

Hobbyköche „Freiämter Chuchi“ Montag, 13. Januar 2014



Menue (Adrian / Roman)

Apéro mit Käseschiffli



Nüssli-Salat mit Thunfisch-Roulade



**Roastbeef „english“
Sauce Béarnaise
Freiburger Kartoffelgratin
Rosenkohl-Apfelgemüse**



Crêpes à l'Orange mit Sauerrahmglace

Käseschiffli

Zutaten (ca. 16 Stück):

ca. 400 g Fertig-Kuchenteig

Füllung:

100 g milder Gruyère

100 g Emmentaler

75 g Schinken fein gehackt

½ Knoblauchzehe gepresst

2 EL Petersilie fein gehackt

1 EL Mehl

1.8 dl Rahm oder Halbrahm

2 Eier

wenig Pfeffer und Muskat

2 Eiweiss steif geschlagen



Teig portionenweise ca. 2 mm dick auswahlen. 16 Plätzchen mit einem ovalen, gezackten Förmchen (Länge ca. 13 cm) ausstechen, Böden mit Gabel sehr dicht einstechen.

Käse an der Bircherraffel reiben. Schinken, Knoblauchzehe, Petersilie und Mehl begeben und mischen.

Rahm, Eigelb, Pfeffer und Muskat gut verrühren und unter die Masse mischen. Eiweiss mit dem Gummischaber sorgfältig unter die Masse ziehen, je ca. 2 EL in die Förmli verteilen.

Ca. 10-15 Min. in der unteren Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens backen, danach sofort servieren.

Nüssli-Salat mit Thunfisch-Roulade

Zutaten (4 Portionen):

8 dünne Thunfischstreifen ca. 3x5 cm
Nature Joghurt
Wasabi Paste

Gewürzbouquet:

Szechwan-, Tellicherry und roter Pfeffer
Fleur de Sel

Salat:

Nüsslisalat
Cherry-Tomaten

Dressing:

2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Holunderblütenessiger (oder ein anderer Essig mit wenig Säure)
Salz, Pfeffer

Wasabi-Joghurt

3 EL Nature Joghurt mit einem halben TL Wasabi-Paste vermischen und einen Hauch Salz begeben.

Die dünnen Thunfischstreifen (roh) werden mit dem Pfeffer und dem Salz beträufelt, etwas einwirken lassen.

Danach wird das Wasabi-Joghurt über den Thunfischstreifen verteilt und dann zu einer Roulade aufgerollt – dies dann in den Kühlschrank stellen.

Anrichten

Salatblätter und Dekoration auf Teller anrichten, etwas Dressing darüber träufeln, Thunfisch-Roulade dazulegen und servieren.



Roastbeef „english“, Sauce Béarnaise

Zutaten (4 Portionen):

Roastbeef:

600 g Roastbeef dressiert
Salz, Pfeffer

Sauce Béarnaise:

2 geh. Eschalotten
Pfefferkörner
½ dl Weisswein
½ dl Wasser
etwas Essig
5 Eigelb
500 g Butter zerlassen
Salz, Pfeffer
Worcester
Estragon geh.



Roastbeef „english“:

Roastbeef würzen, im Ofen ca. 15 - 20 Min. bei 200 Grad braten und mindestens ½ Std. abstehen lassen.

Sauce Béarnaise:

Aus den Eschalotten, Pfefferkörner und der Flüssigkeit eine Reduktion zubereiten, passieren, mit Eigelb im Wasserbad aufschlagen, Butter dazumontieren, würzen, Estragon dazugeben, warmstellen.

Freiburger Kartoffelgratin

Zutaten (Backblech von 33x30x3 cm):

1 Knoblauchzehe halbiert
1 EL Rosmarinnadeln gehackt
1 ¼ kg Gschwellti mehlig
4 dl Gemüsebouillon
300 g Freiburger Vacherin grob gerieben
¾ TL Salz
¼ TL Pfeffer aus der Mühle
wenig Paprika
3 EL Rosmarinnadeln
evtl. Butter- oder Margarineflöckli



Blech mit Knoblauch ausreiben und einfetten. Gehackte Rosmarinnadeln im Blech verteilen.

Kartoffeln heiss schälen, leicht abkühlen, in ca. 4 mm dicke Scheiben schneiden, ziegelartig ins Blech schichten und Bouillon darüber giessen.

Käse, Salz, Pfeffer und Paprika mischen und über die Kartoffeln verteilen. Rosmarinnadeln und Butter- oder Margarineflöckli darüber verteilen.

Blech in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens ca. 25 Min. backen.

Rosenkohl-Äpfelgemüse

Zutaten (4 Portionen):

1 EL Butter oder Margarine
500 g Rosenkohl halbiert
1 TL Fenchelsamen
1 dl Gemüsebouillon
2 rote Äpfel ungeschält
Salz, Pfeffer



Butter oder Margarine in einer Pfanne warm werden lassen, Kohl und Fenchelsamen andämpfen. Bouillon dazu giessen, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Min. knapp weich kochen lassen. Äpfel in Stengelchen oder schmale Schnitze schneiden, begeben, ca. 2 Min. mitkochen. Das Ganze würzen und sofort servieren.

Crêpes à l'Orange

Zutaten (6 Portionen):

1 Ei
1 EL Mehl
2 EL Rahm
1 EL flüssige Butter
Salz
Vanillezucker
Orangenschale
2 Orangen
2 EL Zucker (ca. 30g)
2 EL Grand-marnier
(Orangenliqueur)



Vorbereitung:

Aus Ei, Mehl, Rahm und Butter einen glatten Teig rühren, der keinesfalls zu lange bearbeitet werden darf, damit er zart bleibt. Teig mit einem Hauch Salz, einer Prise Vanillezucker und dem abgeriebenem einer Orange aromatisieren und anschliessend während ungefähr 30 Minuten ruhen lassen.

Die Filets aus den Orangen lösen, dabei die Filets auf ein Sieb fallen lassen, das auf einer Schüssel liegt, damit der auslaufende Saft aufgefangen wird.

Zucker in einer Sauteuse bei mittlerer Hitze goldbraun caramelisieren, mit dem aufgefangenen Orangensaft (ca. 1 dl) ablöschen und nun so lange kochen lassen, bis der Zucker vollständig aufgelöst ist. Grand-Marnier zufügen, die Orangenfilets in dieser heissen Sauce kurz durchziehen lassen und dekorativ auf warmen Teller anordnen.

In einem beschichteten oder emaillierten Eier-pfännchen von ca. 16 cm Durchmesser hauchdünne Crêpes backen und zugedeckt auf einem Teller am Herdrand warm stellen.

Die Sauce nochmals kurz erhitzen, die Crêpes 2 x falten und in der heissen Sauce kurz durchziehen lassen. Abschliessend die gefalteten Crêpes zu den Orangenfilets legen. Mit der restlichen Sauce überziehen und, wenn Sie Lust haben, mit einer Kugel Vanilleglace servieren.

Zu den Crêpes habe ich eine hübsche Geschichte aus Frankreich gehört. Bei traditionsreichen Familien sei es üblich, dass die junge Ehefrau am Hochzeitstag eine Crêpe bäckt. Gelänge ihr das Kunststück, beim mehr oder weniger eleganten Wenden in der Luft die Crêpe wieder mit der Pfanne einzufangen, so würde die Ehe ein Leben lang glücklich sein.