

**Hobbyköche „Freiämter Chuchi“  
Montag, 9. März 2015**



**Menue**

**Frühlingserwachen**

**Apéro**

**Artischocken-Paste mit Vin Santo**



**Warme Entenleber  
auf Spargelsalat**



**Überbackenes Schweinsfilet  
mit Spinat und Camembert**



**Mascarpone Flan**

## **Artischocken-Paste mit Vin Santo**

### **Zutaten (ca. 6 Portionen):**

2 Knoblauchzehen  
1 kleine Zwiebel  
280 g Artischockenherzen in Öl eingelegt,  
abgetropft  
30 entsteinte grüne Oliven  
1 EL Olivenöl  
2 dl Vin Santo (Süßwein)  
1 Bund glattblättrige Petersilie  
Salz  
Pfeffer  
400 g Baguette

Knoblauch und Zwiebel fein hacken. Mit Artischockenherzen und Oliven im Öl andünsten. Mit Vin Santo ablöschen und die Flüssigkeit einkochen lassen. Alles pürieren. Petersilie fein hacken. Unter die Masse ziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
Brot in Scheiben schneiden und tosten. Mit der Paste servieren.

**Die Paste wird von uns vorbereitet und steht für den Apéro bereit.**

# Warme Entenleber auf Spargelsalat

## Zutaten (4 Portionen):

### *Salatsauce*

2 cl Traubenkernöl

1 cl Sherryessig

mit Salz, Pfeffer verfeinern

### *Spargelsalat und Entenleber*

300 g Spargel weiss

300 g Spargel grün

4 Entenleberscheiben à ca. 80 g

4 Wachteleier

50 g Butter

120 g Brüsseler und ein paar Blätter Friseesalat

Himbeeressig

Die Spargeln schälen und separat in Salzwasser kochen. Wachteleier wie Spiegeleier in Butter braten.

Den Salat auf einen Teller anrichten, die Spargeln abwechslungsweise wie ein Fächer

darauf geben und mit der Salatsauce übergiessen.

Die Entenleber (ca. 2,5 cm dick) gut gekühlt mit Salz und Pfeffer würzen und leicht mehlen. Ohne Fett in heisser (Guss-)Pfanne auf beiden Seiten gut anbraten. Mit einem Schuss Himbeeressig ablöschen. Dann die Entenleber auf den angerichteten Salat geben. Ein Tropfen Himbeeressig darüber geben und mit dem Spiegelei garnieren, sofort servieren.

# Überbackenes Schweinsfilet mit Spinat und Camembert

## Zutaten (4 Portionen):

600 g Schweinsfilet  
Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
1 Esslöffel Bratbutter  
1 dl Weisswein  
4 Frühlingszwiebeln  
6 Dörrtomaten eingelegt  
2 Esslöffel Butter  
250 g Blattspinat tiefgekühlt  
1 Prise Muskatnuss frisch gerieben  
150 g Camembert

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Den Boden einer kleinen Gratinform leicht bebuttern.

Das Schweinsfilet mit Salz und Pfeffer rundum würzen. In einer Bratpfanne die Bratbutter kräftig erhitzen. Das Schweinsfilet rundum insgesamt 5 Minuten anbraten. Auf eine Kuchengitter geben und abkühlen lassen. Den Bratensatz mit dem Weisswein auflösen und zur Hälfte einkochen lassen. Beiseitestellen.

Die Frühlingszwiebeln mitsamt schönem Grün rüsten und hacken. Die Dörrtomaten auf Küchenpapier und in kleine Würfel schneiden.

In einer Pfanne die Butter erhitzen. Die Frühlingszwiebeln und Dörrtomaten darin andünsten. Den noch gefrorenen Spinat sowie den beiseite gestellten Bratensatz beifügen und alles zuerst zugedeckt, dann offen 6–7 Minuten dünsten. Den Spinat mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Das Schweinsfilet in 4 gleichmässig dicke Stücke schneiden und in die vorbereitete Gratinform setzen. Die Spinatmasse bergartig daraufsetzen. Den Camembert in 4 Scheiben schneiden und den Spinat damit belegen. Das Schweinsfilet im 180 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille ca. 20 Minuten überbacken. Sofort heiss servieren.

Als Beilage nehmen wir **Nudeln**. Diese werden in wenig Butter und ein paar Tropfen Trüffelöl kurz geschwenkt.

# Mascarpone Flan

## Zutaten (4 Portionen):

(4 Förmchen von je ca. 2,5 dl Inhalt)

### *Flan*

250 g Mascarpone

75 g Zucker

2 Eier

3 Eigelb

0,5 dl Rahm

50 g geschälte Mandeln, fein gemahlen

1-2 EL Rum, nach Belieben

### *Aprikosensauce*

250 g tiefgekühlte Aprikosen, gewürfelt

100 g Zucker

einige Safranfäden, nach Belieben

1 Zitrone, abgeriebene Schale und Saft

### **Flan**

Alle Zutaten gut verrühren, in die kalt ausgespülten Förmchen geben. Mit Alufolie zudecken, in eine ofenfeste Form stellen, diese auf das Ofengitter stellen.

Siedend heisses Wasser in die Form giessen, so dass die Förmchen im Wasserbad stehen. Flan zugedeckt 30 bis 40 Minuten knapp unter dem Siedepunkt (ca. 96°C) im Ofen pochieren. Der Backofen wird auf ca. 180 Grad eingestellt, das Wasser darf nicht sieden! Temperatur kontrollieren! Die Masse soll auf Druck nur noch leicht nachgeben.

Herausnehmen, auskühlen lassen.

### **Aprikosensauce**

Alle Zutaten in die Pfanne geben, kurz aufkochen und ziehen lassen.

Flan mit der Aprikosensauce servieren, garnieren.

Variable Zeiten: Je nach Förmchenmaterial und Ofenleistung variiert die Zeit im Ofen.