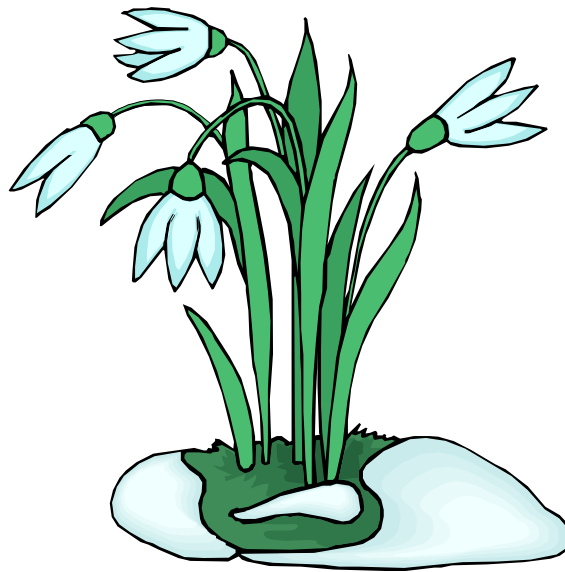


Kochabend vom 7. März 2008



Wenn Winter und Frühling sich umarmen...

Menü

- **Elsässer Varianten-Flammkuchen**
- **Frühlingsalat mit würzigem Kresse-Eierstich**
- **Selleriesuppe mit Roquefort-Käse**
- **Fleischvögel spezial**
- **Orangencrème mit Orangensalat**

Leitung: Peter und Ursula Bürgisser, Gruppe 2

Elsässer Varianten-Flammkuchen

Zutaten für 4 Personen (für einen Apéro = 8 Personen)

Teig:

1 kg Mehl
1 dl Olivenöl
1 Würfel frische Hefe
2 gestrichene TL Salz
1 TL Zucker
Pfeffer

Belag:

2 Becher Sauerrahm (10% Fett)
2 Becher Sauerrahm (20% Fett - oder Crème fraîche)
Speckwürfel oder Speckstreifen
2 Zwiebeln
Kümmel (nach Belieben)

Varianten:

Suisse: etwas Gruyère
Mediterran: Ruccola und Gorgonzola
Süss: Apfelschnitze, brauner Zucker, Rosmarin

Zubereitung

1. Zubereitung Hefeteig: Grosses Wasserglas zu zwei Dritteln mit warmem Wasser aus dem Hahn füllen (so warm, dass man gerade noch den Finger reinhalten kann), Hefe reinbröckeln, 1 TL Zucker und 2 TL Mehl dazugeben. Alles gut (5 bis 10 Minuten) verrühren.
2. In der Zwischenzeit Mehl, Salz, Pfeffer und Öl in eine grosse Schüssel geben. Wenn das Hefeglas fast überläuft, das Gemisch in die Teigschüssel kippen und alles miteinander verkneten. Darauf achten, dass der Teig geschmeidig bleibt, bei Bedarf Wasser dazugeben. Den fertig gekneteten Teig warm und ohne Zug (mit Tuch abdecken) ca. 10 Min. stehen lassen.
3. Zutaten für Belag bereitstellen und rüsten: Zwiebeln in Ringe schneiden, Speck in kurze Streifen. (Varianten siehe unten).
4. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Teig in 4 bis 5 gleich grosse Kugeln aufteilen und mit etwas Mehl ganz flach auswallen. (Bis hierhin kann man alle Flammkuchen vorbereiten – Rahm und Belag erst kurz vor dem Backen begeben.)
5. Pro Teigboden ca. 0,5 Becher beider Rahmsorten verstreichen. Dann ein paar Zwiebelringe und ein bisschen von dem Speck darauf verteilen (nicht zu viel Belag!). Wer es mag, verteilt zusätzlich etwas Kümmel. 10 bis 15 Minuten backen und sofort servieren. (Und natürlich wandert dann gleich der nächste Flammkuchen in den Ofen...).

Varianten:

Der Belag kann wie folgt variiert werden:

- Suisse: etwas Gruyère (dazuraffeln)
- Mediterran: Ruccola und Gorgonzola (Ruccola erst nach dem Backen dazugeben)
- Süss: Apfelschnitze, brauner Zucker, Rosmarin

Bei der süssen Variante gilt folgende Regel: Sauerrahm dünn aufstreichen, dann die Apfelschnitze auslegen, anschliessend noch mal etwas Rahm darüber, brauner Zucker obendrauf – und etwas Rosmarin (kann man natürlich auch weglassen).

Frühlingsalat mit würzigem Kresse-Eierstich

Zutaten

Für 4 Personen:

EIERSTICH

- 1 dl Halbrahm
- 2 frische Eier
- 20 g Kresse
- ¼ TL Salz*
- wenig Pfeffer

SALAT

- 1 Bio-Zitrone, davon ½ abgeriebene Schale und 1 EL Saft
- 1 TL milder Senf
- 4 EL Sonnenblumenöl oder mildes Olivenöl
- 2 Prisen Zucker
- wenig Paprika
- Salz, Pfeffer, nach Bedarf
- 1 kleiner Kohlrabi (ca. 200 g), in Sechsteln, in feine Scheiben gehobelt
- 1 Bund Radiesli, in feinen Scheiben
- 60 g Rucola

Zubereitung

EIERSTICH:

Rahm, Eier und Kresse in einen Messbecher geben. Mit einem Stabmixer pürieren, würzen. Masse in die vorbereiteten gefetteten Förmchen giessen, einzeln mit Alufolie zudecken.

Einen gefalteten Lappen in eine Pfanne legen, Förmchen daraufstellen.

