



Aus unserem Archiv:

Rezeptsammlung Aera Turi

Rezepte von 1997 bis 2008

Nrn. 33 – 140 mit Verzeichnis (Rezepte 1 – 154)

zusammengetragen von Arthur Portmann

HOBBY-KÖCHE

Rezepte nach der Ära Chef **HANS MEILI**

1993 – 1994

1	Kaninchenrücken an Mascarpone-Sauce / Gemüsebouquet / Nüdeli
2	Hackbraten an Eierschwämmli-Sauce
3	Lammfilet in Estragon-Sauce / Kartoffelstock / Broccoli
4	Rehrücken an Pilz-Sauce / Nüsslisalat mit Croûtons und Kalbsleber garniert / Knöpfli maison
5	Basler Lämmelbraten / Gemüsebouquet / Bratkartoffeln
6	Mutter's Kalbsvoressen / Kartoffelstock
7	Poulet-Geschnetzeltes an Curry-Sauce / Reis / gemischter Salat
8	Kalbfleisch mit Lauch und Morcheln / Rüebl mit Knoblauche / schmale Nüdeli
9	Entenbrüstchen an Feigen-Sauce / Nüdeli / Lachsforelle Florentiner-Art

1994 - 1995

10	Egglilet auf Roquefort-Spinat / Salzkartoffeln
11	Fleischvögel / Knöpfli / Rüebl gedämpft / Nüssli-Salat an Balsamico-Essig
12	Rotwein-Geschnetzeltes de Luxe / Kartoffelstock / gemischter Salat
13	Lammrückenfilet in Nusskruste / Kürbis-Risotto / Kürbis-Suppe
14	Englische Roastbeef / gratinierte Kartoffeln / Salat Fantasie
15	Friesische Lammkotelettes / Salzkartoffeln mit Dill / Blumenkohl / Nüsslisalat mit Ei
16	Pouletbrüstchen unter Teighaube
17	Filot Stroganoff à la Sigi / Nüdeli / Kresse-Salat Melba / Sherry-Crème
18	Sauerkraut-Eintopf
19	Poulet-Schenkel à la Franz / Reis mit Lachs-Streifen / Blumenkohl Grandmère

1995 – 1996

20	Perlhuhnbrüstchen und Lammrückenfilet auf Tomatensauce und Estragon / Spinat-Ricotta-Ravioli / Zucchini mit Leinsamen garniert / Rüebl
21	Kalbsmedaillon mit Apfelsauce / Reis oder Nudeln / Zabaione
22	Rehmedaillon / Rosenkohl / Rotkraut / glasierte Marroni / Spätzli / Herbstsalat / Weinsuppe
23	Seeteufel auf Lauchbett / Salzkartoffeln oder Butterreis
24	Kalbsleber mit Polenta / überbackene Tomaten und Bohnenbündeli
25	Irish-Stew (Lamm-Würfel) / Moules à la marinière
26	Jägerschnitzel mit gemischten Pilzen / Spätzli / Lauchsalat mit Lachs
27	Pouletschnitzel an Mandarinen-Sauce mit Gerstotto / Avocado-Salat mit Grapefruit
28	Fischragout an feiner Pernod-Rahmsauce / Spargel Salat

1996 – 1997

29	Schweinsfilet an Zwetschgensauce / Mohnschupf-Nudeln / Kürbis-Carpaccio / Rahmsuppe auf frischem Zuckermais
30	Gefüllte Kalbs-Kotelettes / Nüdeli / Champignon-Salat
31	Piccata alla Ticinese / Spaghetti mit Tomatensauce / Nüsslisalat mit Ei
32	Rehschnitzel an Pilz-Ragout / Rosenkohl / Butternudeln / Scampi mit Kräuterbutter
33	Schweinsfilet an Gorgonzola-Sauce / Knöpfli / Rotkraut mit Marroni
34	Kalbshaxen Niçoise / Knöpfli / Nüsslisalat mit Croûtons
35	Überbackenes Kalbsschnitzel / Trockenreis / Nüsslisalat mit Kalbleber-Croûtons und Bratspeck
36	Kalbssteak mit Apfel an Calvados-Sauce / Nudeln / Salat
37	Ente mit Orangen / Nudeln / Solesfilet an Tomatenbutter

1997 – 1998

38	Rehwürfel mit Trauben / Knöpfli / Rotkraut
39	Kalbshaxen Cremolata / Champagner-Risotto / Nüsslisalat mit warmen Champignons und Speckstreifen
40	Filet Stroganoff / Reis / Broccoli Mario / Wodka Sorbet
41	Fisch-Röllchen / Spinat / Tomatensuppe mit Schafskäse
42	Salbei-Schweinsfilet an leichtem Pfefferjus / Risotto milanese / griechischer Bauernsalat
43	Teigwaren à la mode du Robi; Farfalle alla Napoletana / Spaghetti alla carbonara / Spaghetti vongole
44	Rindsfilet an Morchelsauce / Nudeln / Kefen / Ruccola-Salat mit Olivenöl und Balsamico-Essig

1998 – 1999

45	Lammrückenfilet provençale / Kürbis-Gnocchi
46	Coq au vin / Nudeln / Salat
47	Kaninchenfilets in Estragon-Sauce / Trockenreis / gelber Blumenkohl / Nüsslisalat mit warmen Pilzen
48	Kalbsvoressen Salvia / grüne Nudeln / gedämpfte Tomaten / Cicorino rosso Siziliano
49	Wild-Schnitzel an Orangen-Sauce / Spätzli / Rotkraut / Chicorée-Lauchsalat
50	Poulet-Geschnetzeltes à la Vigneronne / Butterrösti / Winzer-Salat
51	Rindsfilet auf Ruccola / Trockenreis / Kiwi-Gratin
52	Schweinsfilet gefüllt / würzige Grill-Tomaten / Salat nach Grenoble-Art
53	Hackbraten Grossmutter-Art / Mais / Fenchel/Rüebli / Randen-Carpaccio
54	Filet mignon an Roquefort-Sauce / Risotto milanese / Romanesco-Salat
55	Kotelettes "Calvados" / Rosmarin-Kartoffeln / junge Frühlings-Karotten / warmer Spargel-Salat / marinierte Erdbeeren

2002 – 2003

85	Wild-Stroganoff mit Äpfeln / Gewürz-Kartoffelstock / warmer Kürbis-Pilz-Salat
86	Zanderfilet an Käsesauce / Salzkartoffeln oder Reis / gemischter Salat / Birnen mit Schokolade und Schlagrahm
87	Lamm-Voressen / Spinat-Kartoffeln / Tomatensuppe
88	Lamm-Entrecôte in Baumuss-Mantel (Niedergar) / Kohlgemüse und Peperoni an Mascarpone / Nüdeli mit Sauce / Salat mit Birnen garniert / Kaki-Crème mit Vanille-Glace
89	Schweinshalssteak auf Lauchbett / Kartoffelgratin / gebratene Champignons mit Nüsslisalat
90	Rotzungenfilet im Kartoffelmantel mit Meerrettich-Schaum / Kefen / Zwiebelsuppe

2003 – 2004

91	Kalbsvögel / Wildreis / Rüebisuppe mit Ingwer / gemischter Salat
92	Hirsch-Geschnetzeltes an Brombeersauce / Spätzli à la Meili (kalt abschrecken und frisch aufwärmen)
93	Toskanisches Poulet / Safran-Risotto mit Tomatenwürfelchen / Mousse au chocolat
94	Pangasius-Fischfilets / Gemüse / Nüdeli / gemischter Salat mit warmen Zwetschgen in Entenfilet eingerollt
95	Kaninchenfilet an grüner Pfeffersauce / Polenta / Mini-Feuilletés mit Forellen-Mousse und Nüssli-Salat
96	Rindfleisch geschnetzelt mit Balsamico-Trauben / Nudeln, Reis oder Spätzli
97	Schweinsfilet mit Morcheln / Reis oder Nudeln
98	Gefüllte Pouletbrüstchen mit Rucola-Sauce / grüne Nudeln mit frischen Pilzen / Avocado-Salat
99	Kalbfleisch geschnetzelt mit Pilzen
100	Seezungen gebraten / Capuns / Orangensalat mit Zwiebeln
101	Lammracks mit Senfkruste / Rosmarin-Kartoffeln / Kefen / grüne Spargeln mit Parmesan überbacken / Erdbeeren mit Vanille- Zimt-Glace

2004 – 2005

102	Rindshuftstreifen an Schabziger-Pfeffer-Sauce / Spätzli / Bohnen / Rüebli / Peperoni-Salat mit Lauch und Feta
103	Kalbsmedaillon an Pilzsauce / Safran-Risotto / Rösliköhl / Eisbergsalat
104	Poulet au Champagne / Kartoffelstock / Lauch gratiniert / Salbei-Crème-Suppe
105	Fischragout / Reisring / Kürbissuppe
106	Kalbshaxen Tessiner Art / Luganighetti / Polenta / Tarte des Pommes / Kastaniensuppe
107	Kaninchen an Senfsauce (scharfer Hase) / Reis in allen Variationen
108	Fisch mit scharfer Limetten-Sauce / Parfüm-Reis oder Basmati-Reis / Crevetten-Cocktail
109	Szegediner Gulasch / Semmel-Knödel
110	Poulet nach Andalusischer Art / Trockenreis / Spargel-Salat
111	Brätkugeli / Frühlings-Gemüse / Nüdeli / kleiner Salat à la mode du table
112	Züri Gschnätzlets / Rösti / Lauchcrème-Suppe / Vanille-Glace mit heissen Beeren

1999 – 2000

56	Lammrückenfilet mit Hagebutten-Sauce / glasierte Kastanien / Maisschnitten / frz. Kartoffel-Crème-Suppe
57	Schweinsplätzli gefüllt / Kräuter-Risotto / Tomates provençales
58	Div. Geschnetztes Asian-Style mit Nudeln (Schwein / Rind / Geflügel)
59	Lattich-Fleischvögel / Nüddli / lauwarmer Linsensalat mit Geflügelleber / Zitronen-Sorbet
60	Kalbfleischröllchen gefüllt (Involtine al vitello) / Safran-Risotto
61	Pouletbrüstchen gefüllt / Nudeln / lauwarmer Spargelsalat
62	Rindsvoressen mit Artischocken / Gerstotto mit Silberzwiebeln / Salat in Chicorée-Schiffchen
63	Rindsfilet in Kräuterkruste mit Frühlingsgemüse / Cravattine al salmone
64	Hackfleisch-Bällchen an Curry-Sauce / Trockenreis

2000 – 2001

65	Rehschnitzel an Pilzragout / Scampi mit Kräuterbutter
66	Maultaschen-Suppe / Kartoffelsalat (Schwäbisches Fastenmenue)
67	Entrecôte mit Ratatouille / Ofenkartoffeln
68	Zanderfilet an Orangen-Schaumsauce / Trockenreis / Randen-Carpaccio
69	Boef Stroganoff / Gusgus / Lachsblume
70	Pouletbrüstchen mit Mozzarella-Füllung in Malbuner-Schinken / Safran-Risotto
71	Party-Filet / Nudeln / Spinat / Exotischer Salatteller
72	Rindsfilet-Medaillon mit Steinpilz-Butter / Kartoffelgratin spezial / grüner Haussalat
73	Schweinsfilet im Capuns-Mantel / Gemüse-Pizzokels / Bärlauch-Suppe

2001 - 2002

74	Rehrücken-Filet an Cognac-Sauce / Spätzli / Rotkraut / Weinschaum-Suppe mit Trauben / Haselnuss-Makkrönl
75	Kalbsvögel mit Salbei / Risotto Milanese
76	Kräuter-Zander mit Äpfeln und Zwiebeln / Salzkartoffeln / Nüsslisalat
77	Exotisches Reisgericht (Schweinefleisch) / Kürbis-Suppe / Glace mit warmen Himbeeren
78	Lamm-Nierstück / Wildreis / Broccoli / Salat / Crêpes Suzette
79	Schweinssteak mit Calvados-Apfelstückli / Nudeln / Weinschaum-Suppe
80	Gedünsteter Salm / Zitronen-Basilikum-Risotto
81	Lasagna al Forno / gemischter Salat mit Tomaten / frischer Fruchtsalat
82	Entenbrust mit süss-saurer Kruste an Portwein-Sauce / rote Linsen / Gemüse-Bouquet / Randensuppe
83	Hörnli-Cake aus Grossmutter's Küche / gemischter Salat oder Apfelmus
84	Lamm-Gigot aus dem Römertopf / Kartoffelgratin „Elfi Casti“ / Parmesan-Zitronencrisps / lauwarmer Spargelsalat / Erdbeeren mit Muskat-Schaumcrème

2005 – 2006

113	Hirsch-Fleischvögel / Haselnuss-Spätzli / gebratener Kürbis auf Salat
114	Kalbfleisch geschnetzelt nach Tante Leni / breite Nudeln
115	Lamm-Kotelettes / Risotto à la milanese / Rahmspinat / Randen-Rahmsuppe
116	Schweins-Kotelettes / Marroni und Birnen / Kräuter-Polenta / Crêpes-Röllchen mit Karotten-Füllung
117	Gefüllte Auberginen / Salat / Trauben-Crème
118	Ossibuchi (Kalbshaxen) / Polenta / Salat
119	Involtini di vitello (Kalbfleisch-Röllchen) / Risotto ai funghi porcini / Nüsslisalat campagnarde
120	Poulet-Päckli / Spinat / Nudeln / Spargel-Crèmesuppe mit Schinken / Fruchtsalat
121	Hackfleisch im Mantel / Kohlrabi-Süppchen mit Basilikum-Pesto / Frühlings-Salat

2006 – 2007

122	Curry-Rindfleisch-Streifen / Nudeln / Kürbis-Suppe mit Amaretti-Croûtons / gefüllte Feigon
123	Vol-au-Vent Patriot / Pastetli / Nüssli-Salat mit Speckwürfeli / Orangen-Salat
124	Fisch in Salzkruste / Lauchgemüse / Salzkartoffeln / Kartoffelsuppe
125	Reiskuchen mit Gemüse und Fleisch / Ofenäpfel gefüllt mit Speck, Wirz und Käse
126	Kaninchen auf italienische Art / Kartoffelstock / Kartoffel-Lauch-Suppe
127	Party-filet / Trockenreis / Salat / Käse-Dessert
128	Dorschfilet Royal / Melanzane alla Parmigiana / Salzkartoffeln / Salat Pasquale
129	Poulet Surprise / Chinakohl-Salat Chinatown / Orangensalat Aladin
130	Zitronen-Lachs im Blätterteig / Fenchel-Ragout mit Tomaten / Radieschen-Suppe
131	Gefüllte Schmor-Kotelettes / Rösti mit rohen Kartoffeln
132	Filet-Steaks an Whisky-Rahmsauce / grüne Spargeln / Breitband-Nudeln

2007 – 2008

133	Hirsch-Entrecôte mit eingelegten Dörripflaumen / Spätzli nach Art Bad Osterfingen / Rotkraut
134	Zürcher Ratsherrentopf / Gemüse / Kartoffeln / flambierte Bananen
135	Paella / Nüsslisalat mit Jamon Serrano
136	Asiatisches Fischpfännli / Jasmin Reis / Salatschiffli / Parmesan-Netzi / Apfelstreusel
137	Poulet-Brüstchen im Teig / Carpaccio von gebackenen Randen
138	Coq au Vin / Kartoffelstock / Sellerie-Salat mit Ananas
139	In weissem Tee pochierter Lachs mit Kokos-Sauce / Asia-Nudeln / Saison-Salat
139	Mulligatawny Soup mit Pouletschenkel
140	Kalbfleisch geschnetzelt mit Whisky flambiert / Trockenreis / Rübli / grüner Salat
141	Gratinierte Kotelettes mit Aceto-Zwiebeln / Fenchel-Salat an Joghurt-Sauce
142	Entrecôte Café de Paris / Ofen-Kartoffeln / Brüsseler Salat in Dip Manier
143	Papardelle mare e montagna (Lachsfilet) / Nudeln / Thunfisch Carpaccio

2008 – 2009

144	Schweinsfilet an Balsamico-Rahm / Polenta einmal anders / Broccoli / Gemischter Salat
145	Kaninchenfilets im Parma-Mantel / Tagliatelle mit Apfel-Basilikum-Sauce / Avocado-Toast
146	Schweinsschnitzel Babuschka / Bratkartoffeln mit Rosmarin / Zuppa pavese
147	Nil-Barsch an Lauchsauce / Gemüse-Nüdeli / Nüsslisalat mit Croûtons
148	Tessiner Kalbshaxe / Kartoffelstock / gemischter Salat
149	Schweins-Koteletts Ardener-Art / Nudeln / Salat
150	Lamm-Nierstück / Risotto milanese / Nüssli-Salat mit Champignons / gebratene Ananas mit Vanille-Eis
151	Poulet süss-sauer / Basmati-Reis / Rotzungen-Filet Involtinis mit Toast oder Baguette
152	Duftender Lachs aus dem Ofen / Salzkartoffeln, Reis oder Teigwaren / Lauch-Schiffchen mit Eier-Vinaigrette
153	Irish Beef mit Whiskey-Sauce und Roquefort-Butter / Lorbeer-Kartoffeln / gemischter Salat
154	Scaloppine al Limone / Risotto ai Funghi / Carpaccio aus Bresaola mit Rucola / Fruchtsalat

ENDE DER 40. SAISON

Chochete vom 20. November 1996

Nüsslisalat mit Ei

Piccata alla Ticinese

Spaghetti mit Tomatensauce

Tomatensauce:

- 1 grosse Büchse Pelati
- 3 Knoblauchzehen
- 2-3 Essl. Olivenöl
- geriebener Parmesan Käse
- Salz, Gewürze

Knoblauch in feine Scheiben schneiden, Pelati in Sieb abschütten, Saft für Sauce aufbewahren, Pelati in Würfel schneiden. Knoblauch im Olivenöl anziehen, Pelati mit Flüssigkeit zugeben, abschmecken und ungedeckt ca. ½ Stunde köcheln lassen.

Die al dente gekochten Spaghetti mit der Tomatensauce in Schüssel oder direkt auf den Teller anrichten.

Piccata alla Ticinese:

- 8 Kalbsplätzli
- 250 gr. Champignons
- 50 gr. Schinken in Streifen
- 80 gr. Bratbutter
- 1 Zitrone
- 2 Eier
- 2 dl. Rahm
- 1 kl. Zwiebel
- ital. Kräuter getrocknet, Mehl
- etwas Bouillon,

Kalbsplätzli mit Zitronensaft einreiben, etwas liegen lassen.

Plätzli würzen, im Mehl und dann im verklopften Ei wenden und im Bratbutter während 4 - 6 Min. braten. Die Piccata auf Platte anrichten, Pilzmischung darauf verteilen und warmstellen.

Den Bratfond mit ca. 1 dl. Wasser auflösen, etwas Bouillon begeben, kurz einreduzieren lassen, Rahm dazu geben erhitzen lassen und über die Piccata verteilen.

Pilze in Scheiben schneiden, gehackte Zwiebeln mit Öl anziehen, Pilze zugeben, würzen und ca. 10 dämpfen, Schinkenstreifen und ital. Kräuter daruntermischen und kurz mit kochen.

En Guete wünscht Tisch 4

Scampi mit Kräuterbutter

*Rehschnitzel an Pilzragout
Rosenkohl
Butternudeln*

*Dessert Tisch 1***Scampi an Kräuterbutter**

400 gr. rohe geschälte Scampi
 1 EL Zitronensaft
 1/4 TL Salz
 weisser Pfeffer
 Bratbutter
 Kräuterbutter

Scampi mit Haushaltspapier trocknen, dann mit Zitronensaft beträufeln.
 Scampi kurz vor dem braten würzen. In der warmen Bratbutter bei mittlere Hitze unter gelegentlichem wenden ca. 4 Min. braten. Herausnehmen, warm stellen.
 Bratfett mit Haushaltspapier auftupfen.
 Kräuterbutter erwärmen, und Scampi in die heisse Butter geben, mischen, auf vorgewärmte Teller anrichten.

Rehschnitzel

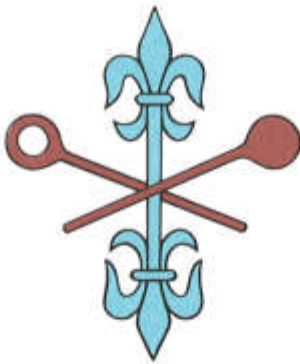
8	kleinere Rehschnitzel	mit Küchenpapier trocknen, flachklopfen
2	EL Bratbutter	in der Bratpfanne heiss werden lassen, Schnitzel evtl. portionenweise anbraten. erst wenden, wenn sich eine leichte Kruste gebildet hat
1/2	TL Thymian, getrocknet	
1/2	TL Salz	
	Pfeffer aus der Mühle	die gebratene Seite würzen, Hitze etwas reduzieren und die zweite Seite braten. Die Schnitzel sind genügend gebraten (à point), wenn kleine rosa Tröpfchen aus dem Fleisch austreten

Pilzragout

1/2	Zwiebel, fein gehackt	
100	gr. Champignons, gehackt	
1/2	Peperoni, fein gehackt	in der Bratpfanne mit Öl kurz dämpfen
1/2	Zitrone, Saft	darübergliessen, einkochen lassen
1/2	dl Cognac	ablöschen
1	Messerspitze Curry	würzen
1	dl klare Bratensauce, angerührt	beigeben und unter Rühren 2 Minuten leise kochen lassen
1-2	dl Rahm	dazugliessen und leicht einkochen lassen
	Salz oder Streuwürze	nachwürzen, Rehschnitzel in die heisse Sauce legen und sofort servieren

en guete wünscht Tisch 1

22.12.16



Hobby-Köche Dietikon

Schweinsfilet an Gorgonzolasauce Knöpfli und Rotkraut mit Marroni

Schweinsfilet an Gorgonzolasauce

8 bis 12 Schweinsfilet-Medaillon (ca. 2cm dick)
8 bis 12 dünne Tranchen Bratspeck, Senf
40 g Butter
1 Zwiebel

100 g Gorgonzola
2 dl Rahm
1 bis 2 EL. grüner Pfeffer
gehackter Peterli

Eine feuerfeste Platte mit der Hälfte der Butter ausstreichen. Medaillon dünn mit Senf bestreichen, mit Specktranche umwickeln. Zwiebel hacken und in die Form streuen. Die Medaillons darüber legen. Rest Butter darüber verteilen.

30 Minuten bei 200°C im Ofen backen. Gorgonzola mit der Gabel zerdrücken und mit den restlichen Zutaten vermischen. Über das Fleisch geben, nochmals 10 Minuten im Ofen garen lassen.

Knöpfli

10 -12 Ei Mehl (250 - 300 g)
3 Eier
1/2 dl Milch
1/2 dl Wasser (evt. Mineralwasser)
Pfeffer, Muskat, Aromat u. Salz

Alles mischen, gut verrühren, damit es keine Knollen gibt. So lange klopfen, bis er glänzt und Blasen wirft.

Zugedeckt 30 Minuten stehen lassen

2 Lt Wasser kochen mit wenig Salz. Teig durch Knöpfli sieb streichen.
Knöpfli abtropfen in ausgebutterte Gratinform geben. Noch etwas Butter und Reibkäse dazugeben. Im Backofen warmstellen.
Oder: Knöpfli im kalten Wasser abkühlen abtropfen und in der Bratpfanne anbraten.

Rotkraut mit Marroni

3/4-1 kg Rotkraut
40-50 g Fett
50 g Speckwürfel
1 Zwiebel,
1 TL, Zucker
1/2 dl Essig 1/2dl Wein
3-4 dl Gemüsebouillon
1-2 Aepfel feingeschnitten
1 Lorbeerblatt

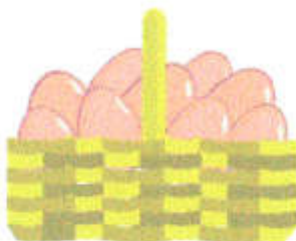
vierteln, Strunk entfernen, in feine Streifen schneiden

fein gehackt dämpfen
Rotkraut beifügen und gut durchdämpfen
darübergießen und umrühren
dazugeben

Das Rotkraut zugedeckt weichdämpfen. Dauer 90-120 Minuten. Dampfkochtopf 30 Minuten

400g Kastanien gefroren: In flacher Pfanne: 2 EL Zucker goldbraun caramelisieren, tiefgekühlte Marroni zufügen, mischen, mit 1 dl heissem Wasser ablöschen und zugedeckt 12 - 15 Minuten auf mittlerer Hitze garen. 2 - 3 mal wenden.

1 Apfel: Apfelschnitze oder kleine, ausgestochene Aepflechen ca 8 Minuten mit den Marroni im Zuckersirup mitkochen. Zum Garnieren auf das angerichtete Rotkraut geben.



Hobby Kochclub

Kalbshaxen Niçoise

1	Schalotte	Die Schalotte schälen und fein hacken. Den Stangensellerie und die Rüebli rüsten und in kleine Würfel schneiden. Petersilie und Rosmarinnadeln fein hacken.
4-6	Stangenselleriezweige (je nach Grösse)	
4	Rüebli	
1	Bund Petersilie	
2	Rosmarinzweige	
4	Kalbshaxen	Die Kalbshaxen mit Salz und Pfeffer würzen und im heissen Olivenöl auf beiden Seiten kräftig anbraten, aus der Pfanne nehmen.
3-4	El. Olivenöl	Im Bratensatz die Schalotte, den Stangensellerie und die Rüebli andünsten. Mit dem Rotwein und Bouillon ablöschen. - Die Kalbshaxen beifügen und zugedeckt 45 Minuten schmoren lassen.
2	dl. Rotwein	
2	dl. Fleischbouillon	
1	Dose Pelati-Tomaten (400 gr.)	

Nach dieser Zeit die gehackten Kräuter und die Pelati-Tomaten mitsamt dem Saft beifügen. Die Kalbshaxen weitere 30-45 Minuten schmoren lassen.

Das Gericht am Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Knöpfli :

300	gr.	Weissmehl	Das Mehl in eine Schüssel sieben, Salz, Muskat, Milch und Eier nach und nach beigeben, alles gut vermischen, am Schluss den Teig tüchtig aufschlagen, bis er Blasen bildet. Dann den Teig 30 Minuten ruhen lassen.
1	dl.	Wasser	
1	dl.	Milch	
3		Eier (Landeier spezial)	
	Tl.	Salz	
		Muskatnuss	

22.1.92

.1.

Hobby Küche Dietikon

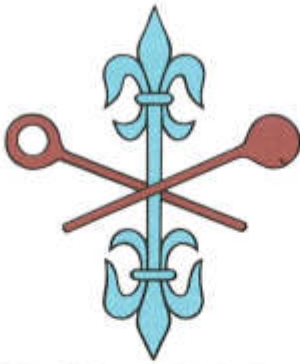
Ueberbackenes Kalbsschnitzel

4	grosse feingehackte Zwiebeln	Zwiebeln in heisser Butter glasig dünsten. Eine längliche Auflaufform mit Butter ausstreichen und die Zwiebeln auf dem Boden verteilen.
30 g	Butter	
8	dünne Kalbschnitzel	Schnitzel würzen und in Mehl wenden. Kurz an- braten, dann Ziegelförmig in die Form schichten.
2EL	Salz, Pfeffer Mehl	
100g	geriebener Emmentaler- käse	Reibkäse, Paniermehl und Peterli mischen und über das Fleisch streuen. Mit Bouillon und Wein auffüllen. Champignons an den Rand der Form plazieren. Den Rahm über die Käsemischung ver- teilen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen gratinieren.
4EL	Paniermehl	
½ Bd.	Peterli fein gehackt	
2dl	Hühnerbouillon	
2dl	Weisswein	
1 D.	Champignons	
6EL	Rahm	

Dazu servieren wir: Trockenreis heisser Kalbsleber
 Nüsslisalat mit Crouton und
 feine Streifen Bratspeck

En Guete wünscht
Tisch 4

5.2.72



Roastbeef mit Sauce Béarnaise eine prächtige Gemüseplatte

Vanilleglace mit Himbeeren

Hobby-Köche Dietikon

1 kg Roastbeef Salz und Pfeffer 1 - 2 Esslöffel Öl

Sauce:

4 Esslöffel Essig, 2 Esslöffel Wasser, 1 Estragonzweiglein,
1 Esslöffel gehackte Zwiebel, je eine Prise Salz und Pfeffer, 2 Eigelb, 100g Butter,
nochmals etwas Estragon.

Gemüse:

1 kleiner Blumenkohl, 2 Fenchel, 2 Rüebli, 250 g Bohnen, 4 Tomaten,
etwas Butter gehackte Zwiebel und Petersilie, Schnittlauch, Paniermehl,
geriebener Käse.

Zuerst blanchieren wir das Gemüse: Bohnen entfädeln, Blumenkohl in Röschen teilen, Fenchel in Viertel und Rüebli in Stäbchen schneiden. Jedes Gemüse separat in viel Salzwasser 5 Min. sprudelnd kochen. Mit der Schaumkehle herausnehmen und sofort unter fliessendem kalten Wasser abschrecken. So bleiben die Farben kräftig-frisch.

Das Roastbeef mit Salz und Pfeffer einreiben, mit Öl bepinseln und auf dem Bratrost oder in eine flache Ofenform legen. In dem auf 220° vorgeheizten Ofen schieben und je nach Wunsch 35 - 50 Min. braten. Ab und zu mit dem entstandenen Jus oder etwas Öl bepinseln.

