den Rohrzucker einrühren und karamelisieren. Die Pfanne vom Herd nehmen und den Portwein einrühren. Die Erdbeeren untermengen und mit etwas Pfeffer bestreuen. Die Masse nochmals vorsichtig erhitzen, ohne dass die Erdbeeren zerfallen. In Dessertschalen geben und nach Belieben mit Rahm dekorieren.

**Beerenquarkcreme**

**Zutaten für 4 Personen:**

2 Becher Nature - Joghurt

4 El. Honig oder Zucker

2 Eier

1 Zitrone ( Saft davon )

500 g Brombeeren

1,5 dl Rahm

etwas Mandelsplitter

Zubereitung:

Joghurt, Honig, Eigelb und Zitronensaft gut mischen.

Brombeeren dazugeben.

Eiweiss zu Schnee und den Rahm steif schlagen und beides sorgfältig unter die Beeren ziehen.

Mit Mandelsplitter garnieren.

**Mango Mohn Cobbler**

**Zutaten für 4 Personen:**

Streusel:

1 El. Zucker

2 El. Mehl

2 El. Mohn

1 Limette, heiss abgespült, trocken getupft, abgeriebene Schale

25 g Butter

Zucker, Mehl und Mohn mischen. Limettenschale und Butter beigeben, von Hand zu einer krümeligen Masse vereiben.

4 El. Johannisbeerkonfitüre

2 Mangos, in Würfel

1 El. Limettensaft

1 Prise Salz

Johannisbeerkonfitüre in die vorbereiteten Förmchen verteilen. Mangowürfel, Limettensaft und Salz mischen, auf die Konfitüre verteilen, Streusel darüber streuen.

Gratinieren:

ca. 10 Min. in der oberen Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, noch lauwarm servieren.

**Ananasgratin**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 frische Ananas ca. 2 Kg

2 El. Kirsch

4 Eigelb

50 g Zucker

3 dl Milch

1 Vanille Stange

2 Kiwis zum Garnieren

Zubereitung:

Ananas längs vierteln, den Strunk heraus schneiden, dick schälen, in Stücke schneiden. Ananas Stücke in eine Gratin - oder Auflaufform geben.

Eigelb und Zucker mit Hand Rührgerät rühren, bis die Masse hell ist. Milch und aufgeschlitzte Vanilleschote aufkochen, unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen langsam in die Eimasse giessen, dann alles in den Topf zurück geben und unter ständigem Rühren bis kurz vor den Kochpunkt bringen. Vanilleschote heraus nehmen, die Creme über die Ananas giessen, im vorgeheizten Backofen ( 225 220° ) oder unter der Grillbeheizung in ca. 4 Minuten gratinieren. Das Gratin sollte ganz leicht Farbe annehmen.

2-3 Kiwis schälen, in Scheiben schneiden und das heisse Gratin damit garnieren.

Tip: Man kann die Creme 2-3 Stunden im voraus zubereiten, im Kühlschrank aufbewahren, dann über die Ananas geben und erst kurz vor dem Servieren gratinieren.

**Albertos Basilikum und Rosmarin Creme mit Himbeersauce**

Zutaten für 4 Personen:

500 g Mascarpone

200 g Sahne

40  Blätter Basilikum, frisch

2 Zweig/e Rosmarin, zarte junge Nadeln

2 EL Puderzucker

Himbeersauce

kandierte Kirschen

Zubereitung.

Basilikum und Rosmarin sehr fein hacken. Mit Mascarpone, Sahne und Puderzucker in eine Schüssel geben und alles mit dem Mixstab fein pürieren.

Erst eine Schicht Creme ins Glas geben, dann etwas Himbeersauce darauf geben, wieder die Creme, und wieder Himbeersauce, mit kandierten Kirschen belegen.

Vor dem Servieren für ca. eine Stunde in den Kühlschrank stellen.

**Äppeerigreeme mit Kirsch**

**Zutaten für 4 Personen**

600 g Erdbeeren

150 g Puderzucker

2 El. Kirsch

3 dl Rahm

Die Erdbeeren waschen, entstielen, kleinschneiden und durch ein feines Sieb streichen. Die Kerne sollen zurückbleiben. Das Mus mit Puderzucker und Kirsch verrühren. 3 Stunden kalt stellen. Rahm steifschlagen, das Erdbeerpüree daruntermischen. In schöne Gläser füllen und sofort servieren.