Heisses Wasser bis 2/3 Höhe der Förmchen einfüllen, aufkochen.

Zugedeckt bei mittlerer Hitze (das Wasser darf nur leicht köcheln) ca. 15 Min. garen.

Garprobe: Die Masse darf auf Fingerdruck nur noch wenig nachgeben.

Eierstich etwas abkühlen, mit einem Messer vom Rand lösen, aus den Förmchen stürzen, in Stücke schneiden.

SALAT:

Zitronenschale, -saft, Senf und Öl in einer Schüssel gut verrühren, würzen.

Kohlrabi, Radiesli und Rucola kurz vor dem Servieren daruntermischen.

Kresse-Eierstich darauf verteilen.

Selleriesuppe mit Roquefort-Käse

Zutaten für 4 Personen

1 kg Stangensellerie
4 Schalotten
1 Bund Blattpetersilie
100 g Butter
250 g Blauschimmel-Käse (z.B. Roquefort o. ä.)
3 dl Rahm

1 L Hühnerfond (oder gekörnte Gemüsebrühe, Rinderbrühe)
Salz
Pfeffer aus der Mühle

4 Scheiben Toast

Zubereitung

1. Sellerie waschen, Fäden ziehen (Martin benutzt dafür einen Sparschäler), Stangen der Länge nach halbieren und in kleine Würfel schneiden (davon eine gute Hand voll zur späteren Einlage zur Seite legen). Schalotten würfeln.
2. Hühnerbrühe kurz aufkochen und warm halten, damit der Schmorprozess beim späteren Ablöschen nicht unterbrochen wird.
3. Schalotten und Sellerie in 2/3 der Butter anschmoren, damit ein Röstaroma entsteht.
4. Mit dem Fond ablöschen. Kurz von der Flamme nehmen und die Sahne einrühren, dann weitere 20 Minuten bei milder Hitze wallen lassen.
5. Die Toastbrotsscheiben in kleine Würfel schneiden und in der restlichen Butter kross rösten.
6. Suppe mit Mixer pürieren. Anschliessend durch ein Sieb drücken Schneller geht es mit einem kräftigen Stabmixer.
7. Die beiseite gelegten Selleriewürfel mit dem Blauschimmelkäse (je edler desto besser) dazu geben und den Käse dabei sanft auflösen. (Evt. etwas Käse zum Dekorieren aufheben.)
8. Die Suppe mit Salz (Vorsicht, der Schimmelkäse ist schon recht salzhaltig!) und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.
9. Petersilie hacken und mit Käsekrümeln und Croutons dekorativ einstreuen kurz vor dem Servieren.

Tipp:

Ein gekauftes Glas (4 dl) Hühnerfond auf 1 Liter ergänzen, indem man gekörnte Gemüse- und Rinderbrühe dazu gibt.

Fleischvögel spezial

Zutaten für 4 Personen

600 g Saftplätzli (vom Rind, dünn geschnitten)
120 g Mortadella
120 g Salami
2 Bund Petersilie (einer glatt, einer kraus)
2 grosse Zwiebeln
4 Knoblauchzehen

2 dl Rotwein
4 dl Fonds
Mehl

Zahnstocher

Zubereitung

1. Mortadella, Salami, Peterli, Zwiebeln, Knoblauch und Kräuter super klein und fein hacken (mit dem Wiegemesser). Alles mischen.
2. Füllung auf Rindsplätzli legen, einrollen, mit Zahnstocher(n) verschliessen und im Mehl wenden (es macht nichts, wenn auf der Seite Füllung rauskommt. Reste der Füllung nicht wegwerfen, siehe Punkt 4).
3. Backofen auf 200 Grad vorheizen. In schwerer, weiter Pfanne (am besten Gusseisen) Öl erhitzen und die Plätzli rundherum goldig anbraten. In einen Römertopf oder Gusseisentopf legen.
4. Falls Füllung übrig ist (siehe Punkt 2): Diese kurz in der Bratpfanne andünsten. Dann mit Fonds und Rotwein ablöschen, einige Minuten köcheln lassen.
5. Sauce über die Plätzli giessen, Deckel auf die Form und in den Ofen. 1 bis 1,5 Stunden schmoren (je länger desto besser). Servieren.

Dazu passt:

Gemüse, Nudeln oder auch Polenta.

Orangencreme mit Orangensalat

Zutaten für 4 Personen

Crème

4 kleine Bio-Orangen
60 g Puderzucker
2 EL Grand Marnier
4 frische Eigelbe
2 dl Rahm

Orangensalat

2 Bio-Orange
2 EL Grand Marnier
2 EL Puderzucker
2 EL gehobelte Mandeln, geröstet

Zubereitung

Crème

- Von einer Orange die Schale abreiben,
- von beiden den Saft auspressen (ergibt ca. 1 dl).
- Saft, Schale, Puderzucker und Grand Marnier mit den Eigelben in einer dünnwandigen Schüssel verrühren.
- Schüssel über das nur leicht siedende Wasserbad hängen, sie darf das Wasser nicht berühren.
- Rühren, bis eine dickliche Crème entsteht.
- Auskühlen lassen.
- Rahm steif schlagen, am Schluss unter die Creme ziehen.

Orangensalat

- Orange in hautlose Schnitze, $\frac{3}{4}$ davon in Stücke schneiden, $\frac{1}{4}$ für Garnitur ganz beiseite stellen.
- Grand Marnier und Puderzucker darübergeben, ca. 30 Min. ziehen lassen.
- Orangenstücke anrichten, Creme darauf verteilen, mit Schnitzen und Mandeln verzieren.