Unterdessen das Gemüse mit den halbierten Tomaten in eine gebutterte Ofenform hübsch anordnen, den Blumenkohl mit Paniermehl, Tomaten und Bohnen mit Petersilie und Zwiebeln, die Rüebli mit Schnittlauch und den Fenchel mit Käse überstreuen. Über alles noch einige Butterflöcklein verteilen. Während den letzten 15 - 20 Min. die mit Alufolie zugedeckte Gemüseplatte ebenfalls in den Ofen schieben.

Für die Sauce Essig, Wasser, Estragon, Zwiebeln, Salz und Pfeffer in einem kleinen Pfännchen aufkochen, auf die Hälfte einkochen lassen und die Flüssigkeit in ein Schüsselchen sieben. Im nicht zu heissen Wasserbad (Eier gerinnen mit 60°!) oder am Plattenrand so lange mit den Eigelb verrühren, bis eine cremige Sauce entsteht. Unter ständigen rühren die zimmerweiche Butter nach und nach dazugeben. Die fertige Sauce mit Estragon, etwas Jus vom Fleisch und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Das fertige Roastbeef ein paar Minuten stehen lassen, dann in Tranchen schneiden. Auf eine vorgewärmte Platte anrichten. Die Sauce mit der Gemüseplatte separat servieren.

Hobbyköche Dietikon, Menü vom 12. März 1997



Kalbssteak mit Äpfeln an Calvadossauce

- Zutaten:**
- 4 Kalbssteak à 160 g
 - Salz, Pfeffer aus der Mühle
 - 1 EL Bratbutter
 - 1 dl Weisswein
 - 2 dl Kalbsfond
 - 1 dl Rahm
 - 4 Blatt Pergamentpapier
 - 4 Thymianzweiglein
 - 2 Äpfel
 - 1 EL Butter
 - 1 TL Zucker
 - 2 EL Calvados

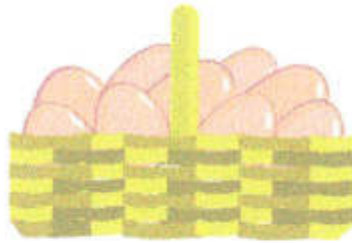
Zubereitung: Die Kalbssteaks würzen und auf beiden Seiten in Bratbutter je eine Minute braten. Aus der Pfanne nehmen. Den Bratensatz mit Weisswein ablöschen und einkochen. Fond dazugiessen und während 5 Minuten kochen lassen. Rahm zufügen und weiterkochen.

Die Äpfel in Scheiben schneiden und das Kerngehäuse ausstechen. Die Scheiben in Butter und Zucker braten und mit Calvados flambieren. Aus der Pfanne nehmen.

Vier Blatt Pergamentpapier auslegen, das Fleisch darauf setzen und mit Apfelscheiben belegen. Die Thymianzweiglein dazulegen, Pergament verschliessen und in vorgeheiztem Ofen bei 180 Grad 15 Minuten lang garen. Pergament erst auf dem Teller öffnen und zum Schluss die Sauce dazugiessen.

- Beilagen:**
- Frische Nudeln
 - Salat

Tisch 1 wünscht en Guete



Hobby Kochclub

Solesfilet an Tomatenbutter

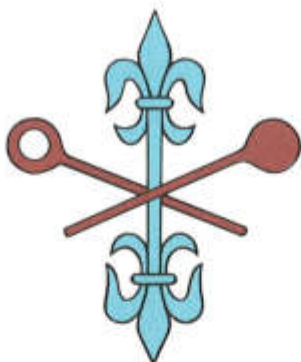
(Es eignen sich auch Egli, Flundern, Rotzungen und Goldbutt)

600	gr.	Fischfilets Salz und Pfeffer einige Dillzweige oder Basilikum Oel oder Butter Weisswein	Die Filets würzen zum belegen Den Siebaufsatz damit beölen oder bebuttern Die Solesröllchen darauf legen und <i>zugedeckt</i> 4-5 Min. garen lassen. (Mit wenig Fischsud und Weisswein als Flüssigkeitszugabe)
Sauce :			
500	gr.	feste, geschälte Tomaten Butter	In Würfel schneiden und in wenig Butter kurz dünsten
80	gr.	eiskalte Butterstückli Salz und Pfeffer	Nach und nach den kochenden Tomaten beifügen Würzen
1		Prise Zucker	

Die Tomatenbutter auf vorgewärmte Teller auslegen und die Fischfilets darauf verteilen.

Ente mit Orangen

1,5-1,8	kg	schwere Ente Salz und Pfeffer	Die Ente waschen und trockenreiben Würzen
2		eingeschnittene Orangen	Die Ente mit den Orangen und dem Rosmarinzweig füllen und gut verschliessen.
1		Rosmarinzweig	



Rehwürfel mit Trauben Knöpfli und Rotkraut

Hobby-Köche Dietikon

Rehwürfel mit Trauben

600 g Rehschnitzfleisch in Würfel
geschnitten
120 g Speckwürfel
150 g Karotten
150 g Knollensellerie
1 Knoblauchzehe
½ frischen Thymianzweig
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
4 EL Erdnussöl
1 dl Rotwein
3 dl Wildfond

Garnitur: 50 g weisse Trauben
50 g blaue Trauben
2 EL Butter

Vorbereitung:

Trauben waschen, halbieren und entkernen. Karotten und Sellerie in feine Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken. Thymian waschen, trockentupfen und fein hacken.

Zubereitung:

Erdnussöl erhitzen, Rehwürfel in Bratpfanne gut anbraten, herausnehmen, warm stellen. Speck in gleicher Pfanne anbraten, Knoblauch, Karotten und Selleriegemüse dazugeben und leicht dünsten. Mit Rotwein ablöschen, bis zur Hälfte einkochen lassen. Mit Pfeffer, Salz und Thymian abschmecken und Wildfond dazugießen. Rehwürfel dazugeben. Kurz aufkochen lassen. Butter in separater Pfanne schmelzen, Trauben darin sautieren und über das Rehfleisch geben. Anrichten.

Knöpfli

10 - 12 El Mehl (250 - 300 g)
3 Eier
½ dl Milch
½ dl Wasser (ev. Mineralwasser)
Pfeffer, Muskat, Aromat und Salz

Alles mischen, gut verrühren, damit es keine Knollen gibt. So lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft.

Zugedeckt 30 Min stehen lassen.

2 Lt Wasser kochen mit wenig Salz. Teig durch Knöpfli sieb streichen. Knöpfli abtropfen, in ausgebutterte Gratinform geben. Noch etwas Butter und Reibkäse dazugeben. Im Backofen warmstellen.

Oder: Knöpfli im kalten Wasser abkühlen, abtropfen und in der Bratpfanne anbraten.

Rotkraut

¼ - 1 kg Rotkraut
40-50 g Fett
50 g Speckwürfel
1 Zwiebel
1 TL Zucker
½ dl Essig / ½ dl Wein
3 - 4 dl Gemüsebouillon
1 - 2 Äpfel feingeschnitten
1 Lorbeerblatt

vierteln, Strunk entfernen, in feine Streifen schneiden

fein gehackt dämpfen, Rotkraut beifügen und gut durchdämpfen
darübergießen
dazugeben

Das Rotkraut zugedeckt weichdämpfen. Dauer 90 - 120 Min. Dampfkochtopf 30 Min.

Nüsslisalat mit warmen Champignons und Speckstreifen

Kalbshaxen Cremolata

Agelosen mit Champ.
1/2 um 500g bei
fügen

Champagnerrisotto

*9.17: CHAMPAGNER
FLASCHEN OFFEN IN
DEN RISOTTO STEUERN
UND SERVIEREN*

OCCAS  *****

Kalbshaxen Cremolata (4 Personen)

4	Kalbshaxen ca. 200 - 250 g		
1	mittlere Zwiebel	1 - 2	Knoblauchzehen
100 g	Karotten	75 g	Knollensellerie
75 g	Grüner Lauch	1 Essl.	Tomatenpüree
2	Salbeiblätter frisch	etwas	Origano frisch
2 dl	Weisswein	5 dl	Brauner Kalbsfond
150 g	Tomaten	2,5 dl	angerührte Bratensauce
	Salz, Pfeffer, Mehl, 2 - 3 Essl. Bratoel		

Garnitur (Cremolata)

1 - 2	Knoblauchzehen	1/2	Zitrone (Schale)
20 g	Petersilie		

Vorbereitung

- 1.) Backofen auf 250 ° vorheizen
- 2.) Zwiebeln und Knoblauch rüsten und fein hacken. Karotten, Sellerie und Lauch ebenfalls rüsten und in kleine Würfel schneiden. Sobald dies vorbereitet ist, mit der Zubereitung des Fleisches beginnen, damit es in den Ofen kommt. (Weiter zu Zubereitung)
- 3.) Jetzt die kreuzweise eingeschnittenen Tomaten in kochendem Wasser kurz blanchieren, in kaltem Wasser abkühlen, schälen, entkernen und in Würfel schneiden.
- 4.) Knoblauch, Zitronenschale und Petersilie für Cremolata fein hacken. (Weiter zu Zubereitung)

Zubereitung:

Kalbshaxen würzen und leicht mehlen. Im Bratgeschirr in heissem Öl beidseitig anbraten. Fleisch herausnehmen und überschüssiges Öl abschütten. Zwiebeln und geschnittenes Gemüse begeben und andünsten. Tomatenpüree begeben, kurz mitrösten, Knoblauch zugeben untermischen und mit dem Weisswein ablöschen, Kräuter begeben und einkochen lassen. Fleisch begeben, mit Kalbsfond und Bratensauce auffüllen bis das Fleisch knapp bedeckt ist. Zugedeckt im Ofen bei 250 ° unter zeitweisem Wenden und Uebergiessen weichschmoren. Temperatur und Garstufe überprüfen und ggf. korrigieren. Schmorzeit ca. 1 1/4 Std. (Zurück zu Vorbereitung)

Gegen Ende der Garzeit die Tomatenwürfel begeben. Sauce eventuell noch etwas einkochen und abschmecken.

Kalbshaxen anrichten, mit Sauce nappieren und mit Cremolata bestreuen.

Als Vorspeise servieren wir einen Nüsslisalat mit warmen Champignons und Speckstreifen. Ein Champagnerrisotto begleitet unsere Kalbshaxe Cremolata.

En guete wünscht Tisch 4

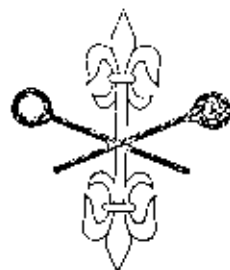
5. 11. 97

BROCCOLI MARIO

FILET STROGANOFF

WODKA SORBET

- Broccoli:** 1 kg Broccoli Stiele bis auf 10 cm zurückschneiden
Salzwasser: aufkochen, Broccoli begeben. 5 Minuten knapp
gar kochen, gut abtropfen lassen, anrichten.
- Sauce:** 1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 Sardellenfilets sehr fein hacken
3 EL Weinessig rot
1 TL Senf
6-8 EL Sonnenblumenöl begeben, gut verrühren
Pfeffer, Salz, Streuwürze
Schnittlauch oder Peterli, feingehackt, würzen.
3 Tomaten, geschält in Würfel schneiden und mit der Sauce
vermischen. Über den Broccoli anrichten, warm
servieren.
- Stroganoff:** 500 gr. Rindsfiletspitz oder gut gelagerte Huft
in 2 cm grosse Würfel schneiden
1,5 dl Rotwein
1 EL Senf
5 dl Fleischjus
2,5 dl Rahm, geschlagen
25 gr. Butter
1 EL Paprika
- Garnituren:** 1 Zwiebel, gehackt
1 Gurke, in Streifen geschnitten
1 Peperoni, in Streifen geschnitten
100 gr. Champignon, in Scheiben geschnitten
- Zubereitung:** Rindsfilet in Lyonerpfanne mit stark erhitztem Öl kurz anbraten, so dass
das Fleisch nicht durch ist. Herausnehmen und warm stellen. Butter in die
Bratpfanne zum Fond geben und die Garnituren anziehen. Mit Paprika
bestäuben und zum Fleisch geben. Fond mit Rotwein ablöschen, mit
Fleischjus auffüllen und kurz kochen lassen bis die Sauce dicklig ist. Mit
Rahm verfeinern und mit Senf durchziehen. Mit Salz, Pfeffer aus der Mühle
abschmecken. Das Fleisch und Beilagen in die Sauce geben und in geeig-
netem Geschirr anrichten.



Hobby-Köche
Dietikon

Tomatensuppe mit Schafskäse

* * *

Fisch-Röllchen mit Spinat

500 g Tomaten
1 grüne Paprikaschote
1 Zwiebel
100 g milder Schafskäse
5 dl Gemüsebouillon

1 EL Öl
Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker
1 Spritzer Tabasco
2 EL feingehacktes Basilikum

Die Tomaten über Kreuz einschneiden, vom Stielansatz befreien, mit kochendem heissem Wasser überbrühen, enthäuten, entkernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden.

Die Paprikaschote waschen, halbieren, die Kerne und die weissen Trennwände entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Zwiebeln putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden, den Schafskäse in 1 cm grosse Würfel schneiden.

Das Öl in einem Topf erhitzen und die Tomaten und Paprikaschote darin andünsten. Die Bouillon angliessen und die Suppe 5 bis 7 Minuten köcheln lassen. Dann mit Salz, Pfeffer, Zucker und Tabasco abschmecken.

Die Suppe auf vier Teller verteilen und jede Portion mit Käsewürfeln und Basilikum bestreuen.

600 g Saint-Pierre-Filets
oder Hundert-Filets

Pfeffer, Salz
Saft von 1/2 Zitrone

Füllung:

1 kleine Scheibe Weissbrot
100 g Zwiebeln
1 Knoblauchzehen
1 Ei

1 Bund Peterli
1/2 Bund Dill
1 EL Butter
Cayenne-Pfeffer, Paprika, Salz

1 EL Butter für die Form

1 dl Weisswein

Die Fischfilets einige Stunden antauen lassen, dann voneinander lösen und auf einer Platte nebeneinander legen, mit Haushaltspapier trocken tupfen. Mit Pfeffer und Salz würzen und mit Zitronensaft beträufeln.

Für die Füllung das Brot mit heissem Wasser übergiessen und einige Minuten quellen lassen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen, beides mit den Kräutern fein hacken. Zwiebeln, Knoblauch und Kräuter in der Butter einige Minuten dämpfen, etwas abkühlen lassen.

Brot gut ausdrücken, zerzupfen, zusammen mit dem Ei zur Füllung geben, würzen und gut mischen. Die Füllung auf die Fischfilets streichen, diese aufrollen und mit je einem Zahnstocher feststecken.

Eine weite Gratinform mit Butter ausstreichen, die Fischröllchen hineinlegen oder -stellen, Weisswein zugliessen.

Spinat:

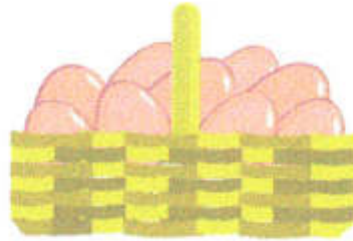
800 g Blattspinat, gewürzt tiefgekühlt
2 Knoblauchzehen
Pfeffer, Muskat, Salz

1 EL Öl oder
30 g Pinienkerne

Für den Spinat den Knoblauch schälen, fein hacken und im Öl kurz andämpfen. Den Tiefgekühlten Spinat zufügen, bei kleiner Hitze zugedeckt dämpfen, bis er aufgedaut und heiss ist, eventuell etwas Wasser zugliessen, dann würzen.

Spinat über die Fischröllchen geben, Pinienkernen darüberstreuen. Form in Ofenmitte schieben und zirka 30 Minuten garen lassen.

Dazu servieren wir Salzkartoffeln



Hobby Kochclub

Salbei-Schweinsfilet an leichtem Pfefferjus

25	gr.	frische Salbeiblätter	Die Salbeiblätter hacken und in der Butter (1)
25	gr.	Butter (1)	kurz andünsten. Leicht auskühlen lassen.
1		grosses Schweinsfilet (ca. 500 gr.)	Den Ofen auf 200° vorheizen Das Schweinsfilet der Länge nach gut 2/3 tief einschneiden, aufklappen und unter Klar- sichtfolie mit einem Wallholz gleichmässig flach klopfen.
50	gr.	Parmaschinken in dünne Scheiben geschnitten	Mit dem Parmaschinken belegen. Den Salbei darauf verteilen. Das Filet aufrollen und mit Küchenschnur binden.
		Salz und schwarzer Pfeffer	Rundum mit Salz und Pfeffer würzen.
4-5	EL.	Olivenöl	In einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen. Das Filet rundum je nach Grösse während ca. 3 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Das Filet sofort in einer feuerfesten Form in den vorgeheizten Ofen auf die zweit- unterste Rille geben und während knapp 15 Minuten fertig braten.
1		kleine Zwiebel	Inzwischen die Zwiebel schälen und fein hacken. Im Bratensatz hellbraun dünsten.
1	dl.	roter Marsala	Mit dem Marsala, Balsamicoessig und dem
1	EL.	Balsamicoessig	Kalbsfond oder der Bouillion ablöschen.
2 1/2	dl.	Kalbsfond oder leichte Hühnerbouillon	
20		schwarze Pfefferkörner	Die Pfefferkörner grob zerdrücken und bei- fügen. Die Nelken und Persilienzweige dazu- legen. Alles auf grossem Feuer auf knapp 1 1/2 dl. einkochen lassen. Durch ein Sieb passieren, und dabei die Rückstände gut auspressen. Den Jus in ein Pfännchen geben.
1		Lorbeerblatt	Unmittelbar vor dem Servieren den Jus noch- mals aufkochen. Die Butter (2) in Flocken in die leicht kochende Sauce geben und einziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2		Nelken	
2		Petersilienzweige	
80	gr.	Butter (2)	

7.7.20

Hobby - Köche Dietikon

Teigwaren - à la mode du Robi

Farfalle alla Napoletana (4 Personen)

500	gr.	Farfalle, Salz	in genügend Salzwasser al dente kochen.
2	El	Olivenöl	
3		Knoblauchzehen in feine Scheiben geschnitten	Olivenöl erhitzen, Knoblauch und
1 - 2		Peperoncino (event. getrocknete) klein geschnitten	Peperoncini und Zwiebel andämpfen,
1		Zwiebel mittel, fein gehackt	Schinken begeben und ebenfalls an-
200	gr.	gekochter Schinken (Scheiben), klein geschnitten	dünsten, mit dem Saft und den zer-
1		Büchse (500 gr.) geschälte Tomaten	schnittenen Tomaten ablöschen, ca. 1/2
			- ¼ Std. köcheln lassen.
1	kl.	Glas Wodka	begeben und ca. 2 Min. kochen lassen
¼	l	Rahm	
75	gr.	Parmesan gerieben	Rahm und Parmesan mischen und mit den
			al dente gekochten Farfalle vermischen

heisse Sauce darübergossen, alles gut vermischen und servieren.

Spaghetti alla carbonara (4 Personen)

500	gr.	Spaghetti, Salz	in genügend Salzwasser al dente kochen
1	Bd.	Petersilie	Petersilie waschen und fein hacken
			Speck in feine Würfel schneiden
2		Knoblauchzehen	Knoblauchzehen halbieren und in der heissen
40	gr.	Butter	Butter 3 Min. anbraten und herausnehmen.
80	gr.	Speck	Speckwürfel 5 - 6 Min. glasig anbraten
1,5	dl.	Rahm	Rahm dazugeben, gut durchrühren und
			aufkochen lassen.
6		Eier, davon 3x nur Eigelb	Die Eier und Eigelb mit der Petersilie und dem Parme-
50	gr.	Parmesan gerieben	san verquirlen. Die heissen Spaghetti in die Speck-
		Schwarzer Pfeffer	Mischung geben, die verquirlten Eier darübergaben
			und gut durchmischen. Kräftig mit schwarzem Pfeffer
			bestreuen. Event. erst auf dem Teller.

Teigwaren vongole (4 Personen)

500	gr	Teigwaren (Spaghetti), Salz	In genügend Salzwasser al dente kochen
1	kg	Muscheln (Vongole)	Die Muscheln gründlich waschen, die feingehackten
1	El	Olivenöl	Zwiebeln in etwas Olivenöl anziehen, mit dem
1	kl	Zwiebel	Weisswein ablöschen, die Muscheln darin erhitzen,
2,5	dl	Weisswein	bis sie sich öffnen, laufend herausnehmen. Die nicht
			geöffneten wegwerfen. Das Muschelfleisch auslösen.
			Den Sud absieben und beiseitestellen.
2		Knoblauchzehen	Die feingehackten Knoblauchzehen im Olivenöl
2	El	Olivenöl	anziehen, den Sud begeben und einkochen lassen.

Wenn die Teigwaren fertig gekocht sind, das Muschelfleisch und die Petersilie in die Sauce geben, kurz aufkochen lassen, event. noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die fertige Sauce unter die Teigwaren mischen.

*Ruccola-Salat
mit Olivenöl und Balsamico-Essig*

*Rindsfilet an Morchelsauce
mit breite Nudeln
und Kefen*

- 250 gr Ruccola-Salat waschen, mit Olivenöl und Balsamico-Essig beträufeln
50 gr Parmesanflocken darüber streuen
- 200 gr Rindsfilet mit Pfeffer und Salz würzen

Morchelsauce :

- 20 gr Morchel im Wasser einlegen
1/2 Apfel in Scheiben schneiden
1-1 1/2 dl Sauer Most
2 Baumnüsse in 4 Teile zerlegen
2 dl Bratensauce

Morchel schneiden, in Butter anziehen.
Baumnüsse und Apfelschnitze in der Bratpfanne anziehen, mit Most ablöschen
eindicken und mit Bratensauce strecken.

Rindsfilet braten

dazu breite Nudeln, und als Gemüse-Beilage

- 300 gr Kefen

Kürbisgnocchi mit Lammrückenfilet provençale

Zutaten für 4 Personen

- 300 g Kürbispüree
- 250 g Schafaricotta
- 150 g Parmesan, frisch gerieben
- 2 Eigelb, verquirlt
- 150-200 g Dinst oder Teigwarenmehl (oder Weissmehl)
- 1 rohe, geraffelte Kartoffel
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- Butter für die Form

Tomatensauce

- 500 g reife Fleischtomaten (enthäutet, entkernt und fein geschnitten)
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Basilikum

Marinade für Lammrückenfilet

- 6 EL Olivenöl
- Pfeffer, Herbes de Provence
- 1 mittlere Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, gehackt

Zubereitung

Kürbiswürfel im Dampfkorbchen zugedeckt weich garen, mit dem Mixer pürieren und etwas abkühlen lassen.

Das Kürbispüree mit dem Ricotta, 75 g Parmesan und dem Eigelb mischen. Soviel Mehl beifügen, bis der Teig nicht mehr klebt, aber weich ist. Würzen. Mit zwei Teelöffeln Klösschen formen (oder auf wenig Mehl Rollen von ca. 2 cm Durchmesser formen und in 3 cm lange Stücke schneiden). Portionenweise in Salzwasser eher ziehen lassen als kochen.

Sobald die Gnocchi an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen. In eine ausgebutterte ofenfeste Form geben und lagenweise mit der Tomatensauce und restlichem Parmesan bestreuen.

Lammrückenfilet

In der Marinade einlegen und auf jeder Seite ca. 3 - 5 Minuten anbraten

Coc au vin

1 Poulet 1,2 kg
Pfeffer
Salz, Mehl

Das Poulet in ca. 10 Teile zerlegen, mit Pfeffer und Salz würzen und mit Mehl bestäuben.

Eierspeck 100 gr
Schalotten 120 gr
Rüebli 100 gr
Selleri 50 gr
Knoblauch 5 Ze
Thymian 4 Zweige

Den Speck in feine Streifen schneiden. Die Schalotten schälen und vierteln. Rüebli und Selleri schälen. Rüebli in Scheiben, Selleri in Würfel schneiden. Knoblauch schälen und in Würfel hacken. Thymian fein hacken. Den Speck in der Bratpfanne knusprig braten, Rüebli, Selleri, Schalotten und Knoblauch unter Wenden kurz andämpfen und alles herausnehmen.

Bratbutter 1 El
Lorbeerblatt 1
Rotwein 4 dl
H'Bouillonw. 1

Die Butter in der Pfanne erhitzen. Die Pouletstücke unter Wenden kräftig anbraten. Das Gemüse, Thymian und das Lorbeerblatt beifügen und alles mit dem Wein ablöschen. Den Bouillonwürfel dazu geben und alles zugedeckt 35 Minuten schmoren lassen. Hie und da umrühren.

Champignons 150 gr
S⁹Zwiebeln 70 gr
Cognac 1-2 El

Die Champignons putzen, grössere halbieren oder vierteln, kleinere ganz lassen. Die Pilze mit den Silberzwiebeln zum Gericht geben und dieses weitere 15 Min. nur noch halb gedeckt schmoren lassen. Vor dem Servieren das Lorbeerblatt entfernen, die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Cognac beifügen.

Dazu passen Nudeln und ein Salat

En Guete wünscht Tisch 3

4. 11. 98



Nüsslisalat mit warmen Pilzen

Nüsslisalat
1 kleine Zwiebel
Fett
gemischte Pilze

Nüsslisalt gut waschen und reinigen
 fein hacken
 Zwiebel glasig dünsten, Pilze zufügen und heiss werden lassen.
 Möglichst ohne Fett über den angerichteten Nüsslisalat verteilen.

Kaninchenfilets in Estragonsauce

8 - 10 Kaninchenfilets
1 Zwiebel
50 g Butter
Salz, Pfeffer
3 dl Weisswein
3 dl Rahm

Kaninchenfilets säubern und trocknen
 Fett in einer Kasserolle heiss werden lassen
 Filets darin von allen Seiten anbraten ca. 4 - 5 min.
 anschliessend würzen und warm stellen.
 Feingehackte Zwiebel im restlichen Fett glasig dünsten
 Wein zugiessen und 2 - 3 Zweige Estragon begeben.
 Auf die Hälfte reduzieren.
 Den Estragon herausnehmen.
 Rahm zufügen, aufkochen und die Filets darin ca. 10 min. ziehen lassen.
 Am Schluss nachwürzen.

Dazu servieren wir Trockenreis und gelben Blumenkohl

en Gute wünscht Tisch 4

Cicorino rosso Siziliano

Kalbsvoressen Salvia
grüne Nudeln
gedämpfte Tomaten

250 gr	Cicorino rosso	rüsten waschen, gut abtropfen lassen grosse Blätter zerkleinern Salatsauce nach Wahl
4	Mandarinen geschält	in kleine Würfel schneiden
2	Esslöffel Pinienkernen	mit Mandarinenwürfel über Salat streuen
Kalbsvoressen Salvia		
800 gr	Kalbsvoressen z. B. Laffe	in 3 cm grosse Würfel schneiden
2 EL	Sais Öl	im Brattopf erhitzen
4-6	grosse Salbeiblätter im Öl braten,	herausnehmen, dann das Fleisch portionenweise rundum gut anbraten, Hitze reduzieren
1	Zwiebel gehackt	
1	Knoblauchzehe, gepresst	beigeben, kurz dampfen
1 TL	Tomatenpüree	mitdampfen
1 dl	weisser Vermouth, oder Cognac	
1 dl	Bouillon	dazugiessen
	Pfeffer aus der Mühle	
½ TL	Salz	alles zusammen im Dampfkochtopf ca. 20 Min. schmoren
1 dl	Rahm	zugeben, etwas einkochen lassen
3	Salbeiblätter, gehackt	
½	Bund Petersilie, gehackt	vor dem Servieren darüber streuen.

Tip Soll die Sauce leicht gebunden sein, so werden die Fleischwürfel vor dem Anbraten mit Mehl bestäubt.

Dazu servieren wir grüne Nudeln und gedämpfte Tomaten.