**Birnencreme**

Zutaten für 2 Personen:

250 g Birnen

1/2 Zitrone Saft davon

1/2 Vanilleschote

4 El. Zucker

1 dl Rahm

30 g dunkle Schokolade

Zubereitung:

1.

Die Birnen schälen, der länge nach vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Früchte in kleine Würfelchen schneiden. in eine Pfanne geben.

2.

Den Zitronensaft zu den birnen geben. Die Vanilleschote der länge nach aufschneiden und auskratzen und mit dem Zucker zu den Birnen beifügen. Zugedeckt alles sehr weich dünsten, gelegentlich umrühren.

3.

Die weichen noch heissen Birnen durch ein Sieb drücken oder in einem hohen Becher mit dem Stabmixer pürieren. Das Püree mit Klarsichtfolie decken und kühl stellen.

4.

Den Rahm mit dem Schwingbesen steif schlagen.

5.

10 g Schokolade fein reiben. Die restliche Schokolade mit einem Messer nicht zu fein hacken.

6.

Die Hälfte des ausgekühlten Birnenpürees in kleine Schalen oder Dessertgläser verteilen. Das restliche Püree mit dem Rahm mischen, dann die gehackte Schokolade unterziehen. Auf das Birnenpüree geben.

7.

Die Birnencreme mit der geriebnen Schokolade bestreuen.

**Ananas-Apfel-Kompott mit Curry**

**Zutaten für 4 Personen**

**Kompott**

150 g Ananas, getrocknet

2 dl Apfelsaft

2 Esslöffel Zitronensaft

20 g Zucker

2 Aepfel, Golden Delicious

1 Messerspitze Currypulver, gehäuft, scharf

**Kokos-Joghurt-Milch**

3 dl Kokosmilch

2 Becher Naturejoghurt, (insgesamt 360 g)

1 Limone

30 g Zucker

Zubereitung

1 Die Ananas in 2 cm grosse Stücke schneiden und zusammen mit dem Apfelsaft, dem Zitronensaft und dem Zucker in eine Pfanne geben. Alles aufkochen, dann zugedeckt etwa 10 Minuten leise kochen lassen.

2 Inzwischen die Äpfel schälen, halbieren, entkernen und in Würfel von 1½ x 1½ cm schneiden. Mit dem Currypulver zu den Ananasstücken geben. So lange ungedeckt kochen lassen, bis die Apfelwürfel weich sind. Auskühlen lassen. Dann das Kompott in 4 Gläser verteilen.

3 Die Kokosmilch mit dem Joghurt in einen Becher geben. Etwas abgeriebene Limonenschale, 1–2 Teelöffel Saft sowie den Zucker beifügen und alles kurz mit dem Stabmixer pürieren. Die Kokos-Joghurt-Milch auf das Kompott geben. Die Gläser bis zum Servieren kalt stellen.

**Nidwaldner Apfelauflauf**

**Zutaten Für 4 Personen1 Auflaufform von ca. 22 cm Ø**

Zubereitung: ca. 35 Minuten Backen: ca. 40 Minuten

Auflauf:  
50 g Butter  
2 EL Mehl  
2,5 dl Milch  
1 Msp. Salz  
2 Eigelb  
50 g Zucker  
1⁄2 Päckchen Vanillezucker  
3 Eiweiss, steif geschlagen  
4 mittelgrosse säuerliche Äpfel, z.B. Cox Orange, geschält, halbiert, Kerngehäuse entfernt  
Zimtpulver und Puderzucker zum Bestäuben  
Butter für den Formenboden

Sauce:  
2 Eigelb  
1 Ei  
5 dl Milch  
1 1⁄2 EL Maisstärke  
3 EL Zucker  
1⁄2 Päckchen Vanillezucker  
1 Vanillestängel, ausgeschabtes Mark und Stängel

