

Hobbyköche „Freiämter Chuchi“
Montag, 15. Juni 2015
(Egbert de Vries, Kurt Notter)



Menü

Der Sommer kommt

**Filets de Perche à l'aneth
et au poivre rose**



**Filet mignon de Veau
aux morilles
Pommes Anna**



Crème de vanille et son coulis de framboises



Filets de Perche à l'aneth et au poivre rose

Eglifilet an Dillsauce mit rosa Pfeffer

Zutaten (4 Portionen):

2 kleine Zucchini
1 Schalotte
2 EL Dillspitzen
4 EL trockener Vermouth
1 dl Weisswein
1 dl Bouillon oder Fischfond
8 EL Doppelrahm
Salz, Cayenne, Curry
2 cl feinstes Olivenöl
½ Knoblauchzehe
Salz, Pfeffermühle
4 Eglifilet à ca. 150 g
2 CL Butter
2 EL feinstes Olivenöl
Salz, Pfeffermühle
2 CL rosa Pfeffer



Dazu passt Reis wie zum Beispiel Quiona, auch Inka Reis genannt.

Zucchini waschen, nur notfalls schälen und in kleinste Würfelchen (Brunoise) schneiden. Vom **Dill** die Spitzen zupfen und die **Schalotten** kleinwürfeln. Vermouth, Weisswein und die gewürfelte Schalotte in einer Sauteuse bei grosser Hitze um mindestens die Hälfte reduzieren. **Bouillon** (oder **Fischfond**) zufügen und auf die Menge von ca. 2 EL einkochen lassen. Dann **Rahm** zufügen und Sauteuse vom Herd ziehen.

Sauce vorsichtig mit **Salz**, einem Hauch **Cayenne** und einer Spur **Curry** würzen.

Zucchinibrunoise in einer Sauteuse im mässig heissen Olivenöl kurz sautieren, **Knoblauchzehe** dazu pressen und vorsichtig mit **Salz** und wenig weissem **Pfeffer** aus der Mühle würzen.

Eglifilet mit **Salz** und weissem **Pfeffer** aus der Mühle würzen und in einer beschichteten Bratpfanne in der mässig heissen **Butter-Öl-Mischung** bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten kurz braten.

Das **Zucchinigemüse** in der Mitte von grossen heissen Tellern verteilen und die **Eglifilet** auf das Gemüsebett legen.

Die Sauce zu sämiger Konsistenz kochen, **Dillspitzen** sowie die **Pfefferkörner** zufügen und das Gericht mit der heissen Sauce überziehen.

Filet mignon de Veau aux morilles

Kalbsfiletmignons mit Morcheln

Zutaten (4 Portionen):

200 g frische oder
30 g getrocknete Morcheln (1 Std. einweichen)
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
8 Kalbsfiletmignons à ca. 60 g
Gewürzmischung
2 cl Butter
1 dl Weisswein
2 cl Cognac
1 dl Bouillon
8 EL Doppelrahm
Salz
Cayenne
Pfeffermühle
Zitronensaft



Als Beilage: Pommes Anna

Falls sie getrocknete **Morcheln** verwenden, werden diese in wenig warmen **Wasser** während ungefähr 1 Stunde eingeweicht. Frische (oder getrocknete Morcheln) unter fließendem Wasser sorgfältig waschen, dabei alle Fältchen öffnen, damit kein Sand zurückbleibt. Die **Morcheln** anschliessend kleinschneiden. **Schalotten** sowie **Knoblauchzehe** sehr feinwürfeln.

Die **Mignons** mit der **Gewürzmischung** würzen und in einer Bratpfanne in der aufschäumenden **Butter** beidseitig bei mittlerer Hitze goldbraun braten, dabei immer wieder mit der Bratbutter übergiessen. Die **Mignons** dann zugedeckt auf einem Teller am Herdrand warmstellen.

Die feingeschnittene **Schalotte** und **Knoblauch** in der restlichen **Bratbutter** goldgelb anziehen, **Morcheln** zufügen und bei grosser Hitze so lange sautieren, bis alle Flüssigkeit verdampft ist und die **Morcheln** ein wenig Farbe annehmen.

Weisswein, Cognac zufügen, um mindestens die Hälfte reduzieren, mit **Bouillon** (oder **Einweichwasser**) auffüllen und bei grosser Hitze sirupartig einkochen lassen. **Rahm** zufügen, Bratpfanne vom Herd ziehen und die Sauce vorsichtig mit **Salz**, einem Hauch **Cayenne**, wenig weissen **Pfeffer** aus der Mühle sowie ein paar Tropfen **Zitronensaft** würzen.

Mignons auf heisse Teller legen und mit der heissen Sauce überziehen.

Pommes Anna

Zutaten (4 Portionen):

1 kg fest kochende Kartoffeln, in ca.
2 mm dicke Scheiben
0.75 TL Salz
wenig Pfeffer aus der Mühle
40 g Bratbutter, flüssig
1 EL Rosmarin, fein gehackt



Kartoffeln würzen. Formenboden rosettenartig mit einer Kartoffelschicht belegen. Wenig **Butter** mit dem Pinsel darauf verteilen, wenig **Rosmarin** darüber streuen. Restliche Kartoffeln langensweise mit **Butter** und **Rosmarin** einschichten, gut andrücken, restliche **Butter** darüber träufeln.

Für eine Runde, hohe ofenfeste Form von ca. 1.5 Liter, Boden mit Backpapier belegt.

Crème de vanille et son coulis de framboises

Zutaten (4 Portionen):

250 g Himbeeren
40 g Zucker
2 Blatt Gelatine
1 Vanilleschote
½ dl Milch
50 g Puderzucker
200 g Halbfettquark
200 g Frischkäse, z.B. Philadelphia
1 dl Rahm



Einige **Himbeeren** für die Garnitur beiseite stellen. Restliche **Beeren** mit **Zucker** kurz aufkochen, bis sich der **Zucker** aufgelöst hat. Himbeersauce auskühlen lassen.

Inzwischen **Gelatine** in kaltem **Wasser** einweichen. *Vanilleschote* längs halbieren. **Mark** herauskratzen. **Milch** mit **Vanillemark** und –**schote** aufkochen. **Schote** entfernen. In einer Schüssel **Puderzucker**, **Quark** und **Frischkäse** gut verrühren. **Gelatine** aus dem Wasser heben, gut ausdrücken und zur warmen **Milch** geben. Umrühren, bis sich die **Gelatine** aufgelöst hat. **Milch** zur **Quarkmasse** giessen, gut unterrühren.

Beerensauce in die Gläser verteilen. **Creme** darauf geben und ca. 1 Stunde kühl stellen. Vor dem Servieren **Rahm** steif schlagen und auf der **Creme** anrichten. Mit beiseite gestellten **Beeren** garnieren und servieren.