Chicorée-Lauchsalat

Foto ▶

Auch als
Apertive geeignet

3–4 Chicorée

1 Lauchstengel

100 g Speckwürfel

1 Apfel

Sauce

1 Messerspitze Pfeffer

1 Teelöffel Senf

1 Teelöffel Sojasauce, nach Belieben

$\frac{1}{4}$ Teelöffel Salz

1 Esslöffel Zitronensaft

1 Esslöffel Kressi Essig

2 Esslöffel Joghurt nature

2 Esslöffel saurer Halbrahm

Schnittlauch, fein geschnitten

Tip

Der Chicorée ist weniger bitter, wenn aus dem Strunk ein keilförmiges Stück herausgeschnitten wird.

rüsten, waschen, halbieren, in $\frac{1}{2}$ cm breite Streifen schneiden

rüsten, in Rädchen schneiden, im Sieb abspülen, gut abtropfen lassen

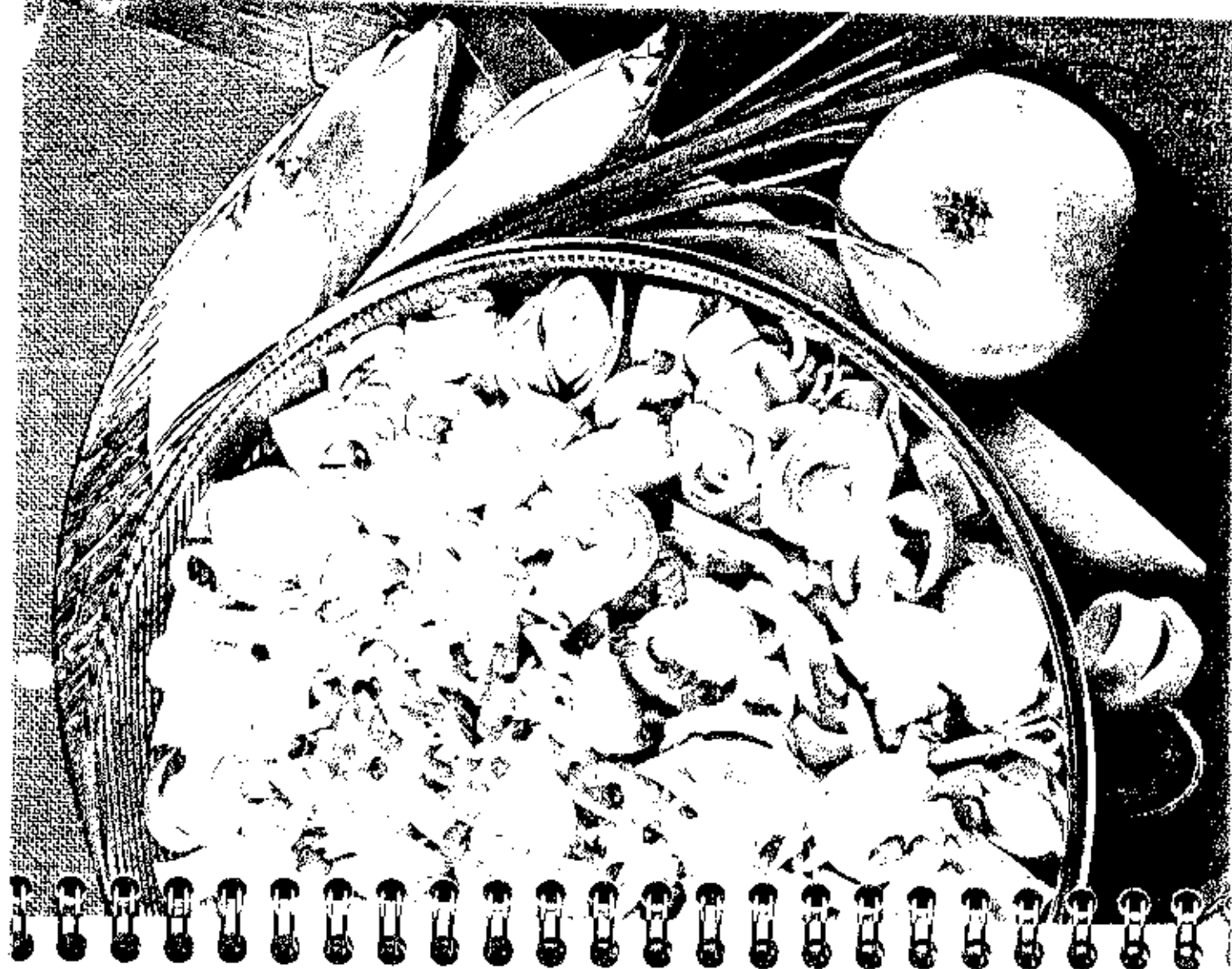
langsam knusprig braten

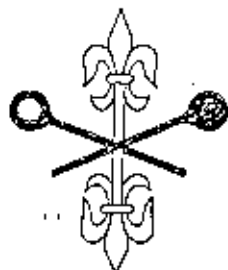
waschen, schälen, Kerngehäuse ausstechen, mit der Röstirafel grob reiben

alle Zutaten sofort mit der Sauce mischen.

alle Zutaten mit dem Schwingbesen gut verrühren

über den Salat streuen.





Hobby-Köche
Dietikon

Wild-Schnitzel an Orangen-Sauce

49

400 - 500 g Reh- oder Hirsch-Schnitzel
(frisch oder tiefgekühlt)

Pfeffer

1 - 2 EL Cognac

2 EL Erdnussöl

Sauce:

2 Orangen

1 kleine Zwiebel

1 dl Weisswein

1/2 - 1 dl heisses Wasser

1 Würfel Bratensauce

1 - 2 EL bittere Orangenkonfitüre

Pfeffer, Koriander, Salz

Zubereitung

Tiefgekühlte Schnitzel auftauen lassen. Fleisch trocken tupfen, beidseitig pfeffern, mit Cognac beträufeln und zum Schluss mit einem Esslöffel Erdnussöl bepinseln.

Zugedeckt im Kühlschrank mindestens eine Stunde marinieren lassen.

Für die Sauce eine der Orangen in hautlose Schnitze (Filets) schneiden, den dabei entstehenden Saft auffangen. Von der zweiten Orange etwas Schale abreiben, dann den Saft auspressen.

Zwiebel schälen und sehr fein hacken.

Die Schnitzel in wenig Erdnussöl zwei bis drei Minuten pro Seite braten, leicht salzen, auf eine Platte legen und warm stellen.

Die Zwiebel im Bratfond kurz andämpfen, dann mit dem Weisswein und dem Orangensaft ablöschen, etwas einkochen lassen.

Den Würfel Bratensauce mit dem heissen Wasser auflösen, zur Sauce geben und aufkochen lassen. Konfitüre zufügen, Sauce abschmecken. Wenn sie zu dünn ist, noch etwas einkochen lassen. zuletzt die Orangenfilets in die Sauce geben und gut durchwärmen lassen.

Sauce über die Schnitzel geben, mit etwas abgeriebener Orangenschale garnieren und sofort servieren.

Dazu servieren wir Spätzli und Rotkraut.

En Guete wünscht Tisch 2

13. Januar 1999

Pouletgeschnetzeltes à la Vigneronne

Pouletbrüstli 400gr
 Pouletleber 300gr
 beides geschnetzelt
 Zimt 1/2 TL
 Salz 3/4 TL
 Pfeffer wenig
 Mehl 3 EL

Zimt bis und mit Mehl mischen,
 Brüstli und Leber im heissen Oel
 portionenweise anbraten, heraus-
 nehmen, zudecken

Zwiebel fein gehackt
 Majoranblätter 1 TL
 Marsala 1 dl
 Fl.Bouillon 1 1/2 dl
 Zucker 1 TL
 Zimt 1/4 TL
 Pfeffer wenig

Zwiebel und Majoran in derselben
 Pfanne andämpfen. Marsala bis und
 mit Pfeffer begeben, auf die Hälfte
 einkochen.

Maizena 1/2 TL
 Rahm 1,8 dl
 Trauben weiss 100 gr
 halbiert entkernt

Maizena und Rahm verrühren, unter
 Rühren dazugiessen und ca 2 Min.
 köcheln. Trauben und Fleisch zuge-
 ben, erwärmen und anrichten.

Butterrösti

Kartoffeln festkochend 800 gr
 Butter 2X 40 gr
 Salz

Knapp gar kochen, abkühlen, raffeln,
 salzen und langsam auf beiden
 Seiten goldbraun braten

Winzer-Salat

Blattsalat gerüstet
 Nüssli, Frisée, Endivie, Chicorée
 Total 200 gr
 Schinken 1 Tr.
 Speck mager 100 gr
 Scheiben-Toast 2
 Schnittlauch 1/2 Bund
 Petersilie 1/2 Bund
 Senf 1 TL
 Salz und Pfeffer
 Rotweinessig 3 EL
 Eier frisch 4 Stk.

Den Salat waschen und in Mundge-
 rechte Stücke schneiden
 Den Schinken in kleine Vierecke, den
 Speck in Streifen schneiden. Das
 Toastbrot in kleine Würfel schneiden.
 Den Schnittlauch und die Petersilie
 fein hacken.
 Den Rotweinessig, Senf, Salz und
 Pfeffer mit dem Olivenoel zu einer
 Sauce rühren.
 Die Eier im Wasser kochen so dass
 das Eigelb noch weich bleibt.
 Den Speck in der Pfanne im eigenen
 Fett langsam knusprig braten.

Den Schinken und die Toastwürfelchen dazugeben und kurz mitrösten. Den Salat mit der Sauce mischen, im Teller anrichten. Je ein warmes Ei daraufgeben und mit der Speck-Schinken-Brot-Mischung sowie den Kräutern bestreuen.
Sofort servieren.

En Guetä wünscht Tisch 3

27.11.2025

Rindsfilet auf Ruccola

Trockenreis

Kiwi-Gratin

Rindsfilet auf Ruccola (Zutaten pro Person)

- Rindsfilet ca. 150 gr.
- 50 gr. Ruccola
- 1 grosse Knoblauchzehe
- Olivenöl, Rotwein oder Essig, Fleischkräuter
- Uncle Ben's Rice (Butter, Zwiebeln, Aromat)

Ruccola auf Teller anrichten, mit leichter Vinaigrette beträufeln (Olivenöl, Essig oder Rotwein, Pfeffer) – einziehen lassen.

Knoblauch in Scheiben schneiden, in Olivenöl leicht andünsten bis leicht anbräunen, etwas Fleischkräuter dazugeben. Die für 4 Personen erforderliche Menge Olivenöl dazugeben und erwärmen. Warm halten.

Rindsfilet bei hoher Hitze nach Wunsch braten. Sofort in Scheiben schneiden, auf Ruccola anrichten mit dem Olivenöl und Knoblauch übergiessen. Das restliche Olivenöl auf den Tisch.

Dazu servieren wir Trockenreis.

Kiwi-Gratin (Dessert für 4 Personen)

<u>Zutaten:</u>	<u>Guss:</u>
4 Kiwis (ca. 400 gr.)	2 Eier
5 g Butter	2,5 dl Milch
3 Esslöffel Zucker	40 g Mehl
	½ Teelöffel Backpulver
	1 Esslöffel Zucker
	1 Prise Salz
	1 Esslöffel Rum-Aroma oder Rum nach Belieben

- Für den Guss alle Zutaten in ein hohes Gefäss geben. Mit dem Mixstab oder im Mixbecher 5 Minuten mixen.
- Eine flache weite Gratinform mit der Butter ausstreichen. Die Kiwis schälen und in halbzentimeterdicke Scheiben schneiden.
- Den Guss in die Form glessen. Die Kiwischeiben drauflegen. In der Mitte in den 180° heissen Ofen schieben und 8 - 12 Minuten backen (flach eingefüllt weniger lang, hoch eingefüllt länger).
- Die Temperatur auf 220° erhöhen und, falls vorhanden, den Grill zuschalten. Die Form herausnehmen und den Gratin mit dem Zucker bestreuen. Weiter oben in den Ofen schieben und weitere 3 - 6 Minuten überbacken, bis der Zucker zu karamelisieren beginnt. Diesen Vorgang überwachen, damit der Zucker nicht verbrennt. Den Gratin heiss servieren.

230 kcal/950kj

Gefülltes Schweinsfilet mit würzigen Grill-Tomaten

Salat nach Grenobler Art

1 kleiner Zuckerhut

rüsten, waschen, Blätter in 3 cm breite
Streifen schneiden

1 roter Apfel, ungeschält

waschen, Kerngehäuse ausstechen,
achteln, in feine Scheiben schneiden

1 Orange, geschält

in feine Scheiben schneiden
alle Zutaten mischen

Salatsauce nach Wahl

Gefülltes Schweinsfilet

1 grosses Schweinsfilet

1 TL. Salz

1 Prise Pfeffer

Das Filet der Länge nach einschneiden,
und das Fleisch innen und aussen mit
Salz und Pfeffer würzen.

1 Apfel, ca. 150 gr.
75 gr. gedörrte Pflaumen
(5-6 Stück)

Den Apfel schälen und ohne Kerngehäuse
an der Röstiraffel reiben. Die Pflaumen
entsteinen, grob hacken und mit dem Apfel
mischen. Das Filet damit füllen und wie bei
einem Rollbraten verschnüren.

2 EL. Öl

1 ½ dl. Wasser

2 TL. Sojasauce

Im heissen Öl rundum anbraten und mit
Wasser und Sojasauce abschmecken.

Zugedeckt bei kleiner Hitze während ca.
20 Minuten schmoren lassen. Öfters mit
dem Fond begiessen, das Filet vor dem
Tranchieren 10 Minuten ruhen lassen.
(der Saft läuft dann weniger aus)

1 TL. Maizena

2 EL. Wasser

1 dl. Halbrahm

Das Maizena mit dem Wasser glatt rühren,
dem Fond begeben und kurz aufkochen
lassen. Den Rahm begeben und nicht mehr
kochen lassen.

Die Sauce abschmecken und servieren.

Würzige Grill-Tomaten

4 grosse Tomaten

Die Tomaten quer halbieren und die Kernen
mit einem Löffelstiel entfernen.

etwas Salz

Die "hohlen" Tomaten innen salzen und um-
gedreht auf ein Gitter stellen.

2 Knoblauchzehen gehackt

8 EL. Paniermehl

4 EL. Peterli gehackt

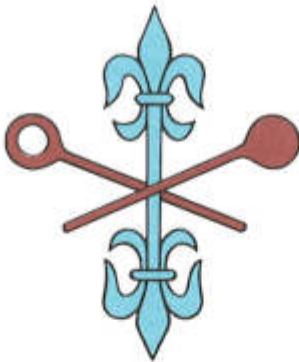
1 EL. Basilikum fein geschnitten

1 TL. Schwarzer Pfeffer

4 EL. Olivenöl

Den Knoblauch, das Paniermehl, die Kräuter
und den Pfeffer mit Olivenöl vermischen und
und die Tomaten damit abfüllen.

Die abgefüllten Tomaten in eine feuerfeste Form
stellen und weit oben im Backofen garen lassen.
Öfters kontrollieren, damit sie nicht dunkel werden.



Hobby-Köche Dietikon

Randencarpaccio

Zutaten:

- 400 g rohe Randen
- 2x2 EL Himbeeressig
- 2x4 EL Baumnussöl
- Kräutersalz weisser Pfeffer
- 100 g Nüsslisalat
- 30 g Zwiebelsprossen
- 4 EL Salat-Kernen-Mix

Randencarpaccio Hackbraten Grossmutterart Mais mit Fenchel/Rüebli

Zubereitung:

Randen in **sehr** dünne Scheiben schneiden und mit der Hälfte des Himbeeressigs und Baumnussöls, Kräutersalz und Pfeffer marinieren. Eine halbe Stunde ziehen lassen.

Randencarpaccio am Tellerrand kreisförmig anrichten, gewaschenen Nüsslisalat als Sockel in Tellermitte setzen, Zwiebelsprossen über den Salat, Salat-Kernen-Mix ohne Fett leicht rösten und über den Salat streuen.

Das restliche Essig/Öl-Gemisch abschmecken und über Salat und Randen träufeln.

Hackbraten Grossmutterart

Zutaten:

- 400 g Rindfleisch, gehackt
- 200 g Schweinefleisch, gehackt
- 1 grosse Zwiebel, gehackt
- 1-2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1/2 Bund Peterli, gehackt
- 1/2 Tasse Milch, warm
- 1 Scheibe Weissbrot
- 1 Ei
- 1 1/2 TL Salz
- Streuwürze
- 1/2 TL Pfeffer
- 1 TL franz. Gewürzmischung
- Paniermehl

Zubereitung:

in eine Schüssel geben

andämpfen

einweichen, nachher fein hacken und mitdämpfen, leicht auskühlen lassen

alle Zutaten zum Fleisch geben, gut mischen und kurz kneten, einen Braten formen

Braten darin wenden
Bratgeschirr austreichen und Braten hineinlegen

Braten:

Bei guter Hitze (240°C) in die Mitte des Ofens schieben.

- 1 dl Weisswein

sobald der Braten leicht braun ist darübergiessen, nicht ganz einkochen lassen

- 3-4 dl Bratensauce, verdünnt

nach und nach darübergiessen
Bratzeit je nach Dicke ca. 50-60 Min.

Filet-Mignon an Roquefortsauce

Schweinsfilet	600 gr.	Das Schweinsfilet in ca. 8 mm Stücke schneiden.
Salz und Pfeffer		Mit Pfeffer bestreuen und in der Butter
Butter	1 El.	beidseitig kurz braten. Aus der Pfanne nehmen
Roquefort	60 gr.	und auf einem Rechaud warm halten. Den Käse
Rahm	2 dl.	zum Bratenfond geben und mit einer Gabel
kl.halbe Birnen	12	zerdrücken, den Rahm dazu geben, bei kleiner
Cayennepfeffer	1 Prise	Hitze unter ständigem Rühren aufkochen und
Estragon gehackt	1 El.	etwas eindicken lassen. Sorgfältig mit
		Cayennepfeffer abschmecken.
		Die Birnen erhitzen und an der Rundung etwas
		flach schneiden, damit sie stehen. Auf die
		vorgewärmte Platte geben und die Filets darauf
		legen und leicht salzen. Mit der Sauce über-
		ziehen und den Estragon darüber streuen.

Romanesco-Salat

Romanesco	500 gr.	Den Romanesco in Röschen zerlegen. In Salz-
Rote Peperone	1	wasser ca. 5 Min. bissfest garen, kalt
Sardellenfilets	6	stellen das heisst mit Wasser abschrecken.
Schalotte	1	Den Peperone waschen, halbieren, die Kerne
Kapern	1 El.	entfernen und in nicht zu grosse Stücke
Pinienkerne	2 El.	schneiden. Die Sardellen hacken. Die
Olivenschwarz	100 gr.	geschälte Schalotte in Ringe schneiden.
entsteint		Die Pinienkerne rösten.
W'weinessig	4 El.	Alle Zutaten mit dem Romanesco vermengen,
Olivöl	6 El.	mit Salz und Pfeffer würzen, Essig und Öl
Salz und Pfeffer		darüber träufeln und anrichten.

Risotto milanese

Markknochen, gross	1	In heissem Wasser das Mark aus dem Knochen
Fleischbrühe	1 Ltr.	lösen. Den Butter und das Mark in einer
Safran		Pfanne erhitzen. Die fein gehackte Zwiebel
Butter	60 gr.	darin dünsten. Das Reis dazu geben, mit
Zwiebel	1	einer Holzkeule umrühren bis er glasig ist.
Vialonereis	350 gr.	Mit Weisswein ablöschen und ein wenig ein-
Weisswein	1 dl.	kochen lassen. Nach und nach wird die heisse
Parmesan	0	Fleischbrühe dazu gegeben.
Butterflöckchen		Am Schluss wird der Safran mit ein wenig
		Fleischbrühe aufgelöst und zum Risotto
		gegeben.
		Wenn der Risotto al dente gekocht ist mischt
		man mit einer Gabel ein wenig frische
		Butter unter das Gericht.

En guete wünscht Tisch 3

373.77

* * *

Warmer Spargelsalat

* * *

Kotelette „Calvados“

Rosmarin-Kartoffeln

Junge Frühlingskarotten

* * *

Marinierte Erdbeeren

* * *

Warmer Spargelsalat (4 Personen)

- je 8 weisse und grüne Spargeln
- 200 g Schalotten
- 200 g Cherry-Tomaten
- 200 g Champignons
- 4 Tranchen Parmaschinken
- 50 g Parmesan am Stück
- 1 dl Olivenöl
- ca. 1 dl Aceto Balsamico (weiss)
- Pfeffer aus der Mühle
- wenig Salz/Zucker

Weisse Spargeln unten abschneiden, schälen, Spargelspitz ca. 4 cm abschneiden, fest in ca. 1,5 cm lange Stücke schneiden. Grüne Spargeln ebenfalls unten abschneiden, **nicht schälen**, waschen und gleich schneiden wie die Weissen. Wasser mit wenig Salz und Zucker zum Kochen bringen, zuerst die weissen Spargeln ca. 5-7 Minuten knackig garen, mit der Schaumkelle herausnehmen, abtropfen lassen. Anschliessend dasselbe mit den grünen Spargeln. Garzeit nur ca. 3-5 Min. Die Schalotten rüsten und wenn nötig halbieren oder vierteln. Champignons rüsten, nicht waschen, trocken abreiben und ca. 3 mm dick schneiden. Cherry-Tomaten waschen. Parmaschinken in feine Streifen schneiden.

Olivenöl in der Bratpfanne erhitzen, die Schalotten ca. 5 Min. dünsten, die geschnittenen Champignons begeben und andünsten, Cherry-Tomaten begeben ca. 1 Min. mitdünsten und die Spargelstücke zum erwärmen begeben, den Balsamicoessig dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, nicht einkochen lassen, mit dem Saft auf die leicht warmen Teller verteilen, die Spargelspitzen ebenfalls in der gleichen Pfanne kurz erwärmen, auf den Salat anrichten, die Schinkenstreifen darüber verteilen und mit einigen Parmesan-Spänen garnieren.

Kotelette „Calvados“ (4 Personen)

- 4 Stk. Schweinskoteletten
- 2 Stk. Äpfel
- 1/2 dl. Calvados
- 25 g Butter
- etwas Weisswein
- Salz, Pfeffer, Bratöl

Beim Metzger die Koteletten mit ringschnittener Tasche an der Knochen-seite bestellen. Koteletten innen mit Salz und Pfeffer leicht würzen. Die ungeschälten, gewaschenen Äpfel achtern, Kerngehäuse ausschneiden, event. nochmals längs halbieren und in feine Scheiben (2mm) schneiden. In Butter leicht andünsten und mit dem Calvados abflambieren und leicht auskühlen lassen.

Nach dem Auskühlen die Äpfel in die Tasche füllen, andrücken, Fleisch aussen ebenfalls würzen und in der Bratpfanne kurz gleichmässig anbraten. In die Gratinform legen, den Weisswein dazugeben und für eine halbe Stunde in den auf 120° vorgeheizten Backofen schieben.

Rosmarin-Kartoffeln (4 Personen)

- 400 g kleine Nicola-Kartoffeln (neue)
- Olivenöl, Rosmarinzweige
- frisch

Die Kartoffeln mit einer Bürste sauber waschen, grössere event. der Länge nach halbieren. Das Olivenöl erhitzen, Rosmarinzweig während der Erhitzungsphase begeben. Vor dem Begeben der Kartoffeln herausnehmen. Kartoffeln bei nicht allzu grosser Hitze unter wenden gleichmässig braten. Bratzeit ca. 20 Min. Nach der Hälfte der Bratzeit, den abgestreiften Rosmarin begeben und mitbraten. Am Schluss event. leicht salzen.

Gemüse (4 Personen)

- junge Frühlingskarotten
- 25 g Butter

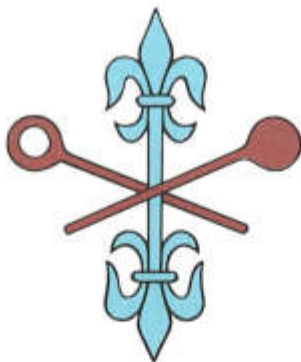
Die frischen Karotten waschen, das Grün auf ca. 4 cm zurückschneiden, in der Butter kurz knackig dünsten.

Marinierte Erdbeeren (4 Personen)

- 500 g Erdbeeren
- 2 Essl. Zucker
- 1 dl. Cointreau
- Zitronenmelissen-/oder
- Pfefferminzblätter

Die Erdbeeren waschen, halbieren und in Scheiben schneiden, mit dem Zucker überstreuen, den Cointreau dazugeben und unter zeitweiligem drehen, ziehen lassen. In Glasschalen anrichten und mit Zitronenmelissen oder Pfefferminzblätter garnieren.

En guete wünscht Tisch 4



Hobby-Köche Dietikon

Französische Kartoffelcremesuppe
Lammrückenfilet mit Hagebuttensauce
Glasierte Kastanien
Maisschnitten

Französische Kartoffelcremesuppe

500 g mehlig kochende Kartoffeln
1 kl Zwiebel
1 EL Butter
6 dl Gemüsebouillon
2 ½ dl Rahm
2 Thymianzweige
1 Messerspitze Safran

schälen und würfeln
rüsten und fein hacken und in
hellgelb dünsten
dazugiessen und aufkochen
Kartoffelwürfel, Rahm, Thymianzweige und
Safran beifügen und die Suppe unter regel-
mässigem Umrühren auf kleinem Feuer während
30 Min leise kochen lassen, die Kartoffeln sollen
sehr weich sein.

Die Suppe im Mixer oder mit dem Stabmixer
pürieren und durch ein feinmaschiges Sieb
passieren. Wenn sie zu dick ist, mit etwas
Bouillon verdünnen.

Die Suppe mit Zitronenschale und Salz
abschmecken.

¼ Zitrone, abger. Schale
Salz

100 g vollreifer Camembert

entrinden

Zum Servieren die Kartoffelsuppe in vorge-
wärmte Teller geben, mit einem Teelöffel je
3-4 kleine Klösschen abstechen und in die
Suppe geben.

½ Bund Schnittlauch

darüberstreuen

Lammrückenfilet

600 g Lammrückenfilet (ca. 2 Stk)
Oel

mit Salz, Pfeffer, Rosmarinpulver einreiben

in der Pfanne heiss werden lassen und Fleisch
rundum 1 - 2 Min anbraten, dann Hitze redu-
zieren. Während weiteren 6 - 8 Min auf beiden
Seiten rosa braten, je nach Dicke (Garprobe:
Fleisch sollte auf Fingerdruck noch leicht nach-
geben).

Filet herausnehmen und 5 Min ruhen lassen.

Das Fleisch leicht schräg in 1 - 1,5 cm dicke
Tranchen schneiden. Auf vorgewärmter Platte
anrichten.

Hagebuttensauce

1	dl	Rotwein		Bratensatz mit Rotwein auflösen, absieben und zurück in die Pfanne geben
1	dl	Fleischbouillon	)	
2	EL	Hagebuttenkonfitüre	)	beigeben
		Salz, Pfeffer, Rosmarin		würzen, einköcheln lassen, bis die Sauce etwas gebunden ist

Glasierter Kastanien

2	EL	Zucker		goldbraun rösten
1 ½	dl	Fleischbouillon	)	
1	dl	Rotwein	)	ablöschen, aufkochen und Hitze reduzieren
300	g	gefrorene Kastanien		beigeben und zugedeckt ca 10 Min köcheln lassen
12		frische Hagebutten entkernt		zugeben und ohne Deckel köcheln lassen, die Flüssigkeit sollte eingekocht sein
1	EL	Hagebuttenkonfitüre		am Schluss beifügen (falls keine frischen Hagebutten - 1 zusätzlicher EL Konfitüre beigeben)

Maisschnitten

6	dl	Milch/Wasser	)	aufkochen
1		Bouillonwürfel	)	
125	g	2-Min-Maisgriess		einrühren, unter Rühren 2 Min kochen, auf kalt abgespültem Brett ca 1 cm dick (mit nassem Spachtel) verteilen. Abkühlen lassen. Rautenförmig schneiden, auf leicht gefettetes Bleche geben, mit Butter oder Öl beträufeln und gelbbraun überbacken (ca. 20 - 30 Min).

Gefüllte Schweinsplätzli mit Kräuter-RisottoSchweinsplätzli

4 Plätzli vom Hals,
geschnitten für Cordon
bleu, 1.50gr.
Pfeffer, Paprika, Salz
100 gr. Gorgonzola
2 El Milch
8 Tranchen Rohschinken
1 El Öl oder Butter

Das Fleisch aussen und innen würzen. Den Käse mit einer Gabel zerdrücken, die Milch dazu geben und mit dem Käse vermischen. Die Plätzli aufklappen, eine Seite mit einer Tranche Schinken belegen und mit der Käsemasse bestreichen und mit einer Tranche Rohschinken zudecken. Die Plätzli zusammenklappen und die Ränder mit Zahnstocher feststecken. In einer Pfanne die Plätzli beidseitig anbraten, die Hitze reduzieren und das Fleisch zugedeckt ca. 10 Min. fertig braten.

Risotto

1 Zwiebel
1 El Olivenöl
150 gr. Arborio-Reis
1 Glas Weisswein
7 dl. M. Bouillon
50 gr. Fetakäse
½ Bund Peterli, Kerbel
und Basilikum

Die Zwiebel fein hacken, im Öl dämpfen, den Reis dazu geben, dämpfen bis er glasig wird. Mit dem Wein ablöschen und einkochen lassen. Die Bouillon nach und nach dazu geben. Den Feta würfeln, die Kräuter fein hacken. Kurz vor dem servieren beides unter den Reis mischen.

Sauce

50 gr. Gorgonzola
1 dl. Weisswein
2-3 El. Saucenrahm

Den Gorgonzola würfeln und im Bratenfond schmelzen lassen, mit dem Wein ablöschen und gut verrühren. Den Rahm dazu geben und die Sauce unter Rühren aufkochen lassen, abschmecken und über die Plätzli giessen.

Tomates provencales

4 grosse Tomaten
2 grosse Zwiebeln
1 Bund Peterli
Olivenöl
Essig, Aromat
2 Dosen Sardellen-
filets à 50 gr.

Die Tomaten in Scheiben schneiden und auf einem flachen Teller verteilen. Mit Aromat bestreuen. Die Sardellen sternförmig auf die Tomaten verteilen. Die gehackte Zwiebel und den gehackten Peterli darüber streuen. Das Ganze mit Öl und Essig beträufeln.

En Guete wünscht Tisch 3

A. M. 99

Div. Gschnätzlets Asian-Style mit Nudeln

Schweinefleisch süss-sauer, für 4 Personen

Mageres Schweinefleisch gschnätzlet 600 gr.	Für die Sauce	Für die Marinade
2 Frühlingszwiebeln	5 El Sojasauce	2 El Sojasauce
150 gr. Paprika	1 El Wasser	1 El Sherry
2 Kiwi	1 El Zucker	1 TI Speisestärke
2 Knoblauchzehen	1 - 2 El Essig	1 TI Honig
20 - 30 gr Ananas aus der Dose	2 TI Speisestärke	Ingwer, Würfel oder gemahlen
	2 TI Sesamöl	

Sojasauce, Sherry, Speisestärke, Honig, Ingwer vermengen, über das Fleisch geben und ca. 30 min. marinieren.