Zubereitung

1. Auflauf: Butter schmelzen. Mehl beifügen, andünsten. Pfanne von der Platte nehmen, Milch dazugiessen, gut verrühren. Auf die Platte zurückstellen, unter Rühren aufkochen, 5-10 Minuten köcheln, leicht auskühlen lassen, salzen. Eigelb, Zucker und Vanillezucker darunterrühren. Eischnee sorgfältig darunterziehen.
2. Masse in die bebutterte Form füllen, Äpfel im Kreis hineinstellen.
3. Im unteren Teil des auf 180°C vorgeheizten Ofens 35-40 Minuten backen. Mit Zimt und Puderzucker bestäuben.
4. Sauce: Alle Zutaten verrühren. Unter ständigem Rühren kurz vors Kochen bringen. Sofort durch ein Sieb in eine Schüssel giessen, unter häufigem Rühren auskühlen lassen.
5. Auflauf auf Desserttellern anrichten, Sauce dazu servieren. 

**Ananas - Dattel - Spieße gegrillt**

**mit Honig - Vanille - Sahne**

**Zutaten für 4 Portionen:**

1 Ananas, frisch, Fruchtfleisch gewürfelt

24 Datteln, entkernt

2 EL Rum, weißer

1 Zitrone(n), Saft

200 ml Sahne

2 EL Honig

1 Vanilleschote(n), aufgeschlitzt, Mark ausgekratzt

Ananasstücke und Datteln abwechselnd auf gewässerte Holzspieße stecken. Zitronensaft und Rum miteinander verrühren und die Spieße darin 60 Minuten marinieren. Die Spieße anschließend pro Seite 1-2 Minuten grillen (alternativ: in Butter braten).

Die Sahne mit dem Honig und dem Vanillemark cremig aufschlagen und zu den Spießen reichen.

Arbeitszeit:

ca. 20 Min.

Ruhezeit:

ca. 1 Std.

Schwierigkeitsgrad:

simpel

**Irish – Coffee – Creme mit Kirschen**

**Zutaten: Für 4 Personen**

150g weisse Couvertüre oder weisse Schokolade

2.5dl Rahm

1dl Espresso

2cl Whisky

1 Blatt Gelatine

2 Eigelb

100g Zucker

150g Sauerkirschen aus Glas

1TL Maisstärke

**Zubereitung:**

1. Für die Creme Schokolade in Stücke brechen. Mit 0.5dl Rahm, Espresso und Whisky in eine Schüssel geben und über einem heissen Wasserbad schmelzen. Dabei darf die Schokolade nicht über 36°C warm werden! 2. Gelatine in der Schokolade auflösen. Eigelb und Zucker schaumig rühren. Schokoladenmasse darunter rühren und kalt stellen bis sie fest zu werden beginnt. Rahm flaumig schlagen und darunterheben. Creme in Dessertschalen füllen und kühl stellen, 2 Stunden oder länger. Kirschen vor dem Servieren in Pfanne mit Saft leicht aufkochen und mit Maisstärke abbinden.

**Röschtischüfeler Frucht Dessert**

Zutaten für 6 Personen

300 g in Schnaps oder sonst eingelegte Früchte

2 Tl Methylcellulose

150 g Mascarpone

300 g Rahmquark

2 dl Vollrahm

1 Vanillestengel

2 El. Fruchtzucker

100 g Mandeln gehackt grob

100 g ungesalzene Pistazien gehackt

50-100 g Zucker

1 dl Schnaps je nach Frucht art

Früchte mit Saft Pürieren und Methylcellulose zugeben kühlstellen.

Mascarpone , Rahmquark,die hälfte des Rahms, ausgekratzte Vanillestengel und den Zucker zusammen gut verrühren ( kann noch etwas Schnaps darunter gemischt werden )

Gehackte Mandeln mit etwas Zucker in der Bratpfanne Karamellisieren, erkalten lassen,

Fruchtmasse in 6 Gläser verteilen dann die Karamellisierten Mandeln darüber geben und mit der Mascarpone Quark Mischung auffüllen und ca. 1 Stunde kühl stellen. Vor dem servieren noch etwas gehackte Pistazien darüber geben.