Die Paprika entkernen, in Quadrate schneiden etwa in der Grösse der Fleischstücke.

Die Ananas und Kiwi ebenfalls in Quadrate schneiden. Frühlingszwiebeln in Würfel schneiden, Knoblauch fein hacken.

Die Zutaten für die Sauce in einer Schüssel gut miteinander verrühren.

Die Pfanne mit Bratfett erhitzen, Fleisch kurz anbraten, warmstellen. Zwiebeln und Knoblauch glasig braten, Paprika zufügen ca. 1 Minute pfannenrühren. Dann die Ananas, Kiwi und das Fleisch dazugeben kurz mitdünsten. Nun die Sauce darüber geben, weiterköcheln bis die Sauce andickt. Sofort servieren.

Gebratenes Rindsgschnätzlets, für 4 Personen

Mageres Rindfleisch max. 600 gr.	Für die Mariande	
2 Stangen Staudensellerie	1 El Sherry	1 Prise Garam Marsala
2 Frühlingszwiebeln	3 El Austernsauce	1 TI gemahlener Pfeffer
10 - 15 gr. Shiitake-Pilze(vorher eingeweicht)	2 TI Worcestershire Sauce	1 El black bean sauce
1 Rüebli	Ingwerpulver und -pulver	1 TI Speisestärke
2 Knoblauchzehen	1 Prise Zucker	1 TI Sesamöl

Sherry, Austern-, black bean-, Worcestershire Sauce, Pfeffer, Sesamöl, Zucker, Ingwerpulver, Garam Marsala und Speisestärke vermengen, Ingwer zerdrücken und beifügen. Fleisch ca. 30 Min. marinieren.

Rüebli schälen und mit dem Sparschäler in streichholzdünne Streifen schneiden. Sellerie ebenfalls in Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken, Frühlingszwiebeln grob schneiden.

Das Fleisch kurz anbraten, Knoblauch, Frühlingszwiebel, Möhrenstreifen, klein geschnittene Shiitake-Pilze und Sellerie beifügen, kurz mitdünsten. Sofort Servieren.

Geflügelcurry, für 4 Personen

Green-, Red, Yellow oder Sweet and Sour Curry Paste vom Asia-Shop
Geflügelgschnätzlets entweder vom Grillhuhn oder frisches max. 600 gr.
2 kl. Dosen Kokosnussmilch
4 TI Currypaste

Falls mit rohem Fleisch gearbeitet wird, Fleisch kurz anbraten, warmstellen.

Kokosmilch in Bratpfanne geben, Currypaste beifügen und solange leicht köcheln, bis sich die Paste aufgelöst hat. Poulet beifügen mitköcheln bis die Sauce leicht eindickt.

Egg and/or Shrimp Noodles im kalten Wasser vorher ca. 10 Min eingeweicht, gar kochen, abtropfen und in Sesamöl wenden.

Lauwarmer Linsensalat mit Geflügelleber

200 g rote Linsen		in reichlich schwach gesalzenes Wasser geben
1 kleines Lorbeerblatt	}	
4 Petersilienzwerte	}	zu einem Sträusschen binden
2 Thymianzweige	}	
1 Schalotte		halbieren und mit dem Sträusschen den Linsen beifügen

Die Linsen aufkochen und auf kleinem Feuer während ca. 5 - 7 Minuten knapp weich kochen.
Abschütten und das Kräutersträusschen sowie die Schalottenhälften entfernen

Sauce:

4 Esslöffel Himbeeressig
1 Teelöffel scharfer Senf
Salz, schwarzer Pfeffer
aus der Mühle
6 Esslöffel Olivenöl
2 Schalotten

Während die Linsen kochen:

den Himbeeressig
mit dem Senf
sowie dem Salz
und Pfeffer verrühren
dazugliessen und zu einer sämigen Sauce mischen
fein hacken und in die Sauce geben

1 Bund Petersilie

fein hacken; ein Drittel für die Zubereitung der Leber
auf die Seite stellen, den Rest noch mit den noch
heissen Linsen mischen

200 g Geflügelleber
20 g Kochbutter

von den sehnigen Stellen, Blutäderchen etc. befreien;
in der nicht zu heissen Butter von allen Seiten rosa
braten

Salz, schwarzer Pfeffer

erst am Schluss beifügen und mit der beiseite
gestellten Petersilie mischen. Heiss auf dem Linsen-
salat anrichten und den Tomaten garnieren

2 Tomaten

Lattichfleischvögel

3 mittlere Lattiche	die Blätter sorgfältig auslösen und waschen, im kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren. Mit einer Schaumkelle herausheben und auf einem sauberen Küchentuch abtropfen lassen. Sehr dicke Mittelrippen im unteren Teil der Blätter flachdrücken.
1 grosse Zwiebel	schälen, halbieren und dünne Streifen schneiden
2 Knoblauchzehen	schälen und fein hacken
8 grosse sehr dünne Schweinsplätzli à ca. 70/75 g	würzen
Salz, schwarzer Pfeffer	die Schweinsplätzli mit je einer Scheibe Rohschinken und zwei bis vier aufeinandergelegten Lattichblättern belegen, je nach Grösse der Blätter
8 Scheiben Rohschinken	darüber streuen
100 g geriebener Emmentaler	Zwiebelstreifen und Knoblauch verteilen
	Die Plätzli zu Fleischvögeln aufrollen, dann jeden mit zwei bis vier Lattichblättern umwickeln. Die Lattichfleischvögel mit Küchenschnur binden.
2 Esslöffel Butter	in einem Schmortopf erhitzen und die Fleischvögel darin kurz andünsten.
1 dl Weisswein	dazugliessen
1 dl Fleisch- oder Gemüsebouillon	Die Lattichfleischvögel zugedeckt auf kleinem Feuer während ca. 30 Minuten weich schmoren.
	Anschliessend sorgfältig aus der Pfanne nehmen und zugedeckt warm stellen.
150 g Frischkäse	in die Schmorflüssigkeit geben. Auf starkem Feuer kochen lassen, bis der Käse geschmolzen ist.
1 Teelöffel frischer Majoran oder Oregano	Den feingehackten Majoran oder Oregano beifügen und wenn nötig die Sauce nachwürzen. Kochendheiss über die Fleischvögel geben und diese sofort servieren.

Dazu servieren wir **Butternüdeli**

Hobby - Köche

Gefüllte Kalbfleischröllchen

(Involtine al vitello

Zutaten: für 4 Personen

4 schnitzel vom Bäggli a 100 gr.
100gr. blanchierter Blatt – Spinat
4 Scheiben Parmaschinken
100 gr. Belpaese – Käse
50 gr. gehackte Zwiebeln
1 dl. Weisswein
2 dl. Rindsboullion
100 gr. Butter
Salz , Pfeffer wenig Mehl
Zahnstocker

Zubereiten :

Schnitzel klopfen, lageweise mit Spinat , Schinken und Belpaese belegen, zusammenrollen und mit Zahnstocker feststecken.

Die Röllchen würzen und mehlen. In Butter anbraten;
Zwiebeln mitdünsten mit Weisswein ablöschen, mit Bouillon auffüllen,
Sauce wenig einkochen , würzen

Mit Safranrisotto servieren

en guete

Menü vom 1. März 2000

Menü

* * *

Lauwarmer Spargelsalat

* * *

Gefüllte Pouletbrüste

Nudeln

* * *

Lauwarmer Spargelsalat (4 Personen)

- 16 Grüne Spargeln
- 1/2 gl. Nussessig
- 1 dl Öl
- 1/2 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- wenig Sent, Salz, Pfeffer
- 2 Essl. Mandelblätter

Gefüllte Pouletbrüste (4 Personen)

- 4 Stk. Pouletbrüste (ca. 150 gr.)

Marinade:

- 2 Essl. Öl
- 2 Essl. Nussöl
- 1 Tfl. Worcestershiresauce
- 1 Essl. Thymianblättchen

Füllung:

- 1 Essl. Öl
- 3 Essl. gehackte Haselnüsse
- 1 kl. Zwiebel
- 10 g getrocknete Morcheln
- 150 g Champignons
- 2 Essl. Weisswein
- 2 Essl. Mascarpone
- Salz, Pfeffer

- 1 Essl. Öl
- 1 1/2 dl. Bouillon
- 1 gl. Saucenrahm

Spargelspitzen ca. 4 cm lang abschneiden (schräg) und beiseite legen. Den Rest der Spargeln in ca. 2 cm lange Stücke, ebenfalls schräg schneiden.

Wasser mit wenig Salz und Zucker zum Kochen bringen und die Spargeln während 3 – 5 Min. knackig kochen.

Mit den anderen Zutaten eine Sauce erstellen, die noch warmen Spargelstücke im Teller anrichten, die ebenfalls gekochten Spargelspitzen obendrauflegen, mit der Sauce nappieren und die gerösteten Mandelblätter daraufstreuen.

Vom Metzger zum Füllen „Taschen“ einschneiden lassen.

Alles zusammen verrühren. Das Fleisch bestreichen, zugedeckt min. 1 Std. im Kühlschrank marinieren.

Vor dem Füllen die Marinade abstreichen und beiseite stellen.

In einer Pfanne das Öl heiss werden lassen, die Haselnüsse leicht rösten, Hitze reduzieren, die fein gehackten Zwiebeln und die gewaschenen, halbierten und in Streifen geschnittenen Morcheln und die in Scheiben geschnittenen Champignons begeben, 2 – 4 Min. andämpfen, den Weisswein dazugliessen, alles weich köcheln, der Wein darf einkochen, dann den Mascarpone dazugeben, und das Ganze abschmecken. Leicht abkühlen lassen.

Jetzt die Pouletbrüstli füllen, mit Zahnstocher gut verschliessen. Den Rest der Füllung aufbewahren.

Die gefüllten Pouletbrüste im heissen Öl schön anbraten, aus der Pfanne nehmen, warmstellen, den Fond mit der Bouillon auflösen, den Rest der Füllung begeben, eventl. noch etwas Flüssigkeit begeben, die angebratenen Pouletbrüste begeben und ca. 10 – 15 Min. auf kleinem Feuer zieren lassen. Am Schluss den Saucenrahm begeben, vors kochen bringen, abschmecken und servieren.

Dazu servieren wir Nudeln.

En quete wünscht Tisch 4



GEDÜNSTETER SALM MIT ZITRONEN-BASILIKUM-RISOTTO

Gedünsteter Salm

800g	Salm (wenn möglich ohne Haut)	waschen, mit Haushaltspapier trockentupfen, in 4 Stücke schneiden
½	Zitrone, Saft Zitronenpfeffer Fischgewürz wenig Salz	beträufeln würzen
ca. 0.7 l	Gemüsebouillon	in einer flachen Pfanne aufkochen Fisch ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Wenn vorhanden, kann ein Dapfkörbchen verwendet werden, damit der Fisch nicht direkt im Wasser gart.

Zitronen-Basilikum-Risotto

1	Schalotte	fein gehackt
1	Knoblauchzehe	gepresst
1-2 EL	Olivenöl	
300g	Risotto-Reis	
1 dl	Weisswein	
½	Zitrone	dünn abgeschälte Schale in dünne Streifen geschnitten und 1 EL Saft heiss
ca. 8 dl	Gemüsebouillon	
125g	Crème fraîche	
40g	Parmesan	gerieben
2 EL	Basilikumblätter	fein geschnitten
	Salz, Pfeffer aus der Mühle	
	Basilikumblättchen und Zitronen-zum Garnieren	
	Scheibchen	

Zubereitung:

1. Schalotten und Knoblauch im Öl andämpfen.
Reis zugeben, mitdünsten, bis er glasig ist.
Mit Wein ablöschen, Zitronenschale und -saft beifügen,
Flüssigkeit vollständig einkochen.
2. Bouillon nach und nach dazugießen, so dass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Unter häufigem Rühren 12-15 Minuten köcheln, Pfanne nicht zudecken.
3. Crème fraîche, Parmesan und Basilikum darunter mischen. Mit Pfeffer und wenig Salz abschmecken.

En Guete wünscht Tisch 4.

Hobby-Köche Dietikon
Menü vom 15. März 2000

Salat in Chicorée-Schiffchen
Rindsvoressen mit Artischocken
Gerstotto mit Silberzwiebeln
Orangenfruchtsalat

Salat in Chicorée-Schiffchen

Sauce:

3 Esslöffel Aceto balsamico bianco
 3 Esslöffel kaltgepresstes Sonnenblumenöl
 evtl. 1 Esslöffel Baumnussöl
 1/4 Teelöffel Salz
 Pfeffer aus der Mühle

Salat:

200 g Rübli
 200 g rohe Randen
 1 Birne (z.B. gute Luise)
 2 Teelöffel Meerrettich frisch oder aus der Tube
 50 g Baumnüsse, grob gehackt, geröstet
 24 grosse Chicorée-Blätter

alle Zutaten für die Sauce
 gut verrühren

Gemüse und Birne grob hacken.

Meerrettich und 2/3 der Nüsse mit
 der Sauce mischen
 je 2 Chicoréeblätter mit den Spitzen
 nach aussen ineinanderschieben, mit
 dem Salat füllen, anrichten.
 Die restlichen Nüsse darüber streuen.

Rindsvoressen mit Artischocken

800 g Rindsvoressen (z.B. von der Schulter)

Marinade:

ca. 5 dl Rotwein (z.B. Chianti)
 8 getrocknete Tomaten
 2 Knoblauchzehen gepresst
 1 Teelöffel Thymianblättchen

in eine Schüssel geben

und mit der Marinade mischen, ca.
 12 Stunden zugedeckt
 im Kühlschrank stehen lassen.

Voressen:

Das Fleisch aus der Marinade nehmen
 mit Haushaltspapier trocken tupfen,
 Marinade absieben
 Flüssigkeit und Tomaten für die Sauce
 beiseite stellen.

Oliveneröl zum Anbraten

erhitzen, das Fleisch portionenweise im
 Bratopf anbraten, herausnehmen

1 Teelöffel Salz
 Pfeffer aus der Mühle

das Fleisch würzen

2 grosse Zwiebeln (ca. 400 g) halbiert,
 in Streifen schneiden

in Olivenöl hellbraun braten,
 herausnehmen.

4 Esslöffel Mehl

unter Rühren mit dem Schwingbesen
 in derselben Pfanne haselnussbraun
 rösten.
 Pfanne von der Platte ziehen, und

bereitgestellte Flüssigkeit von der Marinade

auf einmal dazugliessen, unter
 ständigen Rühren, aufkochen

2 Lorbeerblätter
1 Teelöffel Salz
Pfeffer aus der Mühle

Fleisch, Zwiebeln, Tomaten, sowie
beifügen

Zugedeckt unter gelegentlichem Rühren,
bei kleiner Hitze ca. 1 1/4 Std.
schmoren.

1 Esslöffel Akazienhonig
1 Esslöffel Aceto balsamico

beigeben

1 Dose Artischockenherzen

abgetropft halbieren und beigeben, nur
noch heiss werden lassen.

Gerstotto

1 Zwiebel oder 1 kl. Bund Silberzwiebeln
1 Esslöffel Öl

klein hacken, bzw. das Grüne in
Ringe schneiden.
erhitzen, Zwiebeln kurz andämpfen

250 g Roilgerste
1 dl Weisswein
ca. 6 dl. Gemüsebouillon

zufügen und kurz mitdünsten
mit Weisswein ablöschen und die
Hälfte der Bouillon beifügen.
Gerstotto unter Rühren ca. 25 Min.
köcheln lassen und dabei nach und
nach die restliche Bouillon zuführen.

2 Esslöffel Mascarpone

kurz vor dem Servieren darunter
mischen.

Orangenfruchtsalat

4 Orangen
2-3 Scheiben Ananas
1 Apfel
1 Birne
1/2 Zitrone
2 Esslöffel Zucker nach Belieben
1-2 Esslöffel Grand Marnier oder
Cointreau

Früchte schälen und in Scheiben
schneiden

Saft der Zitrone und Ananassaft
zugeben und abschmecken.

en Guete wünscht Tisch 2



63

Hobby-Köche Dietikon

Menü vom 29.03.2000

Vorspeise: Cravattine al salmone

- Zutaten:** 250 - 300 g Cravattine, 1 Zwiebel, 1 Apfel, 50 g Butter, 100 g Joghurt, 50 g Rahm, 150 g geräucherter Lachs, 30 g geriebener Parmesan, Salz.
- Zubereitung:** Zwiebel und Apfel würfeln und 4 Minuten in Butter andünsten. Rahm, Joghurt, zerkleinerten Lachs sowie Salz begeben und rühren. Die Cravattine „al dente“ kochen und mit der Sauce mischen. Parmesan darüber geben und servieren.

Hauptgang: Rindsfilet in Kräuterkruste mit Frühlingsgemüse

- Zutaten:** Rindsfilet ca. 750 g, 3 EL Basilikum gehackt, 3 EL Oregano gehackt, 5 TL Thymian gehackt, 150 g Paniermehl, 75 g Parmesan gerieben, 3 EL Halbweissmehl, 1 Ei, 3 EL Olivenöl.
- Zubereitung:** Rindsfilet mit Salz und Pfeffer würzen. Gehackte Kräuter, Paniermehl und Parmesan mischen. Rindsfilet zuerst im Mehl, anschliessend im verquirlten Ei und zum Schluss in der Kräutermischung wenden. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Filet auf allen Seiten kurz anbraten. Im Ofen bei 180° C 20 Minuten rosa garen.
- Basilikum, Oregano und Thymian gehören zu den beliebtesten Küchenkräutern. Schon einzeln angewandt, sind sie geschmacklich kaum zu überbieten. Das Trio verleiht dem Rindsfilet die spezielle Note und einen Hauch von Italianità.*
- Beilage:** Frühlingsgemüse nach Angebot.
Die Zubereitungsart entscheidet jeder Tisch für sich.

Dessert: Käse garniert mit Trauben, Birnen und Nüssen

Hackfleischbällchen an Curry-Sauce

Fleischbällchen

Brot altbacken 50 gr.
1 mittlere Zwiebel
Hackfleisch gem. 500 gr.
1 Ei
Pfeffer, Paprika
Koriander, Salz

Das Brot in heissem Wasser quellen lassen.
Die Zwiebel fein hacken.
Das Brot gut ausdrücken und mit der
Zwiebel, dem Fleisch und dem Ei in eine
Schüssel geben und alles gut verkneten.
Die Masse würzen und mit nassen Händen
gut baumhussgrosse Bällchen formen.

Sauce

2 Knoblauchzehen
1 grosse Zwiebel
2 Äpfel sauer
2 Bananen
Saft einer Zitrone
1 El Butter
2 Tl Curry mild
1 Tl Curry scharf
1 El Mehl
2 dl W'wein
1 dl Wasser
1 Bouillonwürfel
180 gr. Saucenhalbrahm
1 El Sojasauc
evtl. Salz

Äpfel schälen, fein raffeln, Bananen
in dünne Scheiben schneiden, beides
sofort mit Zitronensaft beträufeln.
Den Knoblauch dazu pressen, die fein
gehackte Zwiebel dazu geben.
Alles in der Butter kurz andämpfen,
mit dem Curry und dem Mehl bestäuben,
dann mit dem Wein und Wasser ablöschen,
alles gut verrühren, den Bouillonwürfel
dazu geben.
Die Fleischbällchen in die Sauce legen
und darin zugedeckt 20 Min. köcheln lassen.
Nie und da rühren.
Am Schluss das Fleisch aus der Sauce nehmen,
den Halbrahm zufügen, einmal kurz aufkochen
lassen und die Sauce mit der Sojasauc
und evtl. Curry und Salz abschmecken.
Das Fleisch nochmals in die Sauce geben.

Dazu servieren wir Trockenreis.

En Guete wünscht Tisch 3

12.11.60

Hobby-Köche Dietikon
Menü vom 01.11.00

Scampi mit Kräuterbutter

Rehschnitzel an Pilzragout

Dessert n. Tisch 1

Scampi an Kräuterbutter

400 gr. rohe geschälte Scampi
 1 EL Zitronensaft
 1/4 TL Salz
 weisser Pfeffer
 Bratbutter
 Kräuterbutter

Scampi mit Haushaltspapier trocknen, dann mit Zitronensaft beträufeln.
 Scampi kurz vor dem braten würzen. In der warmen Bratbutter bei mittlere Hitze unter gelegentlichem wenden ca. 4 Min. braten. Herausnehmen, warm stellen.
 Bratfett mit Haushaltspapier auftupfen.
 Kräuterbutter erwärmen, und Scampi in die heisse Butter geben, mischen, auf vorgewärmte Teller anrichten.

Rehschnitzel

8 kleinere Rehschnitzel
 2 EL Bratbutter

mit Küchenpapier trocknen, flachklopfen
 in der Bratpfanne heiss werden lassen, Schnitzel
 evtl. portionenweise anbraten, erst wenden,
 wenn sich eine leichte Kruste gebildet hat

1/2 TL Thymian, getrocknet
 1/2 TL Salz
 Pfeffer aus der Mühle

die gebratene Seite würzen, Hitze etwas
 reduzieren und die zweite Seite braten. Die
 Schnitzel sind genügend gebraten (à point),
 wenn kleine rosa Tröpfchen aus dem Fleisch
 austreten

Pilzragout

1/2 Zwiebel, fein gehackt
 100 gr. Champignons, gehackt
 1/2 Peperoni, fein gehackt
 1/2 Zitrone, Saft
 1/2 dl Cognac
 1 Messerspitze Curry
 1 dl klare Bratensauce, angerührt
 1-2 dl Rahm
 Salz oder Streuwürze

in der Bratpfanne mit Öl kurz dämpfen
 darübergiessen, einkochen lassen
 ablöschen
 würzen
 begeben und unter Rühren 2 Minuten leise
 kochen lassen
 dazugiessen und leicht einkochen lassen
 nachwürzen, Rehschnitzel in die heisse Sauce
 legen und sofort servieren

en guete wünscht Tisch 1

Hobby-Köche Dietikon



Heute versuchen wir eine Ur-Schwäbische Spezialität mit dem dazugehörigen Ess-Ritual zu kreieren: **die Maultaschensuppe**. Der Streit darüber, ob in echte schwäbische Maultaschen Spinat gehört oder nicht, hat schon manche Freunde oder Familien entzweit. Das ist eine Sache, die dem Schwaben fast einen Bürgerkrieg wert wäre. Wir jedenfalls schlagen uns auf die Seite der Spinat-Partei. Auch wenn die Gegner behaupten, dies sei nur nutzloses Färberei, sinnlose und geschmacklose Effekthascherei, unschwäbisches Scheinen statt Sein.

Zutaten für 4 Personen

Nudelteig
 100 g durchwachsener Speck
 1 Zwiebel (möglichst mit Röhrl) einweichen)
 1 Lauch
 4 Semmeln, 1-2 Tage alt
 100 g gekochter Spinat
 150 g Bratwurstbrät
 150 g Hackfleisch
 3 Eier
 Petersilie
 Salz, Muskat, 1 Eiweiss

Boullion (individuell zubereitet)

Zubereitung

Teig hauchdünn ausrollen
 in ca. 18 cm breite Rechtecke schneiden
 Speck in feine Streifen schneiden, in der Pfanne glasig dünsten
 Zwiebel und Lauch hacken ebenfalls mitdünsten
 eingeweichte Wecken, Spinat, Petersilie
 durch den Fleischwolf drehen oder sonst
 verkleinern, mit Speck, Zwiebel, und Lauch
 vermengen, Brät, Hackfleisch und Eier
 unterarbeiten, mit Salz und Muskat würzen.

Die Masse soll gut streichbar sein, evtl. noch ein Ei zugeben.

Die Teigbahnen gleichmässig mit der Masse bestreichen, von der langen Seite aus zweimal umschlagen, das obere Ende des Teiges mit Eiweiss bestreichen, überschlagen und andrücken.

In kochende Fleischbrühe geben und 10 bis 20 Minuten ziehen lassen.

Ritual

Der Schwabe gibt die Fleischbrühe mit 3 bis 4 Maultaschen in seinen Teller. Davon isst er 1 bis 2 Stück mit der Brühe. In den Teller gibt er dann einen saftigen **Kartoffelsalat**, mit dem er die restlichen Maultaschen isst.

Die übrigen Maultaschen werden am nächsten Tag in Streifen geschnitten und in der Pfanne mit etwas Fett braun angebraten. Man kann auch noch ein Ei dazukleppern. Dazu eignet sich dann ein Endiviensalat.

Historie

Man sagt, dass ein findiger Schwabe in der Fastenzeit, in der Fleisch essen verboten war, sich seinen Fleischgenuss in einer Maulgrossen Teigtasche versteckte. So war die Maultasche erfunden

Entrecôtes mit Ratatouille und Ofenkartoffeln

4 Entrecôtes à 150 gr. Das Fleisch wird nach belieben gewürzt und gebraten.

Ofenkartoffeln:

600 gr. kleine Kartoffeln gründlich waschen, nicht schälen, halbieren
 Oel nach Bedarf Schnittfläche bepinseln, Kartoffeln mit der
 Rundung nach unten auf einem leicht gebutterten
 Blech verteilen.
 Pfeffer und Salz Die Kartoffeln würzen.
 Rosmarin
 Backen: 30 Minuten in der Mitte des auf 250 Grad
 vorgeheizten Ofen.

Ratatouille provençale:

2 Auberginen	Die Auberginen trocken abreiben und in klein-
4 Paprikaschoten	fingerdicke Scheiben schneiden, grössere der
grüne, rote, gelbe	Länge nach halbieren. Die Paprika von Rippen
8 Tomaten	und Kernen befreien und in nicht allzu feine
4 Zucchini, kleine	Streifen schneiden. Die Tomaten schälen,
2 Zwiebeln, Porto	vierteln und die Kerne entfernen. Die
3 Knoblauchzehen	Zucchini trocken abreiben und in dunnendicke
$\frac{1}{2}$ Tasse Olivenöl	Scheiben schneiden. Die Zwiebeln in Ringe
$\frac{1}{2}$ Tl Thymian	schneiden und den Knoblauch feil hacken.
$\frac{1}{2}$ Tl Origano	Das Öl erhitzen und die Zwiebeln und den
2 Blatt Basilikum	Knoblauch glasig dünsten. Dann in der angegeb.
1 Prise Estragon	Reihenfolge jedes Gemüse 5 Min. lang für sich
1 Prise Rosmarin	allein dünsten. Mit den Kräutern, Salz und
1 Tl Rosenpaprika	Pfeffer und Rosenpaprika gut würzen und bei
Salz und Pfeffer	offener Pfanne unter gelegentlichem Rühren
	bei kleiner Hitze 30-45 Min. alles weich
	dünsten. Die einzelnen Gemüse sollten noch
	zu erkennen sein. Ist nach 30 Min. noch zuviel
	Flüssigkeit vorhanden wird mit grosser Hitze
	etwas reduziert.

Ratatouille ist das wichtigste Gemüsegericht der ganzen
 Provence. Wörtlich übersetzt heisst Ratatouille "Frass"
 was aber für das pikante Mischgemüse keineswegs gelten kann.

De Tisch 3 wünscht en Guete

Menü vom 10. Januar 2001

Randencarpaccio

Zanderfilet

an

Orangenschaumsauce

Trockenreis

Randencarpaccio

- 2-3 gekochte Randen, je nach Grösse
1 kleiner, feiner Lauch
Öl, Essig, Salz, Pfeffer

Randen schälen, mit Hobel in feine Scheiben schneiden, auf Teller anlegen, Lauch in feine Ringe schneiden und auf die Randenscheiben verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Öl und Essig beträufeln.

Zanderfilet an Orangenschaumsauce

Zutaten für Sud:

- 1 Orange
2 dl Orangensaft
1 ½ dl heisse Gemüsebouillon
1 ½ dl Weisswein
800 g Zanderfilet

Zutaten für Sauce:

- 5 dl Sud
0,5 dl Noilly Prat
2 Eier
1 Eigelb zusätzlich
1 dl Vollrahm
½ Orangenschale abgerieben
Orangestreifen vom Sud
Salz, weisser Pfeffer

Die halbe Orange mit dem Sparschäler schälen, die andere Hälfte mit der Raffel abreiben und das Abgeriebene beim Mise en Place zu den Zutaten der Sauce stellen.

Die abgeschälten Orangenschalenstreifen kurz in heissem Wasser blanchieren und sofort in kaltes Wasser geben.

Die abgeschälte und abgeriebene Orange auspressen und mit Saft aus der Packung auf 2 dl auffüllen.

Abgekühlte Orangenschalen in 2 mm dicke Streifen (Julienne) schneiden. Diese Streifen mit dem Orangensaft, der Gemüsebouillon und dem Weisswein aufkochen. Die Zanderfilet portionenweise begeben und 7 – 10 Min. knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen, herausnehmen, warm stellen. Sud abseihen und beiseitestellen. Orangenstreifen für Servicegarnitur aufbewahren.

Warmes Wasserbad vorbereiten. Den Sud mit dem Noilly Prat auf 2 dl einkochen lassen. Vollrahm steif schlagen. Eier und das zusätzliche Eigelb in einer Chromstahlschüssel verrühren, den eingekochten Sud unter Rühren zugeben. Im warmen Wasserbad unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen zu einer schaumigen gebundenen Crème rühren, abschmecken, den steif geschlagenen Rahm darunter ziehen.

Auf vorgewärmten Tellern einen Saucenspiegel legen, den Fisch in ca. 7 cm breite Stücke schneiden, in die Sauce legen, die abgeriebene Orangenschale darüberstreuen und mit den Streifen garnieren.

Dazu servieren wir einen Trockenreis.

En guete wünscht Tisch 4

Lachsblume Boeuf Stroganow Couscous

Lachsblume

1 gekochtes Ei	Den Lachs in Tranchen schneiden, das Ei in Scheiben schneiden.
saumon fumé Filet 30 – 50 g/Person	Eine Scheibe Ei auf Teller mittig legen, mit den Lachstranchen rundherum Blumenblüten formen.
Schnittlauch	Den Schnittlauch als Stiel legen, mit dem Basilikum die Blumenblätter legen
frischer Basilikum	
Meerrettich	Meerrettich mittig auf Basilikumblätter garnieren

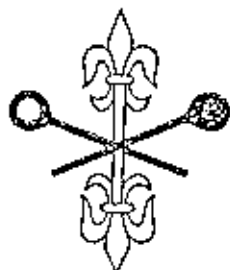
Boeuf Stroganow

2 Zwiebeln	Zwiebeln grob hacken, in Butter goldgelb rösten, mit Mehl bestäuben, Brühe angießen. Die Sauce 15 Minuten köcheln.
40 g Butter	
30 g Mehl	
¼ Liter Fleischbrühe	Mit Senf, Salz und Zitronensaft abschmecken und den Halbrahm einrühren.
Senf, Salz,	
Zitronensaft	Feingeschnittene Pilze, Gurken und Paprika in der Sauce aufkochen.
1 dl Saucen-Halbrahm	
2 Gewürzgurken	
½ rote oder gelbe	
Paprika	
100 g Champignons	
500 g Rinderfilet	Fleisch in Würfel oder Streifen schneiden und bei kräftiger Hitze in der Butter kurz anbraten. Es muss inwendig rosa bleiben.
40 g Butter	Den Fleischfond mit der Sauce mischen, das Fleisch dazugeben, kurz in der Sauce schwenken, aber nicht mehr aufkochen. Sofort servieren

Couscous

200 g vorgekochtes Couscous	Wasser mit Olivenöl und Salz zum Kochen bringen. Vom Herd nehmen
2 dl Wasser	Couscous einrühren, 2 Minuten aufquellen lassen.
1 Teelöffel Salz	Butter untermischen und bei schwacher Hitze ca. 3 Minuten fertig garen.
1 Esslöffel Olivenöl	Pfanne Stehen lassen.
2 Nussgosse Butterstücke	

Dem Couscous kann als Variante frische Kräuter beigefügt werden.



Hobby-Köche
Dietikon

Pouletbrüstli mit Mozzarellafüllung, in Malbuner Schinken

4 grosse, frische Pouletbrüstli (je etwa 150 g)
Pfeffer, Paprika, Koriander, Salz

Füllung:

75 g Mozzarella
40 g getrocknete Tomaten in Öl
2 - 3 Tranchen Malbuner Landrauch- oder Rohschinken
1 Knoblauchzehe, gepresst
Oregano, getrocknet, Pfeffer, Paprika, Salz

Einige Zahnstocher

8 - 10 Tranchen Malbuner Landrauch- oder Rohschinken, zum Umwickeln (ca. 100g)

1 - 2 EL Bratbutter

1/2 dl Weisswein

In jedes Pouletbrüstli mit einem scharfen Messer in der Mitte einen Schnitt anbringen, dann beidseitig eine Tasche hineinschneiden. Brüstli aussen und innen würzen.

Für die Füllung den Mozzarella an der Röstiraffel reiben. Die getrockneten Tomaten auf Haushaltspapier gut abtropfen lassen, dann hacken. 2 bis 3 Tranchen Rohschinken in feine Streifen schneiden, zusammen mit dem gepressten Knoblauch zur Füllung geben, diese würzen, alles gut mischen.

Füllung in die Brüstchen geben, zusammenklappen, Öffnungen mit Zahnstochern verschliessen. Jedes Brüstchen mit 2 bis 3 Tranchen Landrauch- oder Rohschinken satt umwickeln.

Bratbutter erhitzen, Brüstchen darin bei Mittelhitze ca. 10 - 15 Minuten braten.

Brüstli anrichten, Warmstellen, den Fond mit dem Wein auflösen, etwas einkochen lassen, über die Brüstli geben.

Safran-Risotto:

1 kleine Zwiebel

250 g Arborio- oder Vialone-Reis

1 EL Butter oder Öl

3 dl Weisswein

3 - 4 dl Bouillon

1 Briefli Safran

Reibkäse, nach belieben

Für den Risotto die Zwiebel schälen, hacken, in Butter / Öl kurz andämpfen, Reis zufügen, mitdünsten, bis er glasig ist, dann mit der Hälfte der Flüssigkeit ablöschen, Safran zufügen.

Risotto unter ständigem Rühren zirka 15 Minuten kochen, dabei nach und nach die restliche Flüssigkeit zugliessen. Nach Belieben mit Reibkäse servieren.

7. Februar 2001

En Guete wünscht Tisch 2

Hobby-Köche Dietikon

Exotischer Salatteller

Avocados, Stein entfernen
 2 Tomaten
 Chicoree
 1 Dose Palmherzen, abgetropft

Avocados halbieren und auf Teller verteilen. Tomaten kleinschneiden und um die Avocados hübsch anrichten. Dito Palmherzen.

VINAIGRETTE

1 Büschel Petersilie
 1 Essiggurke
 3 Gornichons
 1 Esslöffel Kapern
 1 Ei hartgekocht
 1 Tomate
 1 Zwiebel

3 Esslöffel Essig und 5-6 Esslöffel Dorina Sonnenblumenöl, Salz, Pfeffer und 1 Teelöffel Kräutermischung gut mischen und über die Avocados geben.

PARTY-FILET

500 gr Schweinsfilet in 12 gleichmässige Stücke schneiden.
 ½ Teelöffel Paprika, Pfeffer frisch gemahlen. 1 Teelöffel Salz und Steuwürze. Fleisch beidseitig würzen.

Frühstückspeck um die Filetstücke rollen, nebeneinander in eine eingefettete Gratinplatte stellen.

Braten : 20-30 Minuten bei guter Hitze (220 Grad) auf der zweituntersten Rille des vorgeheizten Ofen geben.

2 DL Rahm steifschlagen, 1-2 Esslöffel Ketchup , 1 Esslöffel Cognac, Pfeffer nach belieben begeben und sofort servieren.

NUDELN

Jeder Tisch macht die Nudeln nach eigenem Geschmack.

GEMUESE

800 g Spinat, 2 Zwiebeln, 4 Esslöffel Olivenöl in die Pfanne geben.

Salz, Pfeffer und Muskat nach belieben würzen.

En Guete wünscht Tisch 3

Dietikon, 28. Febr. 2001



RINDSFILETMEDAILLONS MIT STEINPILZBUTTER

Leichte Steinpilzbutter:

Vor- und zubereiten: ca. 40 Minuten

- 1 Schalotte, fein gehackt
- 10 g getrocknete Steinpilze, eingeweicht, abgetropft, fein gehackt
- ¼ Teelöffel Thymianblättchen, fein gehackt
- wenig fettreduzierte Butter oder Margarine
- 1 Teelöffel Cognac
- 40 g fettreduzierte Butter* oder Margarine*, weich
- 30 g Blanc Battu*
- ¼ Teelöffel Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Teelöffel Steinpilzpulver

* event. die Menge erhöhen (Nach Gefühl!)

Schalotte, Pilze und Thymian in der warmen Butter oder Margarine andämpfen. Cognac begeben, ca. 5 Min. köcheln, auskühlen. Butter oder Margarine mit den restlichen Zutaten mit den Schwingbesen des Handrührgerätes rühren, bis die Masse hell ist. Pilze darunter mischen. Steinpilzbutter mit einem Spachtel (z.B. zwischen 2 Teighölzchen) ca. 1cm dick auf einem Backpapier ausstreichen, ca. 20 Min. im Tiefkühler fest werden lassen. Pilze (mit einem in heisses Wasser getauchtem Förmchen) ausstechen, kühl stellen. Ca. 10 Min. vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen.

Die Steinpilzbutter ist im Tiefkühlfach ca. 3 Monate haltbar.

Rindsfiletmedaillons:

Vor- und zubereiten: ca. 15 Minuten

Marinieren: ca. 30 Minuten

- 4 Rindsfiletmedaillons (je ca. 170g)
- 1 Esslöffel Öl
- ¼ Teelöffel Steinpilzpulver
- Bratbutter zum Braten
- 1 Steinpilz, in Scheiben
- ½ Teelöffel Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Thymian für die Garnitur

Fleisch ca. 30 Min. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, mit Haushaltspapier trockentupfen. Öl und Steinpilzpulver verrühren, Fleisch damit bestreichen, zugedeckt marinieren. Fleisch in der heissen Bratbutter beidseitig je ca. 1 Min. anbraten, erst wenden, wenn sich eine Kruste gebildet hat. Hitze reduzieren, beidseitig bei mittlerer Hitze je ca. 2 Min. oder 3 ½ Min., je nach Wunsch) fertig braten. Steinpilzscheiben nur kurz mitbraten. Fleisch würzen, mit Pilzscheiben auf vorgewärmten Teller anrichten, Steinpilzbutter darauf legen, garnieren, sofort servieren.



KARTOFFELGRATIN SPEZIAL

1 kg rohe Kartoffeln
4-6 Knoblauchzehen

Salz, Streuwürze,
Pfeffer, frisch gemahlen
Muskat
4-5 dl Rahm

schälen, in ca. 3mm dicke Scheiben schneiden
fein hacken, mit dem Kartoffeln mischen, lagenweise
in eine Gratinform füllen

jede Lage damit bestreuen
darübergießen

Gratinieren:

1-1 ¼ Stunden bei guter Mittelhitze (200 Grad) in der Mitte des vorgeheizten Ofens.

Varianten:

- Weniger Knoblauch verwenden.
- 1-2 Zwiebeln in feine Ringe schneiden, abwechselnd mit den Kartoffeln einfüllen.
- Speck, Schinken, Rohschinken oder Aufschnitt in Streifen oder Würfelchen schneiden, lagenweise einfüllen.
- Grob geriebenen Käse, z.B. Greyerzer, Appenzeller oder Raclettekäse darüberstreuen.
- Kartoffelgratin aus gekochten Kartoffeln weniger lang gratinieren: 20 Minuten bei guter Hitze (220 Grad), nur 2 dl Rahm begeben.

Vorbereiten:

Der fertige Gratin kann mit Alufolie zugedeckt im 50 Grad warmen Ofen ½ -3/4 Stunden stehen bleiben.

FRISCHER GRÜNER HAUSSALAT

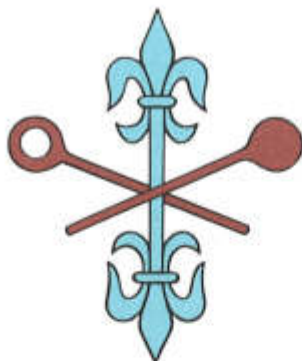
Salatsauce:

- Aromat und Pfeffer
 - Senf
 - 4 Esslöffel Acetto Balsamico
 - 5 Esslöffel Olivenöl
- alles gut mit dem Schwingbesen vermischen

Verfeinern nach Lust und Laune mit Zwiebeln und/oder Knoblauch.

En Guete wünscht Tisch 4.

14.03.2001/tg



Hobby-Köche Dietikon

16/5/11

73

- Bärlauchsuppe
- Schweinsfilet im Capunsmantel
- Gemüsepizzokels

Bärlauchsuppe

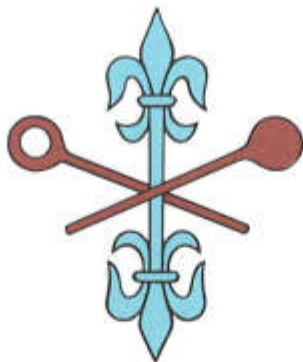
4 - 8	Scheiben Pariserbrot, getoastet	
	wenig Olivenöl	Bratscheiben auf einer Seite sparsam bepinseln, in 4 vorgewärmte Suppenteller legen
1 Ltr	Gemüse- oder Hühnerbouillon	aufkochen
4 - 8	kleine Eier, Klasse „Extra“	aufschlagen, in der heissen Bouillon ca. 4 – 5 Min pochieren, vorsichtig auf die Bratscheiben verteilen
50 g	Bärlauchblätter, in feinen Streifen	in die Bouillon geben, nochmals aufkochen, in die Suppenteller verteilen, sofort servieren

Schweinsfilet im Capunsmantel

1	Schweinsfilet, ca. 450 g	Schweinsfilet mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen, in der Bratpfanne im Erdnussöl schön goldbraun anbraten, erkalten lassen
1	Schweinsnetz	in kaltes Wasser einlegen, etwas ausdrücken und dann ausbreiten
7	Mangoldblätter	im Salzwasser 10 Sek blanchieren, unter kaltem Wasser abkühlen, auf Schweinsnetz legen
	Farce:	
100 g	Schweinsgeschnetzeltes und Kalbsgeschnetzeltes püriert (vom Metzger 2 x hacken lassen)	alles mischen und die Farce auf die Mangoldblätter streichen, das erhaltete Schweinsfilet darauflegen, einrollen, das Filet auf ein Bratblech mit etwas Erdnussöl geben, im vorgeheizten Ofen bei 210 ° C ca. 25 Min braten, in 2 cm dicke Tranchen schneiden, auf Gemüsepizzokels anrichten
100 g	Vollrahm	
1 dl	Bündnerfleischwürfeli	
10 g	Rohschinkenwürfeli	
10 g	etwas Mangold gewürfelt	

Gemüsepizzokels

200 g	Mehl	die Masse zu einem Spätzliteig rühren, vom Holzbrett schmale Streifchen in siedendes Salzwasser abschieben, kurz aufkochen, mit der Schaumkelle herausnehmen, abkühlen lassen.
2	ganze Eier	
80 cl	Pastmilch	
1 EL	Magerquark	
Prise	Salz	
	Gemüse:	
200 g	Gemüse (z.B. Rüebli, grüne Peperoni, Sellerie, Mangoldstiele, etc)	in feine Stäbchen schneiden und in wenig Bouillon knackig kochen
		Pizzokels (ev. verkleinern) unter das gekochte Gemüse geben, kurz erwärmen
60 g	fadenziehender Reibkäse (z.B. Emmentaler)	darunterziehen und würzen
2-3 dl	Vollrahm	



**Hobby-Köche
Dietikon**

74

- Weinschaumsuppe mit Trauben
- Rehrückenfilet an Cognacsauce
- Spätzli mit Rotkraut
- Haselnuss-Makrönli

Weinschaumsuppe mit Trauben (*elegant, raffiniert*)

2-3 zarte Zweige Stangensellerie 1 grosses Rüebli 1 mittlere Zwiebel	Den Sellerie rüsten Das Rüebli und die Zwiebel schälen Die Gemüse grob würfeln
25 g Butter	In einer grossen Pfanne die Butter erhitzen Die Gemüsewürfel darin gut andünsten
2 ½ dl Gewürztraminer (1) 4 dl Hühnerbouillon	Den Wein (1) und die Bouillon dazugiessen und aufkochen. Die Suppe auf kleinem Feuer während 15 – 20 Min kochen lassen, bis die Gemüse sehr weich sind. Mit dem Stabmixer pürieren, dann durch ein feinmaschiges Sieb giessen und die Rückstände gut auspressen. In die Pfanne zurückgeben
100 g Trauben ½ dl Gewürztraminer (2)	Von den Trauben die Haut mit einem kleinen scharfen Messerchen abziehen. Die Beeren halbieren und entkernen. Die Trauben mit dem Wein (2) beträufeln und bis zum Servieren marinieren lassen
3 Eigelb 1 dl Rahm Salz, Pfeffer aus der Mühle 1 Prise Muskatnuss	Kurz vor dem Servieren die Trauben aus dem Wein heben Zuerst den Wein mit den Eigelb und dem Rahm verquirlen, dann einige Löffel heisse Suppe unterrühren und schliesslich diese Mischung unter kräftigem Rühren, am besten mit dem Stabmixer, unter die heisse Suppe ziehen Die Suppe kurz ziehen lassen, jedoch nicht mehr aufkochen, da sonst die Eigelb gerinnen Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken
Etwas Selleriegrün	Die Suppe in vorgewärmten Tellern anrichten und mit den marinierten Traubenbeeren sowie nach Belieben etwas Selleriegrün garnieren

Rehrückenfilet an Cognacsauce *(aussergewöhnlich, einfach)*

	Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen
600 g Rehrückenfilet Salz, Pfeffer aus der Mühle 2 EL Bratbutter	Das Rehrückenfilet mit Salz und Pfeffer würzen. In der Bratbutter rundum während etwa 5 Min anbraten. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 80 Grad heissen Ofen 60 – 75 Min nachgaren lassen
1 Schalotte 2 dl Wildfond oder Bratensauce ¼ dl Cognac	Für die Sauce die Schalotte schälen und fein hacken Im Bratensatz hellgelb dünsten Mit Wildfond oder Bratensauce und Cognac ablöschen und auf grossem Feuer etwas einkochen lassen
1 ½ dl Saucenrahm	Den Rahm einrühren und die Sauce noch so lange kochen lassen, bis sie leicht sämig bindet
Je 1 Prise Zimt- und Ingwerpulver einige Tropfen Zitronensaft	Mit Salz, Zimt, Ingwer und wenig Zitronensaft abschmecken und nach Belieben mit Cognac abrunden
1 kleine Dose Eierschwämmchen 1 TL Butter	Die Eierschwämmchen abschütten und gut abtropfen lassen In der warmen Butter während 2 – 3 Min dünsten
	Zum Servieren das Rehrückenfilet in etwa 1 cm dicke Tranchen aufschneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten Mit Cognacsauce umglessen und mit Eierschwämmchen ausgarnieren

Dazu servieren wir Spätzli mit Rotkraut

Haselnuss-Makrönli *(Eiweissverwertung)*

3 Eiweiss	Zu sehr steifem Schnee schlagen
230 g Zucker	Nach und nach esslöffelweise unterschlagen
300 g Haselnüsse	Vorsichtig unter den Eischnee heben
	Mit 2 Teelöffeln längliche Teighäufchen auf gefettetes Blech setzen
Backen:	Im 200 Grad vorgeheizten Ofen ca. 8 – 10 Min

En Guete wünscht Tisch 2

Kalbfleischvögel mit Salbei

8 Grosse sehr dünn geschnittene Kalbeschnitzel

8 Tranchen Rohschinken

100 gr. Kalbsbrät

1 Eigelb

2 El. Parmesan

2 El. gehackte Petersilie

8 grosse Salbeiblätter

1 dl. Weisswein

Je 1 El. Koobutter und kalte Butter

2 dl. Kalbsfond , Salz und Pfeffer

Die Schnitzel flach auslegen, würzen und mit Schinken belegen. Brät, Eigelb, Käse, Petersilie mischen und auf dem Schinken verteilen. Jetzt das Fleisch rollen und mit Salbei belegen und mit einem Zahnstocher feststecken.

Die Fleischvögel in der Bratbutter langsam ringsum anbraten. Herausnehmen und warm stellen.

Den Bratensatz mit dem Wein ablöschen, diesen zur Hälfte reduzieren. Den Kalbsfond beifügen und die Fleischvögel in der Sauce 4-5 Minuten ziehen lassen.

Die Sauce mit der kalten Butter aufschlagen und über das Fleisch geben, mit frischem Salbei garnieren.

Risotto milanese

1 grosser Markknochen

1 Ltr. Fleischbrühe

1 gute Prise Safran

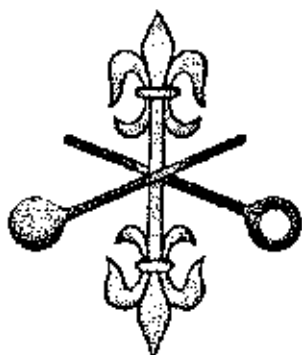
60 gr. Butter

1 feingehackte Zwiebel

350 gr. Vialone-Reis

1 Glas weisswein, etwas Parmesan und einige Butterflöckchen.

In heissem Wasser das Mark aus dem Knochen lösen. Den Butter und das Mark in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebel darin dünsten. Das Reis dazu geben, mit einer Holzgabel umrühren bis er glasig ist. Mit dem Wein ablöschen und ein wenig einkochen lassen. Nach und nach wird die Fleischbrühe dazu gegeben. Wenn der Risotto al dente gekocht ist wird der Safran und die Butterflöckchen darunter gemischt. Vorher wird natürlich den Parmesan darunter gemischt.



Hobby-Köche Dietikon

Menü vom 14.11.2001

Nüsslisalat

Kräuter-Zander mit Äpfeln u. Zwiebeln
Salzkartoffeln

Käse Trauben Nüsse

200 gr. Nüsslisalat (4 Pers.)

Italien Dressing

2 EL Baumnusskerne

rüsten, waschen gut abtropfen lassen

fein hacken u. der Salatsauce beifügen

Zur Bereicherung knusprig gebratene Speckwürfel u. Croutons über den Salat streuen.
Mit Balsamico leicht bestäuben.

4 Zanderfilet (ohne Haut)

100 gr. geriebene Mandeln

1 EL Dill

3 EL Peterli

1 Eiweiss

50 gr. Butter

Walnussöl

Salz u. Pfeffer

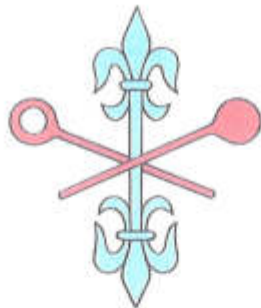
1 Zitrone

Fisch abtrocknen, mit etwas Zitronen-
Saft einreiben, salzen u. pfeffern.

Dill u. Petersilie fein hacken u. mit
den geriebenen Mandeln zur Panade
mischen.

Das Zanderfilet im verquirlten Eiweiss
wälzen u. mit der Kräutermischung
panieren.

Die Butter in der Pfanne mit einem Schuss
Walnussöl erhitzen u. die Fischfilets
Darin von jeder Seite ca. 2 Minuten
braten.



Hobby-Köche
Dietikon

78

Salat Lammnierstück Wildreis / Broccoli Crêpes Suzette

Salat

Grün, Chiccore, Rübli, Sellerie

Lammnierstück

ca 600 bis 800 Gramm

Leicht mit Senf einstreichen, in heisser Bratbutter pro Seite 1 Minute anbraten, im Ofen ca. 30 Minuten warm halten bei 60 Grad, leicht würzen.

Sauce

Kurz vor dem Servieren, 4 Knoblauchzehen Längsschneiden, im Butter anziehen lassen.

Beilagen

Wildreis nach Angabe
Broccoli zerlegt anrichten.

Crêpe Suzette

Vorbereiten Ofen auf 60 Grad vorheizen
Platten und Teller vorwärmen.

Teig:

75 g	Mehl
1 Prise	Salz
2 dl	Milch
2	frische Eier
2 Teelöffel	Puderzucker
20 g	Butter oder Margarine flüssig abgekühlt

in einer Schüssel mischen
aufs Mal dazugliessen, glatt rühren.

alles darunter mischen, zu einem glatten Teig rühren.
Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. stehenlassen.

Backen:

wenig Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen.
So viel Teig in die Pfanne geben, dass der Boden dünn überzogen ist. Hitze reduzieren, Ist die Unterseite gebacken und löst sie sich von selbst, Crêpe wenden, fertig backen, zugedeckt warm stellen.

Sauce:

50 g	Butter oder Margarine
3 Esslöffel	Zucker
2	unbehandelte Orangen
1	Zitrone
1 dl	Grand Marnier
	Crêpes
1 dl	Cognac

in einer Pfanne warm werden lassen.
beigeben, rühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat.
wenig dünn abgeschälte Schale und ganzer Saft,
nur Saft beigeben, etwas einköcheln,
dazugliessen
zu Vierteln falten, in die Sauce einlegen, 2 Min. köcheln,
dazu giessen, flambieren, Pfanne kurz zudecken,
Crêpe auf den vorgewärmten Tellern anrichten.

Achtung: nicht unter eingeschaltetem Dampfzug flambieren !!!

5. Januar 2002 Tisch 2

Kürbissuppe**Exotisches Reisgericht****Glace mit warmen Himbeeren**

Kürbissuppe	2 Kartoffeln, 2 Rübli und Kürbis in kleine Stücke schneiden, in wenig Bouillon weich kochen und mixen. Bis zur gewünschten Menge Wasser zugeben und abschmecken. Suppe schöpfen und etwas Rahm dazugeben.
Marinade	2 TL grüne Currypaste (Thai-Kitchen) 2 Knoblauchzehen gepresst. 1 EL Sojasauce, 2 EL Ananassaft, 1 EL Erdnussöl alle Zutaten verrühren.
Fleisch	500 g geschnetzeltes Schweinefleisch (à la minute) mit der Marinade mischen und zugedeckt 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.
Zutaten	150 g Zwiebeln in Streifen schneiden. 1 kleine Dose Ananas (4 Scheiben) in kleine Stückli schneiden. 1 Dose Bambussprossen (140g), abtropfen lassen. ½ Limone , Saft auspressen und etwas Schale in feine Streifen schneiden. ½ Peperoncino entkernen und in feine Streifen schneiden. 1 Stück Ingwer (1-2cm) schälen und in dünne Scheibchen schneiden (oder ½ TL Ingwerpulver). 3 Bananen schälen, längs halbieren und schräg in 3cm lange Stücke schneiden, in Rohrzucker wenden und in Butter beidseitig goldbraun braten, warm stellen.
Zubereitung	Fleisch aus der Marinade nehmen (wenn nötig abtropfen lassen), in der Bratpfanne mit Öl kurz anbraten, herausnehmen und warmstellen. Zwiebeln im Fond andämpfen, dann Ananas, Bambussprossen, Peperoncini und Ingwer zufügen, kurz mitdämpfen, dann Lemonenschale und Saft zufügen und mit 2 dl Kokusmilch ablöschen. Mit Currypaste, Sojasauce und ev. Salz würzen, aufkochen lassen. Fleisch dazugeben und kurz darin durchwärmen lassen.
Beilage	Reis (welche Zubereitungsart entscheidet jeder Tisch für sich)
Servieren	Reisring und in der Mitte das Fleisch, darauf die Bananen oder alles separat.



GEDÜNSTETER SALM MIT ZITRONEN-BASILIKUM-RISOTTO

Gedünsteter Salm

800g	Salm (wenn möglich ohne Haut)	waschen, mit Haushaltspapier trockentupfen, in 4 Stücke schneiden
½	Zitrone, Saft	beträufeln
	Zitronenpfeffer	würzen
	Fischgewürz	
	wenig Salz	
ca. 0.7 l	Gemüsebouillon	in einer flachen Pfanne aufkochen Fisch ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Wenn vorhanden, kann ein Dapfkörbchen verwendet werden, damit der Fisch nicht direkt im Wasser gart.

Zitronen-Basilikum-Risotto

1	Schalotte	fein gehackt
1	Knoblauchzehe	gepresst
1-2 EL	Olivenöl	
300g	Risotto-Reis	
1 dl	Weisswein	
½	Zitrone	dünn abgeschälte Schale in dünne Streifen geschnitten und 1 EL Saft heiss
ca. 8 dl	Gemüsebouillon	
125g	Crème fraîche	
40g	Parmesan	gerieben
2 EL	Basilikumblätter	fein geschnitten
	Salz, Pfeffer aus der Mühle	
	Basilikumblättchen und Zitronen-zum Garnieren	
	Scheibchen	

Zubereitung:

1. Schalotten und Knoblauch im Öl andämpfen.
Reis zugeben, mitdünsten, bis er glasig ist.
Mit Wein ablöschen, Zitronenschale und -saft beifügen,
Flüssigkeit vollständig einkochen.
2. Bouillon nach und nach dazugießen, so dass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Unter häufigem Rühren 12-15 Minuten köcheln, Pfanne nicht zudecken.
3. Crème fraîche, Parmesan und Basilikum darunter mischen. Mit Pfeffer und wenig Salz abschmecken.

En Guete wünscht Tisch 4.

Schweinssteak mit Calvados-Apfelstückli

4		Schweinssteak (à ca. 150 gr.)	Die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen, und im heissen Bratfett braten, herausnehmen und warmstellen. Das Fett entfernen.
1	EL.	Butterfett Salz und Pfeffer	
10	gr.	Butter	die Butter in die Pfanne geben und die Schalotten kurz andünsten. Mit 2/3 des Calvados ablöschen und einreduzieren. Den Rahm und den Saucenwürfel begeben und leicht einköcheln lassen.
1	EL.	gehackte Schalotten	
1	dl.	Calvados	Alles durch ein feines Sieb passieren, mit den kalten Butterwürfeli binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2,5	dl.	Rahm	
1		Saucenwürfel	
1	EL.	kalter Butterwürfeli Salz und Pfeffer	

Apfelstückli :

Aepfel schälen, achtern und entkernen, Butter und Zucker leicht caramelisieren lassen und mit Calvados ablöschen. Die Apfelstückli darin goldgelb garen.

Anrichten :

Die Schweinssteak auf vorgewärmte Teller anrichten, die Sauce über das Fleisch giessen und mit den Apfelstückli garnieren.
Mit Nudeln servieren.

Weinschaumsuppe

- | | | | |
|---|-----|--|--|
| 2 | dl. | Weisswein | Alle Zutaten bis und mit den Eiern der Reihe nach mit dem Schwingbesen des Handrührgerätes unter die Bouillon rühren. |
| 1 | EL. | Kartoffelmehl (Maizena) | |
| 2 | | frische Eier | |
| 6 | dl. | Fleischbouillon | Bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren bis vor das Kochen bringen, die Pfanne sofort von der Platte ziehen, ca. 1 Minuteiterrühren. Den Rahm darunterziehen, warm werden lassen, würzen. |
| 1 | dl. | Rahm, flaumig geschlagen | |
| | | Salz und Pfeffer nach Bedarf | |
| | | Schnittlauch, fein geschnitten(für die Garnitur) | |

Servieren:

Die Suppe sofort in vorgewärmte Suppenteller verteilen. Den Schnittlauch, eventl. durch ein Stern-Ausstechförmchen, auf die Suppe streuen.

23.1.02 Tisch 3



GEDÜNSTETER SALM MIT ZITRONEN-BASILIKUM-RISOTTO

Gedünsteter Salm

800g	Salm (wenn möglich ohne Haut)	waschen, mit Haushaltspapier trockentupfen, in 4 Stücke schneiden
½	Zitrone, Saft	beträufeln
	Zitronenpfeffer	würzen
	Fischgewürz	
	wenig Salz	
ca. 0.7 l	Gemüsebouillon	in einer flachen Pfanne aufkochen Fisch ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Wenn vorhanden, kann ein Dapfkörbchen verwendet werden, damit der Fisch nicht direkt im Wasser gart.

Zitronen-Basilikum-Risotto

1	Schalotte	fein gehackt
1	Knoblauchzehe	gepresst
1-2 EL	Olivenöl	
300g	Risotto-Reis	
1 dl	Weisswein	
½	Zitrone	dünn abgeschälte Schale in dünne Streifen geschnitten und 1 EL Saft heiss
ca. 8 dl	Gemüsebouillon	
125g	Crème fraîche	
40g	Parmesan	gerieben
2 EL	Basilikumblätter	fein geschnitten
	Salz, Pfeffer aus der Mühle	
	Basilikumblättchen und Zitronen-zum Garnieren	
	Scheibchen	

Zubereitung:

1. Schalotten und Knoblauch im Öl andämpfen.
Reis zugeben, mitdünsten, bis er glasig ist.
Mit Wein ablöschen, Zitronenschale und -saft beifügen,
Flüssigkeit vollständig einkochen.
2. Bouillon nach und nach dazugießen, so dass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Unter häufigem Rühren 12-15 Minuten köcheln, Pfanne nicht zudecken.
3. Crème fraîche, Parmesan und Basilikum darunter mischen. Mit Pfeffer und wenig Salz abschmecken.

En Guete wünscht Tisch 4.

Lasagne al Forno

Gemischter Salat mit Tomaten, Frischer Fruchtsalat (je nach Saison)

Zutaten für 4 Personen

Tomatensauce (zuerst vorbereiten: Kochzeit)

- 1 grosse Dose Pellati
- 1 Tube Tomatenmark
- Kräuter Origano, italienische Kräutermischung, Tabasco, Sambal oder Harissa
- 1 Würfel Bouillon (Rinds oder Kräuter)
- etwas Rotwein und evtl. Tomatenjus

- Mit Pellati, reichlich Tomatenmark, Bouillon, Kräuter Tabasco/Sambal/Harissa und Rotwein, evtl. Tomatenjus eine würzige Tomatensauce zubereiten. Mind. 20 Minuten köcheln lassen, darf nicht zu dick einkochen sonst wird die Lasagne trocken.

Gemüsemischung (Saison abhängig! Für eilige kann auch eine vorbereitete, tiefgefrorene Gemüsemischung verwendet werden)

- 2 grosse Peperoni
- 1 kleine Aubergine
- 1 mittlere Zucchini
- Gemüse klein schneiden, andünsten und 5 – 10 Minuten köcheln lassen – beiseite stellen.

Hackfleisch

- 500 gr. Gehacktes Fleisch (entweder Rinds, Schweins oder gemischt)
- 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Fleischgewürze und -kräuter, frisch geriebener Pfeffer
- Zwiebel und Knoblauch fein schneiden, andünsten, Gehacktes dazugeben und anbraten, mit Fleischgewürz und -kräuter, Pfeffer abschmecken – beiseite stellen.

Lasagne

- ca. 250 gr. Lasagneblätter (weiss, grün oder gemischt)
- 2 Beutel Mozarella
- etwas Parmesan gerieben
- Olivenöl
- Den Boden einer feuerfesten Auflaufform mit einer Schicht Lasagneblätter bedecken, darauf einige Löffel der Fleischmischung geben, dann einige Scheiben Mozarella, mit einer Schicht Lasagneblätter bedecken, darauf einige Löffel der Gemüsemischung und Tomatensauce. Schichtweise so weiterarbeiten bis Gratinform gefüllt. Zuoberst einige Löffel Tomatensauce und mit Parmesan abdecken. Etwas Olivenöl darüber träufeln. Im vorgeheizten Backofen auf 220° ca. 25 – 30 Minuten backen.

Fruchtsalat (Zubereitung während Backzeit der Lasagne)

je nach Saison

- Tropical: Kiwi, Sternfrüchte, Mandarinen, Mango, Papaya, Ananas etc.
- Klassisch: Äpfel, Birnen, Bananen, frische Beeren, Orangen, Trauben etc.
- Kleinschneiden, mit etwas Kirsch abschmecken, zugedeckt bei Zimmertemperatur ziehen lassen. Bei Äpfeln und Birnen empfiehlt es sich, die Früchte mit etwas Limettensaft zu beträufeln.

en Guete wünscht Tisch

Randensuppe
Entenbrust mit süss-saurer Kruste an Portweinsauce
Rote Linsen
und Gemüsebouquet

Randensuppe

1 Esslöffel Margarine	in einer Pfanne warm werden lassen
1 kleine Zwiebel, fein gehackt	
1 Apfel, geschält, gewürfelt	
1 Esslöffel Meerrettich	zugeben, andämpfen
700 g Randen, geschält	würfeln, beifügen, kurz mitdämpfen
3/4 Liter Gemüsebouillon	dazugiesen, weich kochen,
	pürieren, in die Pfanne zurückgeben
	würzen
Salz und Pfeffer, nach Bedarf	
100 g Sauerrahm	zuletzt daruntergeben

Garnitur: Aus Randenscheiben Sterne ausstechen, auf die Suppe legen

Entenbrust mit süss-saurer Kruste an Portweinsauce

Für 4 Personen	
70 g Pinienkerne	* Die Pinienkerne in einer trockenen Pfanne ohne Fettzugabe leicht rösten und danach fein mahlen.
125 g Rosinen	* Die Rosinen und die Petersilie fein hacken. Mit den gemahlten Pinienkernen, der abgeriebenen Zitronenschale und dem Portwein vermischen. Kurz durchziehen lassen.
1/2 Bund Petersilie	* Die Schalotte schälen und fein hacken.
abgeriebene Schale von 1 Zitrone	* Den Backofen auf 75 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.
50 ml roter Portwein	* Die Haut der Entenbrüste ablösen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. In der Bratbutter zuerst die Oberseite 1 1/2 Minuten anbraten. Wenden, die Krustenmasse darauf verteilen, gut andrücken und die Entenbrüste auf der zweiten Seite 1 1/2 Min. anbraten, dabei fortwährend mit einem Löffel heisse Butter über die Kruste träufeln. Die Entenbrüstchen sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im vorgeheizten Ofen bei 75 Grad 3/4 bis 1 Stunde ziehen lassen.
1 Schalotte	* Im Bratensatz die Schalotte kurz andünsten. Mit dem Portwein und dem Rotwein ablöschen. Auf 100 ml einkochen lassen. Beiseite stellen.
2-3 Entenbrüstchen, je nach Grösse	* Den Backofengrill auf 250 Grad schalten und die Entenbrüstchen unmittelbar vor dem Servieren 1 1/2 - 2 Minuten leicht überbacken.
Salz, Pfeffer aus der Mühle	
50 g Bratbutter	
200 ml roter Portwein zum Ablöschen	
100 ml kräftiger Rotwein	
80 g Butter	

Randensuppe
Entenbrust mit süss-saurer Kruste an Portweinsauce
Rote Linsen
und Gemüsebouquet

Fortsetzung Rezept Entenbrüstchen

*Gleichzeitig die Sauce nochmals aufkochen. Die Butter in kleinen Stücken einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
*Die Entenbrüstchen schräg aufschneiden. Auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Sauce umgiessen. Sofort servieren.

Rote Linsen

50 g Speckwürfel
2 Schalotten
400 g rote Linsen
1/2 l Gemüseboullion
1 Gewürzsträusschen, bestehend aus Petersilienstengel, Thymianzweigen und Lorbeerblatt
1 gehäufter Teelöffel Senf
50 ml Doppelrahm
abgeriebene Schale von 1/2 Orange
Salz, Pfeffer aus der Mühle

* Den Speck im eigenen Fett langsam knusprig braun braten.
* Die Schalotten schälen fein hacken und zum Speck geben. Kurz mitdünsten.
* Die Linsen und die Gemüseboullion beifügen. Das Gewürzsträusschen dazulegen. Die Linsen auf kleinen Feuer etwa 12 Minuten kochen lassen; die genaue Kochzeit hängt von der Qualität der Linsen ab. Am Ende der Garzeit soll die Flüssigkeit fast vollkommen von den Linsen aufgenommen sein.
* Vor dem Servieren den Senf und den Doppelrahm unterrühren. Die Linsen mit der Orangenschale, Salz und Pfeffer abschmecken.

Gemüsebouquet

rüsten und waschen

Saisongemüse kann jeder Tisch nach eigenen Vorstellungen zubereiten.

Rezept : H.M. Tisch Nr. 3
27.3.2002

Recette

Hauptgruppe / Groupe principal

Auflauf /

Untergruppe / Sous-groupe

Teigwaren

Gericht / Met Hörnli - Cake
Aus Grossmutter's Küche

Zutaten / Ingrédients:

- 175 gr. Hörnli
- 125 gr. Magerquark
- 2 Eier
- 1dl. Milch
- 1 Bund Schnittlauch
- 3 gehackte Zwiebeln
- 150 gr. Reibkäse
- Salz, Pfeffer,
- Muskatnuss gerieben

Geschirr / Vaiselle:

- Cakeform
-

Zur Garnitur :

Gemischte Salate oder Apfelmus

Zubereitung / Préparation

- Hörnli in viel Salzwasser al dente kochen
- Abgiessen und kalt abschrecken.
- Eier ,Quark und Milchgut verquirlen
- würzen
- Schnittlauch fein schneiden und zum Guss geben
- Zwiebeln in Ringe schneiden ,
- In der Butter ein paar Minuten dünsten.
- Hörnli ,Zwiebeln, Käse und Eieguss gut vermengen.
- Masse in ein mit Backpapier ausgelegte Cakeform füllen.
- Im 200 °C heissen Ofen ca . 60 Min .
- backen .

en Guete

Hobby-Köche Dietikon

Menu vom 10. April 2002

Parmesan-Zitronencrisps
Lauwarmer Spargelsalat
Lammgigot aus dem Römertopf
Kartoffelgratin „Elfi Casti“
Erdbeeren mit Muskat-Schaumcrème

Parmesan-Zitronencrisps

Backpapier von der Rolle
 150 g Parmesan gerieben
 Schale von einer halben Zitrone abgerieben
 wenig weisser Pfeffer aus der Mühle

Parmesan mit der abgeriebenen Zitronenschale gut mischen.
 Gleichzeitig vorsichtig mit weissem Pfeffer würzen.
 Backblech mit Backpapier belegen und mit Hilfe eines ca. 5 cm grossen Ringes
 Rondellen erstellen. 1 Kaffeelöffel pro Ring. In der oberen Hälfte des auf 200° vorgeheizten
 Ofens ca. 5 – 7 Min. goldgelb backen.
 Leicht abgekühlt servieren.

Lauwarmer Spargelsalat

Pro Person je eine weisse und zwei grüne Spargeln, rüsten, wie schon gelernt, getrennt
 weich kochen, sodass die Spargeln noch Biss haben. Dann in ca. 2 cm lange, schräge
 Stücke schneiden und auf einem Teller anrichten. Die Spargelspitzen und die halbierten
 Cherry-Tomaten zur Garnitur verwenden. Aus dem Himberessig und dem Traubenkernöl
 mit wenig Dijon-Senf, Salz und Pfeffer eine Sauce erstellen und diese über die lauwarmen
 Spargeln geben. Dazu servieren wir frisches Pariserbrot.

Lammgigot aus dem Römertopf

1 Lammgigot ca. 1,3 – 1,7 kg vom Metzger ausbeinen und rollen lassen.
 Marinade erstellen aus 4 Essl. Olivenöl, Thymianpulver, Rosmarinpulver, Pfeffer aus der
 Mühle, etwas Fleischgewürz, wenig Salz, 2 – 3 gepresste Knoblauchzehen, 1 Kaffeelöffel
 Honig mit 1 Schuss Brandy verrühren. Zuerst den Gigot mit kleineren Knoblauchzehen
 rundherum spicken. (Ein Typ vom Metzger, nicht mit dem Messer ins Fleisch schneiden
 sondern mit dem Stahl ein Loch stossen.) Das Fleisch mit der Marinade einstreichen und 3 –
 4 Std. kühl stellen. Gleichzeitig den Römertopf und Deckel mit kaltem Wasser füllen und
 ziehen lassen. Anschliessend das Fleisch mit der Marinade in den Römertopf geben. 2 – 3
 Stücke Sellerie, Rübli zum Fleisch geben, ca. ½ dl Rotwein am Rand zu giessen, es darf
 nur der Boden leicht bedeckt werden sowie der Saft einer kleinen Dose Ananas beigegeben.
 (Nur Saft).
 Den Römertopf schliessen und in den kalten Ofen schieben. Ofen auf volle Hitze stellen
 (ca. 270°) und nach ca. 45 Min auf 220° reduzieren. Bratzeit ca. 1 – 1 ½ Std.
 Achtung während der ersten Bratzeit den Ofen und den Römertopf nicht öffnen.
 Nach ca. ¾ Std. Gigot drehen und fertig braten. (Römertopf nie auf kalte Unterlage stellen.)

Sauce:

¼ Sellerie, 2 Ruebli fein raffeln, 1 kleine Zwiebel fein hacken, mit 1 Essl. Oel andämpfen, mit ½ dl Rotwein ablöschen, in 4 dl Wasser 1 Würfel Bratensauce auflösen, begeben und köcheln lassen. Eine Hand voll getrocknete Steinpilze in lauwarmem Wasser eine ¼ Std. einweichen, auspressen und in die Sauce geben mitkochen lassen. Sauce soll nur leicht gebunden sein. Am Schluss die halben Ananasscheiben begeben und warm werden lassen. Wenn der Gigot aus dem Römertopf ist, Bratenjus zur Sauce geben.

Kartoffelgratin „Elfi Casti“

500 gr. Nicola-Kartoffeln waschen, schälen und mit der Raffel in feine Scheiben schneiden. Die Kartoffelscheiben in die Gratinform schichten, dazwischen 4 Knoblauchzehen mit der Raffel schneiden und unter die Kartoffeln verteilen.

2 dl Milch, 4 dl Rahm, 2 Essl Butter, 2 Knoblauchzehen gepresst, viel gezupfter Thymian, etwas weisser Pfeffer, wenig Cayenne und etwas frisch geriebener Muskat zusammen aufkochen. Die Mischung über die Kartoffeln geben. Den restlichen Thymian auf den Gratin legen und in den vorgeheizten (180°) Ofen geben. Während ca. 1 ½ Std. garen lassen. Wenn die Milchmasse köchelt, auf 120° reduzieren.

FrISChe Erdbeeren an Muskat – Schaumcrème

FrISChe Erdbeeren waschen, längs in Scheiben schneiden, auf Glasteller vom Rand her anrichten, in der Mitte frei lassen. Mit wenig Zitronensaft beträufeln. Der Rand des Tellers mit Puderzucker aus dem Kaffeesieb fein garnieren.

2 Eigelb, 2 Essl. Puderzucker, 1 Schuss Cognac, 1 Becher Schlagrahm steif geschlagen, frischer Muskat.

Die 2 Eigelb mit dem Mixer mixen, Puderzucker langsam dazugeben und so lange verrühren bis die Masse weiss wird, zwischendurch den Cognac begeben, frischer Muskat dazugeben, (nach Geschmack), verrühren. Am Schluss von Hand den geschlagenen Rahm unterheben und die Crème in die Mitte der Teller geben.

En gute wünscht Tisch 4

Menu

Warmer Kürbis-Pilz-Salat
Wildstroganoff mit Äpfeln
Gewürz-Kartoffelstock

Warmer Kürbis-Pilz-Salat

Sauce:

- 3 El Weissweinessig
- 3 El Orangensaft
- 5 El Joghurt nature
- ½ Tl Zucker
- 1 Pr Cayennepfeffer
- 1 Tl Dill, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer nach Bedarf

alle Zutaten in einer Schüssel
gut verrühren, Sauce würzen

Salat:

- 2 Zweiglein Dill
- 800 g Kürbis, in Schnitzen von 1,5 cm
in Stücken von 5 mm
wenig Salz
- 1 El Bratbutter
- 1 Schalotte, fein gehackt
- 200 g Eierschwämme, grössere
längs halbiert, sauber gerüstet
wenig Salz
- ½ Eisbergsalat in Blättern, gewaschen
- 2 El Kürbiskerne trocken geröstet

Dill ins Dämpfkörbchen legen,
Kürbis darauf verteilen, leicht salzen,
zugedeckt ca. 10 Min. knapp weich garen,
leicht abkühlen.

Bratbutter in der Bratpfanne erhitzen,
Schalotten und Eierschwämme ca. 2 Min. an-
dämpfen, salzen, leicht abkühlen.
Eierschwämme und Kürbis in die Sauce geben,
mischen und auf 2 -3 Eisbergsalatblättern
anrichten, die gerösteten Kürbiskerne darauf
streuen und mit dem restlichen Dill garnieren.

Wildstroganoff mit Äpfeln

- 600 g Rehfleisch (z.B. Bäggli)
in 1 ½ cm grossen Stücken
Pfeffer aus der Mühle *STREIFEN*
Salz, Bratbutter
- 300 g kleine Äpfel entkernt, in ca.
5 mm breite Schnitze
- 1 kleine Zwiebel, fein gehackt
- ½ Tl Kardamompulver
- 2 dl Apfelwein
- 2 dl Wildfond
- 2 dl Crème fraîche

Ofen auf 60° vorheizen, Platte und Teller
vorwärmen. Bratbutter heiss werden lassen.
Fleisch portionenweise ca. 2 Min. braten, he-
rausnehmen, würzen, warm stellen.
Hitze reduzieren, verbrauchtes Fett mit Haus-
haltpapier auftupfen, etwas neue Bratbutter
erwärmen, Apfelschnitzchen kurz anbraten,
herausnehmen und warm stellen. Zwiebel und
Kardamom andämpfen, mit Apfelwein ab-
löschen, Wildfond begeben und alles auf die
Hälfte einkochen lassen. Crème fraîche,
Fleisch und Apfelschnitzchen begeben, nur
noch heiss werden lassen, anrichten.

Gewürz-Kartoffelstock

- 1 TI Wacholder, grob zerstoßen
- 2 Nelken
- 1 Lorbeerblatt
- 1 kg mehlig kochende Kartoffeln
gerüstet, in Würfel geschnitten

- 2 dl Milch
- 1 TI Wacholder
- 2 Nelken
- 1 Lorbeerblatt
- 1 EL Butter
Salz, Pfeffer, nach Bedarf

Gewürze auf ein Stück Gaze legen, zu einem Beutel formen, mit Küchenschnur zusammen binden. Im Salzwasser mit den Kartoffeln ca. 20 Min. weich kochen, Gewürzbeutel entfernen, Wasser abgiessen, Kartoffeln in der Pfanne austrocknen lassen, durchs Passe-vite direkt in die Pfanne treiben.

In einer zweiten Pfanne zeitgleich mit den Kartoffeln die Milch mit den Gewürzen aufkochen und beiseite stellen, ziehen lassen.

Die Milch mit der Butter kurz aufkochen, unter Rühren portionenweise an die Kartoffeln giesen, zur richtigen Konsistenz rühren, abschmecken und servieren.

En gueti Saison und en Gute wünscht Tisch 4

Menu

Warmer Kürbis-Pilz-Salat
Wildstroganoff mit Äpfeln
Gewürz-Kartoffelstock

Warmer Kürbis-Pilz-Salat

Sauce:

- 3 El Weissweinessig
- 3 El Orangensaft
- 5 El Joghurt nature
- ½ Tl Zucker
- 1 Pr Cayennepfeffer
- 1 Tl Dill, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer nach Bedarf

alle Zutaten in einer Schüssel
gut verrühren, Sauce würzen

Salat:

- 2 Zweiglein Dill
- 800 g Kürbis, in Schnitzen von 1,5 cm
in Stücken von 5 mm
wenig Salz
- 1 El Bratbutter
- 1 Schalotte, fein gehackt
- 200 g Eierschwämme, grössere
längs halbiert, sauber gerüstet
wenig Salz
- ½ Eisbergsalat in Blättern, gewaschen
- 2 El Kürbiskerne trocken geröstet

Dill ins Dämpfkörbchen legen,
Kürbis darauf verteilen, leicht salzen,
zugedeckt ca. 10 Min. knapp weich garen,
leicht abkühlen.

Bratbutter in der Bratpfanne erhitzen,
Schalotten und Eierschwämme ca. 2 Min. an-
dämpfen, salzen, leicht abkühlen.
Eierschwämme und Kürbis in die Sauce geben,
mischen und auf 2 -3 Eisbergsalatblättern
anrichten, die gerösteten Kürbiskerne darauf
streuen und mit dem restlichen Dill garnieren.

Wildstroganoff mit Äpfeln

- 600 g Rehfleisch (z.B. Bäggli)
in 1 ½ cm grossen Stücken
Pfeffer aus der Mühle *STREIFEN*
Salz, Bratbutter
- 300 g kleine Äpfel entkernt, in ca.
5 mm breite Schnitze
- 1 kleine Zwiebel, fein gehackt
- ½ Tl Kardamompulver
- 2 dl Apfelwein
- 2 dl Wildfond
- 2 dl Crème fraîche

Ofen auf 60° vorheizen, Platte und Teller
vorwärmen. Bratbutter heiss werden lassen.
Fleisch portionenweise ca. 2 Min. braten, he-
rausnehmen, würzen, warm stellen.
Hitze reduzieren, verbrauchtes Fett mit Haus-
haltpapier auftupfen, etwas neue Bratbutter
erwärmen, Apfelschnitzchen kurz anbraten,
herausnehmen und warm stellen. Zwiebel und
Kardamom andämpfen, mit Apfelwein ab-
löschen, Wildfond beigeben und alles auf die
Hälfte einkochen lassen. Crème fraîche,
Fleisch und Apfelschnitzchen beigeben, nur
noch heiss werden lassen, anrichten.

Zanderfilets an Käse Sauce

Zutaten:

2 Peperoni rot und gelb
2 Zucchini
2 St. Stangensellerie
2 EL Olivenöl
2 dl Gemüsebouillon
Salz und Pfeffer

600 g Zanderfilets
1 Zitrone, Salz und Pfeffer

100 g Gruyère gerieben
100 g Mascarpone
4 EL Weisswein
1-2 TL Currypulver mild
½ Bund Schnittlauch
1 TL Thymian frisch oder getrocknet

Zubereitung:

Peperoni in feine Streifen schneiden.
Zucchini und Stangensellerie in feine Scheiben schneiden.
Alles im Olivenöl gut andünsten, die Bouillon zugeben und knapp weiterkochen, mit Salz und Pfeffer würzen und in eine feuerfeste Form verteilen.

Die Filets mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen und auf das Gemüse legen.

Den Käse, den Wein, die Gewürze und die Kräuter miteinander vermischen und über die Filets giessen.
Im vorgeheizten Ofen bei 200°C 8-10 Min. überbacken bis der Käse geschmolzen ist.

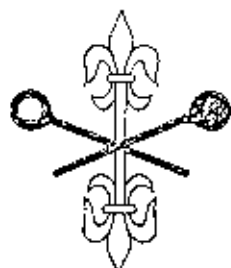
Beilage: **Salzkartoffeln oder Reis** (Tischentscheid)

Vorspeise: **Gemischter Salat** (Zusammensetzung je nach Verfügbarkeit am Einkaufstag)

Dessert: **Birnen mit Schokolade und Schlagrahm**

Birnen schälen, halbieren und weichkochen.
Geriebene dunkle Schokolade über die lauwarmen Birnen streuen.
Schlagrahm dazu geben.

En Guete wünscht Tisch 1 !



Hobby-Köche
Dietikon

Tomatensuppe

Lammvoressen mit Spinat Kartoffeln

Tomatensuppe

500 g Tomaten
1 kl Paprikaschote
1 Zwiebel
100 g milder Schafskäse (Fetabel)
5 dl Gemüsebouillon
1 EL Öl
Salz, Pfeffer, 1 Spritzer Tabasco
1 Prise Zucker
2 EL feingehacktes Basilikum

über Kreuz einritzen mit heissem Wasser überbrühen
weisse Trennwände entfernen, Fruchtfleisch würfeln
in kleine Stücke schneiden
in 1 cm grosse Würfel schneiden

Zubereitung

Das Öl in einem Topf erhitzen und die Tomaten, Zwiebeln und Paprikaschote darin andünsten. Die Bouillon begeben und die Suppe 5 bis 7 Minuten köcheln lassen. Dann mit Salz, Pfeffer, Zucker und Tabasco abschmecken.

Die Suppe auf vier Teller verteilen und jede Portion mit Käsewürfeln und Basilikum bestreuen.

Lammvoressen

700 g Lammragout (Gigot od. Schulter)
150 g Sellerie 400 g Rüebli
1 kl. Zwiebel und Knoblauch
Pfeffer, Salz und Thymian frisch
1 dl Rotwein und ca. 2 dl Bouillon
2 dl Halbrahm,

schälen, würfeln
feingehackt

mit 1 TL Maizena anrühren

Zubereitung

1 EL Bratfett im Bratopf erhitzen und das Fleisch kräftig anbraten. Zwiebeln und Knoblauch begeben würzen und mit Bouillon ablöschen. Zugedeckt 30 Minuten schmoren lassen.

Gemüse zum Fleisch geben, während weiteren 20 Minuten fertig kochen.

Zum Schluss das Maizena mit dem Halbrahm anrühren, begeben, aufkochen und abschmecken.

Spinat Kartoffeln

100 g Spinat
2 Eier
1 kg Kartoffeln fest kochend
1/4 TL Muskat
3/4 TL Salz

in schmalen Streifen
verklopft
geschält, an der Röstiraffel gerieben

Zubereitung

Spinat, Eier und Kartoffeln in einer Schüssel vorsichtig mischen, würzen. Die Kartoffelmasse mit einem Löffel auf einem mit Backpapier belegten Blech 8 gleich grosse ca. 2 cm dicke ovale Plätzchen formen.

Backen: ca. 30 min in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens.

Salat mit Birnen garniert

Lamm Entrecote in Baumnuss (Niedergarmethode)

Kohlgemüse und Peperoni an Mascapone und Nüdeli mit Sauce

Kaki-Crème mit Vanilleglacé

Salat:

1 Blattsalat

rüsten

1 Birne

1 EL Butter in Bratpfanne erhitzen, Birne in ½ cm dicke Schnitze schneiden und in die Pfanne geben - dann beidseitig mit Koriander bestäuben und dämpfen - anschliessend auf Teller anrichten.

Bratenjus mit Balsamico ablöschen, ½ Teelöffel Zucker und noch etwas Koriander begeben, nach Geschmack nachwürzen und mit Salat mischen.

Salat anrichten und mit Cherry-Tomaten garnieren

Fleisch:

3 Lamm Entrecote ca. 600 Gr.

Backofen und Gratinform auf 70 – 80 Grad aufheizen

100 bis 150 Gramm Baunüsse

mit Knoblauch einreiben und Salz + Pfeffer würzen

2 Eier

in Plasticsack mit Walholz mahlen

Fett

aufschlagen

in der Bratpfanne erhitzen

Fleisch in Mehl, Ei und gemahlenen Baumnüssen wenden und in Bratpfanne anbraten (Achtung: Panada darf nicht schwarz werden) Fleisch in vorgeheizte Platte / Backofen niedergaren (30 – 90 Min.)

Gemüse:

Wirz ca. 800 Gramm

waschen – Hauptrippen an den Blättern herausschneiden und in Streifen (8 – 10 mm) schneiden

1 rote Peperoni

entkernen und in schmale Streifen schneiden

1 EL Butter

in Pfanne erhitzen

Wirz und Peperoni

begeben – wenden / salzen und bei mittlerer Hitze al dente dämpfen

250 Gramm Mascapone

beifügen - leicht umrühren bis der Mascapone flüssig ist

Teigwaren mit Sauce:

500 Gramm Chinanudeln

al dente kochen

Sauce:

2 EL Butter

in Pfanne erhitzen

2 gestrichene EL Mehl

beifügen und umrühren bis Mischung leicht braun ist

2 dl. Wasser + 1 EL Bratensauce

mischen und beifügen

mit Cognac und Halbrahm

abschmecken

Würzen

nach Belieben

Dessert:

8 Kaki

schälen und pürieren

Saft ½ Zitrone und etwas Schale

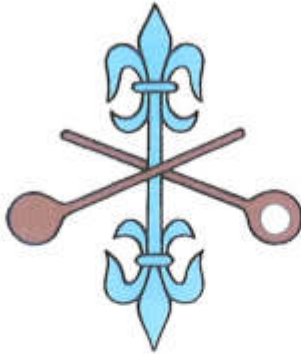
begeben

1 EL Zucker

begeben

1 Stunde in Kühlschrank stellen

anrichten und mit einer Kugel Vanilleglace und einigen Pfefferminz Blättchen garnieren



**Hobby-Köche
Dietikon**

Menü vom 08. 01. 200

Gebratene Champignons mit Nüsslisalat

Schweinshalssteak auf Lauchbett

Kartoffelgratin

Für 4 Personen:

20 g Pinienkerne
200 g grosse Champignons
1/2 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
6 EL Olivenöl
4 TL Aceto di Modena
1 EL Rotweinessig
Salz, Pfeffer
100 g Nüsslisalat

Pinienkerne ohne Fettbeigabe leicht rösten, dann fein hacken. Die Pilze in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
4 EL Öl, 3 TL Aceto di Modena, Essig, Salz und Pfeffer sämig rühren. Mit Pinienkernen, Zwiebel, Knoblauch und Salat vermischen, auf den Tellern anrichten.
Restliches Öl erhitzen und die Champignons darin braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Aceto beträufeln. Zum Nüsslisalat anrichten.

800-1000 g Kartoffeln
(mehlig kochend)
1 Knoblauchzehe
1-2 dl Milch, Butter
1 1/2 dl Halb oder Kafferahm
100 g Reibkäse
Salz, Pfeffer, Muskat

Die Kartoffeln schälen und in 1-2 mm Scheiben hobeln. Eine Gratinform mit Knoblauch ausreiben und mit Butter austreichen. Die Kartoffeln ziegelartig einschichten. Milch mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und soviel Milch aufgiessen, dass die Kartoffeln knapp bedeckt sind. Mit Käse bestreuen und den Rahm darübergiessen, die Form in den auf 180 vorgeheizten Ofen schieben. Während 50-60 Minuten backen.

3-4 Lauchstangen

In Ringe schneiden. Mit wenig Öl andünsten Salz und Pfeffer würzen ganz wenig Bouillon begeben und leicht köcheln lassen. Der Lauch sollte noch Biss haben.

4 Stk. Schweinshalssteak
(Variante Lammkotellet)

Mit Salz und Pfeffer würzen und beidseitig je 4- 5 Minuten braten. Auf dem Lauchbett anrichten.

Hobby-Köche Dietikon
En Guete wünscht Tisch 4
Hansruedi

HOBBY KÖCHE DIETKONF

Menu vom 22.01.2003

90

Zwiebelsuppe Rotzungenfilet im Kartoffelmantel mit Meerrettichschaum Kefen Crêpe Suzette

Zwiebelsuppe

4 Stück Grosse Zwiebeln längs schneiden In der Pfanne mit wenig Öl goldbraun braten
1 Liter Wasser aufkochen
2 Stk. Bouillon dazugeben

8 Stk. Pariserbrot

Goldbraune Zwiebeln beifügen mit Salz Pfeffer und Muskat würzen.

Mit geriebenen Sprinz bestreuen und 3 Min. (200 Grad) im Ofen tosten.

Anschliessend Brot auf Teller legen und mit Suppe übergiessen.

Rotzungenfilet

Rotzungenfilet

Mit Salz, Pfeffer, Zitrone würzen

Mit wenig Öl in der Pfanne anbraten

Alufolie mit Butter einreiben und Rotzungenfilet darauf legen.

4 Kartoffeln

Schälen und dünn schneiden anschliessend schuppenförmig auf den Fisch verteilen.

1 kleiner Esslöffel Butter (flüssig)

darüber giessen.

10-14 Min. im vorgeheiztem Ofen bei 200 Grad braten.

Kefen

im kochendem Wasser 3 Min. sieden, mit kaltem Wasser abschrecken

1 Esslöffel Butter

In Bratpfanne erwärmen

1 Knoblauchzehe

gehackt begeben

½ Zwiebel

gehackt begeben

Salz, Pfeffer nach Bedarf.

Kefen begeben 2-3 Min. anziehen und sofort servieren.

Meerrettichschaum

50 gr. Meerrettichschaum
100 gr. Crème Fraîche

Zusammen Aufwärmen, Schnittlauch begeben nach Bedarf würzen.

Crêpe Suzette

1,5 dl. Milch
75 gr. Mehl
2 Stk. Eier
1 Stk. Orangenschale
Salz
75 gr. Butter
1 Kaffeelöffel Öl
10 gr. Vanillezucker

gerieben

1 Brise

Sauce

50 gr. Butter
100 gr. Kristallzucker
1 dl. Orangensaft
1 dl. Orangensaft

In Bratpfanne

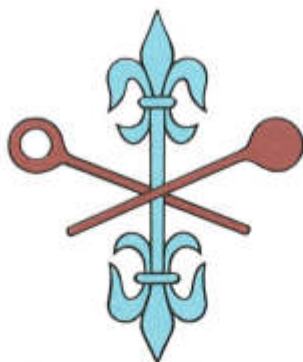
Caramelbraun braten

aufkochen

begeben

Orangenschnitze filetieren, Crêpe zu einem Hut falten und in der Sauce ca. 1 ½ - 2 Min. aufwärmen.

En guete wünscht Tisch 1



91

- Rüeblisuppe mit Ingwer
- Kalbsvögeli mit Wildreis

Hobby-Köche Dietikon

Rüeblisuppe mit Ingwer

500 g Rüebli	schälen und in Scheiben schneiden
1 mittlere Zwiebel	hacken
50 g frische Ingwerwurzel	schälen und fein reiben oder hacken
40 g Butter	schmelzen, Zwiebel glasig dünsten dann Ingwer und Rüebli beifügen und kurz mitdünsten
8 dl Hühnerbouillon	mit der Bouillon ablöschen
2 EL Zitronensaft 1 dl Orangensaft 1 Lorbeerblatt ½ TL Zucker	Zitronen- und Orangensaft, Lorbeerblatt sowie Zucker beifügen die Rüebli zugedeckt auf kleinem Feuer weich kochen
Salz, Pfeffer aus der Mühle	die Suppe im Mixer oder mit Stabmixer fein pürieren nochmals aufkochen, wenn nötig mit etwas Wasser verdünnen und mit Salz und Pfeffer würzen
1 Bund Schnittlauch oder einige Blätter Basilikum	anrichten und mit Schnittlauch oder Basilikum garnieren

Kalbsvögeli

Vögel:

8 dünne Kalbsplätzchen zum Aufrollen (je ca. 50-60 g)	vom Metzger evtl. flachklopfen lassen
2 TL Senf	ausgelegte Plätzchen auf einer Seite dünn bestreichen

Füllung:

3 Zucchini (je ca. 200 g)	eine davon in dünne Stängeli, so lang wie die Plätzchen breit sind, schneiden
2 Scheiben Vollkorn-Toastbrot 1 Päckli Kräuter-Cantadou (125 g), davon 1 Teelöffel	Brot mit dem Cantadou bestreichen, dann längs je in 4 Stängeli schneiden, mit den Zucchini-Stängeli nebeneinander quer auf die Plätzchen legen, aufrollen
Zahnstocher	Vögel damit fixieren, beiseite stellen

Gemüse:

restliche Zucchini	an der Röstiraffel direkt in Pfanne reiben
4 – 5 EL Wasser	beigeben, Gemüse 6 – 8 Min. dämpfen
1 Prise Salz, Pfeffer aus der Mühle	würzen
restlicher Cantadou	beigeben, schmelzen

Vögel anbraten:

1 TL Öl oder Bratbutter	heiss werden lassen
½ TL Salz, Pfeffer aus der Mühle	Vögel aussen würzen, dann ringsum gut anbraten, Hitze reduzieren, Vögel 5 – 10 Min. zugedeckt heiss werden lassen

Dazu servieren wir **Wildreis** und einen **gemischten Salat**.

Hirsch-Geschnetzeltes an Brombeersauce

Zutaten: 600 gr. Geschn. Hirschfleisch
Bratbutter
1/2 Tl. Salz, Pfeffer aus der Mühle

Brombeersauce: 1 gehackte Schalotte
100 gr. Brombeeren
1 Messerspitze Nelkenpulver
1 Messerspitze Muskat
2 dl. Rotwein
3 dl. Wildfond
2 EL Maizena express braun
2 EL Brombeer-Gelee
1 dl. Saucen-Halbrahm
wenig Cayennepfeffer

Rezept: Mit Haushaltpapier Fleisch trockentupfen. Portionenweise im Bratbutter ca. 2 Min. braten, auf die vorgewärmte Platte geben, würzen, Salz, Pfeffermühle. Das Fleisch kann bei 60 Grad bis ca. 30 Min. warm gehalten werden.

Sauce: Schalotten und Gewürz in derselben Pfanne andämpfen. Mit Rotwein und Fond ablöschen und auf ca. 3dl. einkochen, Maizena unter Rühren zugeben ca. 1 Min. kochen Brombeer - Gelee und Halbrahm beifügen abschmecken. Fleisch und Brombeeren in die Sauce geben nur noch heiss werden lassen, nicht mehr kochen.

Dazu servieren wir selbstgemachte Spätzle à la Meili

Hobby-Köche Dietikon

Menü vom 19.11.2003

TOSKANISCHES POULET SAFRANRISOTTO MIT TOMATENWÜRFELCHEN MOUSSE AU CHOCOLAT

Toskanisches Poulet (4 Personen)

Zutaten:

- | | |
|--------|--|
| 4 | Pouletschenkel oder 1,3 kg Poulet zerteilt |
| 1 | Frühlingszwiebel oder Schalotte |
| 2 | Knoblauchzehen |
| 2 | Rüebli |
| 1/4 | Stangensellerie |
| 2 | kleine Tomaten |
| 2,5 dl | Rotwein |
| 5 dl | Hühnerbouillon |
| 3 El | Oliveöl |
| | Salbeiblätter und Rosmarinzweige |
| | Salz, Pfeffer |

Vorbereitung:

- Pouletschenkel oder Stücke mit Salz und Pfeffer würzen.
- Frühlingszwiebel oder Schalotte und Knoblauch fein hacken.
- Rüebli in Würfel von 4 x 4 mm schneiden.
- Stangensellerie teilen, längs 1 – 2 einschneiden und ca. 2 - 3 mm dicke Scheibchen schneiden.
- Tomaten entkernen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
- heisse Hühnerbouillon bereitstellen.
- Salbeiblätter und Rosmarinnadeln ganz fein hacken.
- Backofen auf 70° vorheizen. Teller vorwärmen.

Zubereitung:

- In der Bratpfanne die Pouletstücke in Olivenöl hellgelb anbraten, aus der Pfanne nehmen, beiseite stellen.
- nun Zwiebel, Knoblauch, Karotten und Sellerie ca. 2 – 3 Min. dünsten, mit Rotwein ablöschen, aufkochen lassen, die Pouletstücke in die Pfanne geben und etwas Bouillon zugeben, und ca. 20 Min. offen auf kleiner Stufe köcheln lassen, Von Zeit zu Zeit etwas Bouillon nachgiessen und Pouletstücke wenden.
- Nach 20 Min. Pouletstücke aus der Pfanne nehmen, warmstellen.
- Sauce nochmals etwas einkochen lassen und Tomatenstücke begeben und heiss werden lassen.

Anrichten:

- Die Pouletstücke auf vorgewärmte Teller anrichten.
- Mit der Sauce nappieren und die Salbei/Rosmarinmischung darauf streuen.
- Mit dem Safranrisotto servieren.

Hobby - Köche Dietikon

Menu vom 03.12.03

Vorspeise: Gemischter Salat mit warmen Zwetschgen in Entenfilet eingerollt

Zutaten:

3 bis 4 verschiedene Salate
12 entsteinte Zwetschgen
24 Entenfilets (sind sehr klein)

Zubereitung:

Je nach Salat entspr. zuschneiden.
Je eine Zwetschge in 1-2 Filets einrollen und mit einem Zahnstocher fixieren. Kurz vor dem Servieren 5 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 100° erwärmen.

Hauptspeise: Pangasius-Fisch-Filets mit Gemüse und Nüdeli

Zutaten:

Marinade: je 1 EL Soja- und Chilisauce
1 EL Erdnussöl, abgeriebene Schale von
½ Zitrone, 1 EL Fischesauce (Thai Kitchen)

500 g Pangasius- oder Dorschfilets,
1-2 EL Weissmehl

300 g chinesische Nüdeli

800 g versch. Gemüse (z.B. Frühlingszwiebeln,
Stangensellerie, Zucchini, Kefen, Peperoni etc.)

Zubereitung:

Alle Zutaten verrühren.

Filets in 3-4 cm grosse Würfel schneiden,
mit der Marinade begiessen und zugedeckt
eine Stunde marinieren lassen.
Fischwürfel aus der Marinade nehmen (Marinade
aufbewahren) gut abtropfen lassen, Fischwürfel
im Mehl wenden, 2-3 Minuten anbraten, warmstellen.

Nüdeli al dente kochen.

Gemüse in feine Streifen schneiden. In der Fischpfanne
unter rühren einige Minuten knackig dämpfen.
Nüdeli und die restliche Marinade sowie die Fischwürfel
dazugeben.

Variante: Wer das Mischmasch nicht mag, kann
das Gemüse, die Nüdeli und das Filet separat auf den
Teller anrichten (Tischentscheid).

Dessert: Käse mit Birnen und Baumnüssen

En Guete wünscht Tisch 1

Hobby Köche Dietikon

Menu vom 7. Januar 2004

Vorspeise: Mini-Feuilletés mit Forellen-Mousse und Nüsslisalat

Hauptgang: Kaninchenfilets mit grüner Pfeffersauce und Polenta

Mini-Feuilletés

1 rechteckig ausgewalfter Blätterteig (ca. 225g, 42 x 25 cm) ergibt ca. 40 Stück
Teigblatt auf Backtrennpapier legen. Mit dem Messer oder dem Pizzaschneider mit Hilfe der Teighölzli oder des Massstabes Rechtecke von 6 x 4 cm schneiden. Papier auf die Rückseite eines Backbleches ziehen. Teigplätzchen nicht auseinanderschieben. Sie ziehen sich beim Backen leicht zusammen.

1 Eigelb, verdünnt die Teigoberfläche – nicht aber die Kanten – sparsam damit bestreichen

Backen: ca. 10 Minuten auf der zweituntersten Rille des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Türe in dieser Zeit nicht öffnen. Erst nachher Ofen ausschalten und Türe spaltbreit öffnen. Gebäck ca. 10 Minuten trocknen lassen. Ausgekühlte Feuilletés mit Messer durchschneiden, damit je ein Deckel und ein Boden entsteht.

Forellen-Mousse

1 geräuchte Forelle – mit der Gabel zerdrücken
Saft einer halben Zitrone
2 EL Rahmquark
1 kl. Zwiebel – fein gehackt
Peterli – fein gehackt
evtl. etwas Mayonnaise
Pfeffer / Kräutersalz

Alles gut vermischen und die Feuilletés bestreichen.

Kaninchenfilets mit grüner Pfeffersauce

Zutaten für 4 Personen

8 Kaninchenfilets
Saft einer halben Zitrone
8 Salbeiblätter
Öl zum Braten
2 EL Cognac
Pfeffer
Salz

Sauce

1 kleine Zwiebel
wenig Butter
1 dl Weisswein
1 dl Bouillon
1 Knoblauchzehe
1 ½ EL grüner Pfeffer
ca. 2 dl „Thomy“ Rahmsauce
Salz, frische Salbeiblätter zum Garnieren

Zubereitung:

Die Kaninchenfilets leicht pfeffern, mit Zitronensaft beträufeln, mit Salbeiblätter belegen, etwas ziehen lassen.

Inzwischen die Sauce zubereiten: Zwiebel fein schneiden, in wenig Butter anziehen lassen. Mit Weisswein und Bouillon ablöschen, Knoblauchzehe durchpressen und begeben. salzen. 1 ½ EL grüne Pfefferkörner mit der Gabel leicht zerdrücken und zur Sauce geben. Ca. ¼ Stunde köcheln, dabei die Flüssigkeit auf die Hälfte reduzieren. Die Saucepfanne vom Feuer nehmen, Rahmsauce dazurühren und nur noch heiss werden lassen. Evtl. ein wenig salzen.

Nun die Kaninchenfilets bei mittlerer Hitze ca. 6 Minuten beidseitig braten. Erst am Schluss pfeffern und salzen. Mit Cognac beträufeln, flambieren und warmstellen. Den Bratfond mit wenig Wasser ablöschen, aufkochen und zur Sauce geben. Filets und Pfeffersauce auf vorgewärmte Platte anrichten, mit frischen Salbeiblättern garnieren.

Dazu servieren wir ein feine **Polenta** (siehe hinten)

„En Guete“ wünscht Tisch 2 / Gebi

Geschnetzeltes Rindfleisch mit Balsamico-Trauben

Zutaten

600 bis 700 g geschnetzeltes
Rindfleisch
Bratbutter zum Anbraten
wenig Mehl zum Bestäuben

½ Teelöffel Salz
wenig Pfeffer aus der Mühle
1 Zwiebel fein gehackt
1 Knoblauchzehe gepresst
40 g getrocknete Steinpilze, eingeweicht,
abgetropft, grob gehackt
1 Teelöffel Thymianblättchen fein gehackt
2 dl Rotwein
1 dl Fleischbouillon

3 Esslöffel Rahm

1 ½ Esslöffel Butter
300 g blaue Trauben, halbiert, entkernt
1 Esslöffel Aceto balsamico
1 Teelöffel Rohrzucker
wenig Pfeffer aus der Mühle

Servieren:

Dazu passen:

Zubereitung

Bratbutter in der Pfanne heiss werden lassen
Fleisch portionenweise begeben
mit Mehl bestäuben
ca. 2 Min. anbraten
herausnehmen, würzen

Hitze reduzieren
restliches Bratfett mit Haushaltspapier auftupfen
ev. wenig Bratbutter begeben
Zwiebel und Knoblauch andämpfen
Pilze mit Thymian ca. 3 Min. mitdämpfen
Wein und Bouillon dazugießen
aufkochen

Hitze reduzieren – Fleisch wieder begeben
zugedeckt ca. 45 Min. schmoren
Rahm zugeben - heiss werden lassen, würzen

Butter in der Bratpfanne warm werden lassen
Trauben begeben und ca. 3 Min. dämpfen
Aceto balsamico darüber träuffeln
Zucker darüber streuen
mischen – Pfanne von der Platte nehmen, würzen

Fleisch auf vorgewärmten Tellern anrichten,
Trauben darauf verteilen.

Nudeln, Reis, Spätzli



Schweinsfilet mit Morcheln (Rezept für 4 Personen)

1 Schweinsfilet in ca. 2 cm breite Medaillons schneiden, leicht flachdrücken

Marinade

1 EL Zitronensaft
1 EL Cognac oder Sherry mischen, Medaillons beidseitig einreiben, zugedeckt
ca. ½ Stunde stehen lassen, bis die Marinade aufgesogen ist,
Medaillons mit Haushaltspapier trocken tupfen

Fleisch braten

1 TL Öl oder Bratbutter
1 TL Curry beides in der Bratpfanne warm werden lassen,
Medaillons portionenweise beidseitig kurz darin anbraten,
Herausnehmen
wenig Salz und Pfeffer Fleisch würzen, zugedeckt beiseite stellen

Sauce

ca. 400 g Frühlingszwiebeln
(1-2 Bund) in 1 cm breite Stiefen schneiden, in derselben
Pfanne andämpfen

25 g getr. Morcheln,
eingeweicht grasse Pilze halbieren, gut spülen, abtropfen

1-2 TL Curry mit den Pilzen beigeben, mitdämpfen

2 dl Fleischbouillon beigeben, Pilze und Zwiebeln auf kleinem Feuer 3-4 Minuten
weich köcheln

1 Becher Saucenrahm dazugiessen, weitere 2-3 Minuten köcheln (evant. nicht den
ganzen Becher verwenden, nach Gefühl (!) dosieren.)

wenig Salz und Pfeffer die leicht gebundene Sauce würzen, dann die Medaillons in die
Sauce geben, nicht mehr kochen, nur noch heiss werden lassen

dazu passen im Dampf gegarte Kartoffeln, beliebiger Reis, Nudeln

En Guele wünscht Tisch 4.

HOBBY KÖCHE DIETIKON

Menu vom 25.02.2004

98

Avocado-Salat

2 Avocado
1 Mozzarella
12 Stk. getr. Tomaten in Öl eingelegt

1 Stk. Zitrone
Salz und Pfeffer
Basilikum frisch
2 Teelöffel Olivenöl
2 Teelöffel Balsamico

Pouletbrüstchen 4 Stk. à ca. 150 g

Füllung

80 g in Öl eingelegte Tomaten,
abgetropft, gehackt
10 schwarze Oliven entsteint, Oliven hacken
2 Knoblauchzehen gepresst
5 Tropfen Tabasco
¼ Teelöffel Salz
Pfeffer aus der Mühle.
Bratbutter zum anbraten

Garen

Sauce

1 Zwiebel fein gehackt
100 g Rucola grob gehackt
1 Essl. Butter
2 dl kräftige Gemüsebouillon dazugeben
8 dl Saucenrahm
Salz, Pfeffer nach Bedarf Rucola für die Garnitur

Nudeln mit Pilz

je 1 Esslöffel Olivenöl und Bratbutter
ca. 100 g gemischte Pilze

4 Zwiebeln fein gehackt
2 Knoblauchzehen gepresst
2 Bund glattblättrige Petersilie, gehackt
1 Zitrone nur Schale abreiben, begeben
1 Teelöffel Salz
Pfeffer aus der Mühle
Cayennepfeffer 1 Messerspitze
400 g Grüne Nudeln

Petersilienblättchen

Avocado-Salat

Gefüllte Pouletbrüstchen

mit Rucolasauce

Grüne Nudeln mit frischen Pilzen

Schälen und Schnitze schneiden
In gleich grosse Schnitze schneiden
Tomaten halbieren
Alles auf einen flachen Teller schön anrichten
alles leicht beträufeln
nach Bedarf
fein gehackt darüber verteilen
darüber verteilen
darüber verteilen

Ofen auf 80 Grad vorheizen,
Platte und Teller vorwärmen

Füllung: Alle Zutaten bis und mit Tabasco mischen
Pouletbrüstli von der Seite her so einschneiden,
dass eine Tasche entsteht.
Füllen, mit Zahnstocher schliessen, würzen.

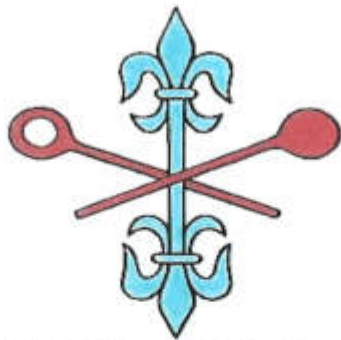
in der heissen Bratbutter kräftig beidseitig je
ca. 2 Min. anbraten, auf die vorgewärmte Platte legen.
Bratfett mit Haushaltspapier auf tupfen,
ca. 20 Min. im auf 80 Grad vorgeheizten Ofen,
nicht zudecken.

Zwiebeln und Rucola in der gleichen Pfanne
in der warmen Butter andämpfen, bis das Kraut
zusammengefallen ist. Bouillon und Rahm
begeben, 2-3 Min. köcheln.
Pürieren, würzen.

in einer Bratpfanne heiss werden lassen
z.B. Champignons, Austernpilze
grössere Pilze in Scheiben schneiden, begeben,
unter Rühren 3-4 Min. braten, Hitze reduzieren

alles begeben, ca. 10 Min. köcheln
In siedend Salzwasser Nudeln begeben, al dente
kochen, abgiessen, mit den Pilzen mischen
darüber verteilen, servieren

"en guetä" wünscht Tisch 1



Hobby-Köche Dietikon



Pilze

- 1 Esslöffel **Butter oder Margarine**
 1 **Schalotte**, fein gehackt
 1 **Knoblauchzehe**, gepresst
 40g **getrocknete Steinpilze**
 eingeweicht, abgetropft

in einer Pfanne warm werden lassen
 beides begeben, andämpfen
 gut ausdrücken, begeben, mitdämpfen

Sauce

- 1 dl **Weisswein**
 4 dl **Pilz- oder Kalbfond**
 oder Gemüsebouillon
 1 ½ dl **Rahm**, flaumig geschlagen
 ½ Teelöffel **Zitronenthymianblättchen**,
 fein gehackt

dazugießen, vollständig einkochen
 begeben, Flüssigkeit auf ca. 3 ½ dl
 einköcheln, alles fein pürieren, aufkochen

- nach Bedarf **Salz und Pfeffer**

beides begeben, daruntermischen, Sauce
 nur noch heiss werden lassen
 würzen

- 1-2 grosse **frische Steinpilze**,
 in Scheiben, gebraten
Zitronenthymian

zum Garnieren

Geschnetzeltes Kalbfleisch

- 600 g **Kalbfleisch**, z. B. Nuss, vom Metzger in ca. 1 cm breite Streifen geschnitten
 Bratbutter zum Braten, ½ Teelöffel Salz wenig Pfeffer aus der Mühle

Vorbereitung: Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

Braten: Fleisch mit Haushaltspapier trockentupfen, portionenweise in der heissen Bratbutter ca. 2 Min. braten auf die vorgewärmte Platte geben, würzen.
 Das Fleisch kann anschliessend bei 60 Grad bis zu ca. 30 Min. warm gehalten werden.

Servieren: Fleisch mit der Sauce mischen, auf den vorgewärmten Teller anrichten, mit Pilzscheiben und Thymian garnieren.

HOBBY – KOECHE DIETIKON

Salat

Gem. sep. Rezept

SEEZUNGEN gebraten, mit CAPUNS

4 ganze Seezungen, enthäutet
Salz, Pfeffer
wenig Mehl
wenig Olivenöl und Butter
etwas Zitronensaft

Zubereitung:

Seezungen, würzen mit Salz und Pfeffer, mit Mehl bestäuben und in Olivenöl beidseitig braten. Am Schluss etwas Butter zugeben und mit ein wenig Zitronensaft beträufeln. (im vorgeheizten Ofen warmstellen).

CAPUNS

300 g Mehl
500 g Magerquark
3 Eier
je 30 g Salsiz, Rohschinken, Bündnerfleisch alles in Würfelchen geschnitten
20 g Speckwürfel angebraten
1 kleine Zwiebel gehackt
1 Knoblauchzehe zerdrückt
je 1 Teelöffel gehackte Petersilie, Liebstöckel, Schnittlauch

16 schöne Blattstielblätter, blanchiert, unterer Teil abgeschnitten
3-4 dl Gemüsefond

1 dl Sauerrahm
2 dl Schlagrahm
1-2 dl Gemüsefond
Salz, Pfeffer, Muskat (sämige Sauce machen)

Alle Zutaten für die Capuns zu einem Teig vermischen.

Die blanchierten und abgetropften Blätter damit belegen und wie ein Päckli einrollen.

Die Capuns im gut gewürzten Gemüsfond – 1/3 gedeckt – ziehen lassen.(10 Minuten) .

Herausnehmen, warmstellen und den Fond mit Rahm und Sauerrahm zu einer sämigen Sauce verarbeiten.

Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat, nach Wunsch.

En guete wünscht Tisch 3

24. März 2004

Orangensalat mit Zwiebeln

Zutaten

5 – 6 Blondorangen

1 Zwiebel mittel gross

3 – 4 Blätter Chircoée oder etwas
geschnittener Blatt- oder Mischsalat

Rezept

mit Schale vierteln
in Scheiben schneiden
Schale inkl. Haut von Fruchtfleisch trennen
oder
mit Messer Schale inklusive Haut abschneiden –
vierteln und in Scheiben schneiden

fein hacken

beides mischen

auf Teller anrichten - Unterlage

Orangen mit Zwiebeln in der Mitte anrichten

angerichteter Blatt- / Orangen- und Zwiebelsalat
mit Sauce übergossen

mit etwas gehacktem Schnittlauch überstreuen

Salatsauce – Rezept für ca. 1 ½ Liter Salatsauce

2,5 dl Balsamico (DEL LUCA)

4,5 dl Wasser

65 gr Zucker

10 gr Knoblauch Pulver

60 gr Senf

alles mixen (niedrigste Stufe)

3 dl Olivenöl (Sasso extra vergine)

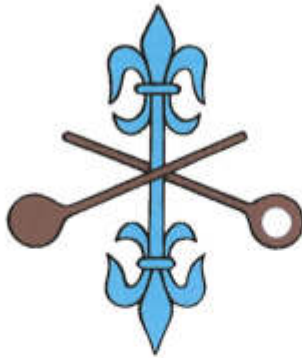
2 dl Sonnenblumenöl

langsam einmischen

35 – 40 gr Salz

10 gr Pfeffer weiss gemahlen

zum Schluss zufügen



Hobby-Köche Dietikon

1 Bund grüner Spargel
5-6 EL Butter
Salz
60-100g Parmesan gerieben
schwarzer Pfeffer körnig

2 Lammracks à 200 -300 g
5-6 EL Olivenöl
Salz Pfeffer aus der Mühle
Senf grobkörnig

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
4 dl Bratensauce

500g Kartoffeln festkochend
Olivenöl
Rosmarin fein geschnitten

350 g Kefen
1 Knoblauchzehe
1 kleine Zwiebel

1 Schale Erdbeeren
Vanille-Zimtglace

Menü vom 07.04.2004

101

Grüner Spargel mit Parmesan überbacken

Lammracks mit Senfkruste Rosmarinkartoffeln Kefen

Erdbeeren mit Vanille- Zimtglace

Spargel im untern Drittel dünn schälen.
Hölzige Enden wegschneiden. Ofengrill
vorheizen. Butter schmelzen. Spargel in
Salzwasser bissfest kochen. In feuerfeste
Form schichten, mit flüssiger Butter
beträufeln, Parmesan gleichmässig darüber
streuen. Direkt unter dem Ofengrill ca.
4-6 Minuten goldbraun überbacken.
Mit Pfeffer bestreuen und sofort servieren.

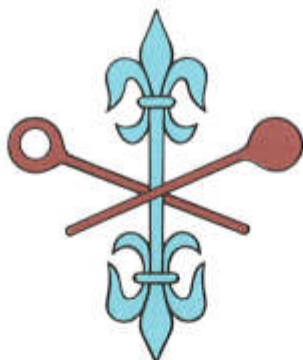
Racks rundum ca. 4-6 Min. in 2 EL heissem Öl
anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Senf
einstreichen. Im Ofen 15-20 Min. bei 170 Grad
überbacken. Anschliessend in Alufolie einpacken
und ca. 3-4 Min. ruhen lassen.

Zwiebel u. Knoblauch hacken, im Bratensatz
goldbraun dünsten. Mit Wein ablöschen, Braten-
sauce begeben und auf die Hälfte reduzieren.

Kartoffeln in gleichmässige Stücke schneiden.
In Bratpfanne mit Öl bei mittlerer Hitze gold-
braun braten. Zeitweise wenden. Vor dem
servieren Rosmarin dazugeben, kurz mitbraten.
Mit Salz und Pfeffer würzen.

Knoblauch u. Zwiebel fein hacken und in Pfanne
mit Olivenöl glasig anschwitzen. Kefen bissfest
schmoren.

Erdbeeren vierteln. Ev. Mit Zucker bestreuen und
ziehen lassen. Erdbeeren mit Glace auf Dessert
Teller anrichten. Für ganz mutige: Erdbeeren mit
einer Spur schwarzen Pfeffer aus der Mühle
aromatisieren.



Hobby-Köche Dietikon

- Peperonisalats mit Lauch und Feta
- Rindshuftstreifen an Schabziger-Pfeffer-Sauce
- Spätzli, Bohnen, Rüebl

• Peperonisalats mit Lauch und Feta

2-3 Peperoni	- Den Backofengriff auf 230 Grad vorheizen. Die Peperoni vierteln, entkernen, flach drücken und auf ein Backblech legen. Auf der 2.obersten Rille einschieben und 5-8 Min rösten, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Herausnehmen, mit einem feuchten Tuch decken und 5 Min abkühlen lassen. Dann die Haut mit Hilfe eines spitzen Küchenmessers abziehen. Die Peperoniviertel auf Teller anrichten.
1 Stange Lauch	- Den Lauch rüsten und in feine Ringe schneiden. Etwa ½ Ltr Salzwasser aufkochen und den Lauch darin nur gerade 45 Sek blanchieren. Abschütten und gründlich kalt abschrecken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Ueber Peperoni verteilen.
50 g schwarze Oliven 100 g Feta 2 EL Rotweinessig Senf Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle 4 EL Olivenöl	- Die Oliven in Streifen vom Stein schneiden. Den Feta zerbröckeln. Beides über die Peperoni geben. Essig, Senf, Salz und Pfeffer gut mischen, dann mit dem Olivenöl zu einer Sauce rühren. Ueber den Peperonisalats träufeln.

• Rindshuftstreifen an Schabziger-Pfeffer-Sauce

500 g gut gelagerte Rindshuft in 1-cm-Streifen geschnitten 1 kleine Zwiebel 2 Knoblauchzehen Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle etwas edelsüßer Paprika 2 EL Bratbutter ½ dl Noilly Prat (trockener südfranz. Wermut) 2 dl Weisswein 75 g Schabziger 1 gehäufter EL eingelegter grüner Pfeffer 2 dl Rahm 1 Bund Schnittlauch	- Den Backofen auf 70 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen. - Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. - Die Rindshuftstreifen mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. In 2 – 3 Portionen in der heissen Bratbutter auf der ersten Seite ohne zu wenden 1 Min, dann auf der zweiten Seite nur noch 30 Sek braten; das Fleisch soll innen noch praktisch roh sein. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 70 Grad heissen Ofen 20 – 30 Min nachgaren lassen. - Im Bratensatz Zwiebel und Knoblauch andünsten. Mit Noilly Prat und Weisswein ablöschen und gut zur Hälfte einkochen lassen. In ein eher hohes Gefäss umgiessen und die Sauce mit dem Stabmixer fein pürieren. In eine kleine Pfanne geben. - Den Schabziger zur Sauce reiben. Die Pfefferkörner kurz abspülen und grob zerdrücken oder hacken. Mit dem Rahm ebenfalls beifügen und die Sauce noch so lange einkochen lassen, bis sie cremig bindet. Mit Salz und wenn nötig Pfeffer abschmecken. - Die Sauce über die Rindshuftstreifen geben, den Schnittlauch mit einer Schere in Röllchen darüber schneiden und sofort servieren.
--	---

Hobby-Köche Dietikon

Menu vom 3. Nov 2004

Eisbergsalat

Teelöffel Salatkräuter (italienisch)
 Messerspitze Pfeffer
 Senf (3 Esslöffel)
 Kressi-Essig (3 Esslöffel)
 Rahm (3 Esslöffel)
 Öl (3 Esslöffel)
 Gorgonzola (mit der Gabel zerkleinert) (50 Gramm)
 (alles mit dem Schwingbesen gut verrühren)

garnieren mit:

4 hartgekochten Eiern, Croutons und ca. 100 gr.gebratene Speckwürfeli

Kalbsmedaillons an Pilzsauce

Sauce:

Champignons ca. 250 gr.
 Zitronensaft (halbe Zitrone)

Butter (1 Esslöffel)

Weisswein (1 Dl) und Gemüse-
 Boillon (1/2 Dl)

Rahm

Mit Salz und Pfeffer (weiss)

Einige kleine Pilze für die Garnitur zur Seite .
 legen, den Rest in Scheiben schneiden, sofort
 mit dem Zitronensaft vermischen.
 warm werden lassen, die Pilze kurz darin an-
 dämpfen

beifügen, etwas einkochen lassen

beifügen

würzen, Sauce aufkochen, alles im Mixer
 pürieren, wieder in die Pfanne geben, auf der
 ausgeschalteten Platte zugedeckt warmhalten

Fleisch

Kalbsmedaillon

mit Haushaltspapier trocknen.

Mit Butter heiss werden lassen, das Fleisch beidseitig je 2 Min. anbraten mit Salz und Pfeffer würzen

Pilze für Garnitur

eventl. halbieren und neben dem Fleisch ganz kurz heiss werden lassen.

Servieren: Die Sauce auf vorgewärmte Teller verteilen, die Medaillons darauflegen, mit den Pilzen garnieren.

Safran-Risotto

Zwiebel, 250 g Reis, Butter, Weisswein (3 dl) Bouillon (4 dl) und Safran.

Für den Risotto die Zwiebel schälen, hacken, in Butter kurz andämpfen, Reis hinzufügen, mitdünsten, bis er glasig ist, dann mit der Hälfte der Flüssigkeit ablöschen, Safran zufügen.

Risotto unter ständigem Rühren ca. 15 Minuten kochen, dabei nach und nach die restliche Flüssigkeit zugliessen. Nach belieben Käse servieren.

Rösliköhl

Zwiebel ebenf. schälen, hacken und in Oel anbraten, die gewaschenen und geputzten Rösli dazugeben und nach belieben würzen.

Hobby-Köche Dietikon

Menü vom 17.11.2004

SALBEI-CREME SUPPE POULET AU CHAMPAGNE KARTOFFELSTOCK LAUCH GRATINIERT

Salbei-Cremesuppe

Zutaten:

- | | |
|-------|---|
| 1 | mittlere Zwiebel |
| 150 g | mehlig kochende Kartoffeln, in Würfel |
| 10 | mittelgrosse Salbeiblätter in Streifen geschnitten,
mit 3 Esslöffel Öl fein pürieren |
| 50 g | Rohschinken, in feine Streifen geschnitten |
| 8 | kleine Salbeiblätter |
- Olivenöl oder Sonnenblumenöl, Salz, Pfeffer, Gemüsebouillon

Zubereitung:

- Zwiebeln mit etwas Öl anziehen, die Kartoffel beugeben und ca. 5 min. mildämpfen, mit 7 - 8 dl Wasser ablöschen
- Gemüsebouillon zugeben und kochen lassen bis die Kartoffeln weich sind
- Kartoffeln in der Flüssigkeit pürieren
- 2/3 der pürierten Salbeipaste mit dem Schwungbesen unter die Suppe rühren, aufkochen lassen und fein abschmecken
- Rohschinken in einer beschichteten Pfanne ohne Öl knusprig braten auf Haushaltspapier abtropfen lassen. Pfanne ausreiben und wenig Öl heiss werden lassen, die Salbeiblätter knusprig braten
- Die Suppe in heisse Teller oder Tassen anrichten, mit der Salbeipaste und den Blättern garnieren.

Poulet au Champagne (4 Personen)

Zutaten:

- | | |
|--------|-------------------------|
| 4 | Pouletschenkel |
| 1 | Zwiebel oder Schalotten |
| 2 | Knoblauchzehen |
| 400 g | Champignon |
| 2,5 dl | Champagner oder Sekt |
| 1 dl | Cognac oder Brandy |
| 2-3 dl | Bouillon |
| 3 dl | Saucenrahm |
- Salz, Pfeffer, Bratbutter, Maizena

Fischragout im Reisring

Leicht und bekömmlich ist dieses Fischragout. Ein Genuss für alle Fischfreunde - und für jene, die das „Grätenpicken“ nicht mögen.

Zutaten:

7 dl Wasser
1 TL Salz
250 g Langkornreis

4 dl Gemüsebouillion
½ Zitrone, nur Saft
einige Petersilienstiele
einige Pfefferkörner, zerdrückt
400 g tiefgekühlte Seehecht -
Rückenfilets, angetaut, in ca. 2 cm
grossen Würfeln

1 EL Butter
1 Zwiebel, fein gehackt
2 Rübli, in feinen Streifen
1 Lauchstengel, in feinen Streifen
200 g Austernpilze, in feinen Streifen
1 EL Mehl
1 dl Rahm
2 EL Dill, fein geschnitten
½ Bund Petersilie, fein gehackt
Salz und Pfeffer nach Bedarf

Zubereitung:

Wasser salzen, Reis in kochendes
Wasser geben, aufkochen. Hitze
reduzieren, bei kleiner Hitze ca. 15 Min.
köcheln. Reis mit einer Gabel lockern, in
die vorbereitete Form geben, fest andrücken,
zugedeckt warmstellen.

Bouillion mit den Zutaten in einer weiten
Pfanne aufkochen. Hitze reduzieren, offen
ca. 5 Min. köcheln. Fisch im Sud bei kleiner
Hitze ca. 5 Min. ziehen lassen. Heraus-
nehmen, zugedeckt beiseite stellen. Sud
absieben, beiseite stellen.

Butter in derselben Pfanne warm werden
lassen. Zwiebel und Rübli andämpfen.
Lauch und Austernpilze ca. 5 Min. mitdämpfen,
mit Mehl bestäuben, kurz weiterdämpfen.
Beiseite gestellten Sud und Rahm begeben,
aufkochen, Hitze reduzieren. Unter gelegent-
lichem Rühren ca. 10 Min. köcheln, bis das
Gemüse weich ist. Dill, Petersilie und beiseiten
gestellten Fisch begeben, würzen, nur noch
heiss werden lassen.

Vorspeise: Kürbissuppe (Zubereitungsart: Tischkreation)

Dessert: Käse garniert mit Birnen, Trauben und Baumnüssen

En Guete wünscht Tisch 1

Hobby-Köche Dietikon

Menü vom 12. Januar 2005

106

Kastaniensuppe

Kalbshaxen Tessinerart mit Luganighetti und Polenta

Tarte des Pommes

Kastaniensuppe

100 g geschälte **Kastanien** und 100 g **Kastanienmehl** in 60 g **Butter** kräftig anrösten. Mit 1 l **Gemüsebouillon** ablöschen und etwa 30 Min. **leise kochen** lassen. Mit dem **Mixstab** pürieren und mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Mit 1 dl geschlagener **Sahne** verfeinern.

Kalbshaxen Tessinerart mit Luganighetti und Polenta

320 g Polentamehl grob
1,6 l Bouillon
50 g Parmesan
20 g Butter
4 Kalbshaxen
50 g Bratbutter
2 EL Olivenöl
2 EL Weissmehl
1 EL Tomatenkonzentrat
1 dl Weisswein
1/2 dl Rotwein
3 dl Fleischbrühe
2 Knoblauchzehen
1 Zitrone
Salz / Pfeffer
1 dl Rahm
Rosmarin / Paprika
Salbei / Oregano
1 Bund Petersilie
1 Zwiebel / 1 Dose Pelati
200 g Luganighetti

Die Kalbshaxen salzen und pfeffern und mit Mehl bestäuben. In 50 g Bratbutter und 1 EL Olivenöl gut anbraten. Fleisch herausnehmen und den Fonds mit 1 dl Weisswein ablöschen. Tomatenkonzentrat, Rosmarin und Salbei zugeben und das Fleisch wieder in die Casserole zurücksetzen. Mit 3 dl Fleischbrühe auffüllen. Bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 1 Std. kochen lassen. 1/2 Zitrone fein schälen und die Schalen, 1 Bund Petersilie und 2 Knoblauchzehen fein hacken und in die Sauce geben. Nicht mehr kochen.
Die Luganighetti in 1 EL Olivenöl kurz anbraten. 1 mittlere Zwiebel in feine Ringe schneiden. Über die Würstchen geben und leicht andünsten. Mit dem Rotwein ablöschen, die Pelati und den feingeriebenen Oregano darüber verteilen und langsam 30 Min. kochen lassen.

Für die Polenta ca. 1,6 l Bouillon zum Kochen bringen. Den Mais darunterziehen und anschliessend in einer Pirex-Platte in den vorgeheizten Ofen stellen. Nach ca. 10 Min. umrühren und nach ca. weiteren 10-15 Min. den Parmesan und ein paar Butterflocken darunterziehen. Nach etwa 30 Min. sollte die richtige Polenta-Konsistenz erreicht sein.

Tarte des pommes

Mürbeteig
Zitrone / Zucker
3 Äpfel

Mürbeteig sorgfältig entrollen. Mit dem Packpapier auf ein Blech legen. Teig am Blechrand gut andrücken und vorstehendes Papier abschneiden. Teigboden sehr dicht einstechen. 15 Min. kühl stellen. Die Äpfel entkernen und in Stücke schneiden. Mit Zitrone behäufeln und mit 2-3 Esslöffel Zucker vermischen. Über die Apfel Butterflockli verteilen. Ofen auf 220 Grad vorheizen. In der unteren Hälfte ca. 15-20 Minuten backen.



SCHARFER «HASE» (Kaninchen an Senfsauce)

Für 4 Personen

- 1/2 Bund Thymian
- 150 g Senf,
halb-scharf
- 2 EL Bratbutter
- 800 g Kaninchenstücke
- Salz
- je ein kleines Stück
Sellerie und Karotte
- 1 Schalotte
- 1,5 dl Gemüsebouillon
«Bouquet»
- 2 EL Rôtisseur-Senf
- 1 dl Weisswein
- 1 Becher Halbrahm
(1,8 dl)
- 1 EL Provençale-Senf
*oder Reine de Dijon
bzw. Meerrettichsenf*
- Pfeffer
aus der Mühle

1 Den Ofen auf 180° vorheizen. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Mit dem Senf verrühren. In einer Bratkasserolle die Butter erhitzen. Die Kaninchenstücke allseitig scharf anbraten und mit wenig Salz bestreuen. Das Gemüse dazugeben und kurz mitbraten. Die Kaninchenstücke auf einen Teller legen und dick mit der Senfmischung bestreichen.

Zurück in die Bratkasserolle legen.

2 Im unteren Ofendrittel 15 Minuten schmoren lassen. In der Zwischenzeit die Bouillon zum Kochen bringen. Vom Herd nehmen und den körnigen Senf hineingeben. Absieben, die Senfkörner mit Wasser abspritzen und auf einem Haushaltspapier beiseite legen. Das Fleisch mit der Senf-Bouillon und dem Wein ablöschen. Weitere 15 Minuten schmoren.

3 Danach die Ofenhitze auf 90° zurückstellen. Den Bratensaft aus der Kasserolle in ein Saucenpfännchen

umgiessen (dazu die Kaninchenstücke herausnehmen und nachher wieder in die Kasserolle legen). Das Röstgemüse aus der Kasserolle nehmen und diese wieder in den Ofen stellen. Den Bratensaft mit dem Rahm und dem Senf verrühren und aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce zurück in die Kasserolle geben und nochmals 10 Minuten in den Ofen stellen. Währenddessen die beiseite gelegten Senfkörner in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fettzugabe anrösten. Kaninchen auf vier Teller verteilen und die Körner über das Fleisch streuen. Zu diesem Gericht passt Reis in allen Variationen.

Raffiniert	★ ★ ★
Schnell	★ ★
Unkompliziert	★ ★
Preiswert	★ ★

Knoblauchfans pressen eine halbe Zehe zur Senf-Thymian-Mischung.

Pro Person ca. 36 g Eiweiss,
32 g Fett, 4 g Kohlenhydrate,
1950 kJ/470 kcal

*Einfach
in Kasserolle
ca. 45 Minuten - 60*

26.1.05 Tisch 3



Fisch mit scharfer Limettensauce (Rezept für 4 Personen)

Fisch

750g	Flunderfilets, ohne Haut	Filets mit Limettensaft beträufeln, ca. 30 Min. ziehen lassen, trocken tupfen. Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiß werden lassen. Filets portionenweise beidseitig je ca. 1 Min. braten, herausnehmen, würzen, warm stellen. Restliches Bratfett mit Haushaltspapier auftupfen, ev. wenig Öl begeben.
1 EL	Limettensaft	
	Öl zum braten	
½ TL	Salz	
	wenig Pfeffer aus der Mühle	

Sauce

2 Knoblauchzehen	Knoblauch und Bundzwiebeln in derselben Pfanne andämpfen.
3 Bundzwiebeln (ca. 150g), mit dem Grün, in feinen Ring, Grün beiseite gestellt	Chilli begeben, kurz mitdämpfen, Bouillon und alle Zutaten bis und mit Zucker begeben, aufkochen. Beiseite gestelltes Grün der Bundzwiebeln begeben, Sauce auf die Hälfte einkochen, Hitze reduzieren. Maizena aufrühren, unter Rühren mit dem Schwungbesen begeben, ca. 3 Min. köcheln, würzen.
½ roter Chilli/Peperoncino in feinen Ringen, entkern	
4 dl Gemüsebouillon	
1 Limette, abgeriebene Schale und ganzer Saft	
½ EL frischen Ingwer, fein gerieben	
½ EL Zucker (ca. 5g)	
½ EL Maizena (ca. 5g)	
½ El kaltem Wasser anrühren	
Salz, Pfeffer aus der Mühle nach Bedarf	
½ Limette zum garnieren	

Vor- und Zubereitungszeit

Ca. 35Min.
Ofen auf 60 Grad vorheizen,
Teller Platte und Saucière vorwärmen.

Servieren

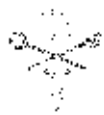
Etwas Sauce auf den vorgewärmten Teller verteilen.
Flunderfilets darauf anrichten, garnieren.
Restsauce separat dazu servieren.

Beilage

Dazu passt Parütreis oder Basmatireis

Tipps

Statt frische, tiefgekühlte Fischfilets verwenden. Zitronensaft statt Limettensaft verwenden.



Crevetten-Cocktail Spezial {Rezept für 5 Personen}

Crevetten

1 Eisbergsalat
ca. 300g Crevetten
1 Zitrone frisch gepresst
2 reife Avocados

Crevetten mit kaltem Wasser abspülen und mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Avocados sorgfältig auslösen und in kleine Würfel schneiden. Ebenfalls mit etwas Zitronensaft beträufeln, dass sie nicht anlaufen.

Sauce

Blanc battu
Light Mayonnaise
Ketchup
Cognac
Tabasco + Worcestershire
Sauce

Den Blanc battu mit der Mayonnaise ca. zu gleichen Teilen in einer Schüssel vermengen. Ketchup beifügen, bis die Farbe für eine Cocktail Sauce erreicht ist. Mit Cognac, Tabasco und ein paar Spritzern Worcestershire Sauce abschmecken. Die vorbereiteten Crevetten und die Avocados unter die Sauce rühren.

Servieren

Auf den, in feine Streifen geschnittenen Eisbergsalat den Crevetten Cocktail anrichten. Mit frischem Brot/Toast Brot servieren.

En Guete wünscht Tisch 4.

Szegediner Gulasch (für 4 Personen)

Zutaten:

800 g Schweinsvoressen
 100 g Speckwürfel
 40 g Bratbutter oder
 Schweineschmalz
 250 g Zwiebel, in halbe Ringe
 geschnitten
 2 EL Paprikapulver edelsüss
 1 EL Tomatenpüree
 ½ TL Kümmel
 1 TL Salz
 ¼ Zitrone, nur abgeriebene Schale
 1 Knoblauchzehe
 2 Lorbeerblätter
 5 dl Fleischbouillon
 0,5 kg rohes Sauerkraut
 1 rote Peperoni in feine Streifen
 geschnitten
 200 g Crème Fraîche

Kochen:

Bratbutter in einem Bratopf erhitzen und das
 Schweinsvoressen darin kräftig anbraten.

Speckwürfel, Peperoni und Zwiebeln
 zugeben, kurz mitbraten.

Paprikapulver, Tomatenpüree, Kümmel, Salz,
 Zitronenschale, Knoblauch und Lorbeerblätter
 zugeben, mischen, Fleischbouillon zugießen
 und das Sauerkraut darüber verteilen.

Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 50 Minuten
 köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.

Gegen Ende der Garzeit die Crème Fraîche
 unter das Gulasch rühren.

Dazu kann serviert werden:

Semmelknödel, Salzkartoffeln oder Weissbrot

Semmelknödel (für 4 Personen)

200-250 g Semmelwürfel
 4 EL Öl
 4 EL Mehl
 1 Bund Petersilie
 1 kleine Zwiebel
 2 Eier
 2 dl Milch
 Muskat und Salz

Semmelwürfel mit Mehl und Öl vermischen,
 feingehackte Petersilie und Zwiebeln in Öl
 oder Butter andämpfen, unter die Knödel-
 masse mischen.

Eier mit Milch, Muskat und ein wenig Salz
 verquirlen und von Hand unter die Knödel-
 masse ziehen.

Teigmasse ca. 20 Min. ruhen lassen, dann
 mit nassen Händen Knödel formen und
 kräftig drücken.

Knödel in leicht kochendem Wasser 10-15
 Min. ziehen lassen.

Vor dem Servieren ca. 10 Min. an der Wärme
 ruhen lassen.

Hobby Köche Dietikon

Menu vom 16. März 2005

Vorspeise: Spargelsalat

Hauptgang: Poulet nach andalusischer Art

Spargelsalat:

Zutaten (für 4 Personen):

1 kg grüne Spargel
1 TL Butter
Salz
1 Würfelzucker
200 g weisse Champignons
1 EL Zitronensaft
1 rotschaliger Apfel
2 EL Kerbel, gezupft

Sauce:

3 EL Mayonnaise mit Zitrone
2 EL Joghurt nature
2 EL Weissweinessig
Würzmischung für Salat

Zubereitung:

Spargeln rüsten und in Salzwasser mit Butter und Zucker nicht zu weich kochen. Gut abtropfen und erkalten lassen. In 4 – 5 cm lange Stücke schneiden.

Champignons reinigen und in Viertel schneiden. In wenig Wasser mit Zitronensaft kurz blanchieren und ebenfalls erkalten lassen. Apfel ungeschält in Achtel schneiden, entkernen und in feine Scheibchen schneiden. Saucezutaten verrühren.

Spargel auf vier Teller verteilen, Champignons und Apfelscheiben darüber anrichten und mit der Sauce übergossen. Mit Kerbel überstreuen.

Poulet nach andalusischer Art:

Zutaten (für 4 Personen):

1 frisches Poulet, ca. 1.2 kg
1 EL Senf extra pikant
1 EL Öl zum Anbraten
1 rote und 1 grüne Peperoni
1 kleine Zwiebel
2 dl Rahm

2 EL Madère
1 kleine Pfefferschote
1 Salbeiblatt
2 Knoblauchzehen
12 schwarze Oliven
wenig Muskat
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Das Poulet zerlegen, mit Senf einstreichen und in der Bratpfanne im heissen Öl ringsum gut anbraten. Salzen und pfeffern, in eine Kasserolle schichten.

Die Peperoni in Streifen schneiden, die Zwiebel fein hacken. Im restlichen Bratöl anziehen lassen.

Rahm und Madère verquirlen, etwas salzen und die Peperoni damit ablöschen.

Pfefferschote, Salbeiblatt und gehackten Knoblauch dazugeben. Kurz aufkochen lassen, dann alles über die Pouletstücke giessen. Im vorgewärmten Backofen zugedeckt $\frac{3}{4}$ Std. bei 200°C schmoren lassen, dabei 2 – 3 mal übergiessen.

Die Oliven klein schneiden und am Schluss zur Sauce geben. Diese noch mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu Trockenreis servieren

En Guete wünscht Tisch 2 / Gebi



Brätchüechli mit Frühlingsgemüse und Nüdeli

Als Einstieg ein kleiner Salat „à la mode du table“

Vorbereitung Brät

600 gr. Brät

1 grosse Zwiebel

1 Bund Peterli

1 Ei

Aromat – Salz - Pfeffer

4 Esslöffel Paniermehl

→ Peterli und Zwiebeln fein hacken

→ Brät, Peterli und Zwiebeln gut mischen (von Hand oder Mixer)

→ 1 Ei und Gewürze (Aromat, Salz, Pfeffer) unterziehen

→ 4 Esslöffel Paniermehl unterziehen

→ stehen lassen, bis das Paniermehl die Feuchtigkeit reduziert hat (ca. 10 Minuten)

Frühlingsgemüse

300 gr. Rüebl

2 Frühlingszwiebeln

200 bis 300 gr. Kefen

2 Esslöffel Olivenöl

1 Esslöffel Sojasauce

→ Rüebl schräg in Scheiben schneiden

→ Frühlingszwiebel mit Stiel in Streifen schneiden

→ in Pfanne mit Olivenöl dünsten

→ Rüebl zufügen

→ Kefen zufügen

→ etwas Sojasauce zugeben

→ auf kleinem Feuer kochen

Achtung: laufend kontrollieren, dass nichts anbrennt – wenn nötig etwas Wasser zufügen!

Brätchüechli aufbereiten und kochen

Brät degustieren – das Paniermehl darf auf der Zunge nicht mehr fühlbar sein

etwas Mehl

3 Esslöffel Olivenöl

→ Kaffeetasse mit Wasser ansetzen (füllen und ausleeren)

→ 1 gestr. Suppenlöffel Mehl in Tasse

→ mit Esslöffel ein Brätchüechli schöpfen – in der Tasse formen

→ Tasse mit Hand zudecken – horizontal schütteln (Mehl steigt an Tassenseite hoch) – anschliessend vertikal schütteln

→ auf Teller zum Anbraten bereitstellen

→ Olivenöl in Pfanne erhitzen

→ Brätchüechli in Pfanne beidseitig anbraten

→ auf die Seite stellen

Anschliessend:

Bratensauce

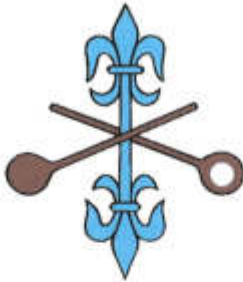
4 dl. Wasser

400 bis 500 Gr. Nüdeli

→ Bratfett mit Wasser und Bratensauce anreichern und die Brätchüechli darin 15 Minuten leicht köcheln lassen.

→ Nüdeli kochen

Wir wünschen einen guten Appetit



**Hobby-Köche
Dietikon**

Menü vom 13.04.05

**Lauchcremesuppe
Zürcher Geschnetzeltes mit Rösti
Vanille Glace mit heissen Beeren**

Lauchcremesuppe

4 Stangen Lauch
1 Lit. Rindsbouillon
Schnittlauch
Weisser Pfeffer
Schlagrahm
Paprika

Den Lauch schälen und vom unteren Teil des Stängels je 1 Stück von ca. 5 cm Länge abschneiden und beiseite legen. Den Rest fein schneiden und mit wenig Fettstoff andünsten. Bouillon dazugeben und den Lauch durchgaren. Mit Mixer pürieren, mit Pfeffer abschmecken. Die 4 Lauchstücke von oben im Kreuz bis zur Hälfte 3-4 Mal anschneiden, mit wenig Flüssigkeit in kleiner Pfanne zugedeckt im Dampf garen (ca. 15 Min.). Die Stücke herausnehmen, den angeschnittenen Teil Pilzförmig ausfächern und stehend in vorgewärmte Suppenteller stellen. Lauchsuppe dazugeben und mit 2-3 Rahmtupfer garnieren, über die Rahmtupfer etwas Paprika streuen.

Zürcher Geschnetzeltes

600 g Kalbfleisch
Öl oder Bratbutter

Fleisch von Hand schnetzeln.(evtl. vom Metzger)
in der Bratpfanne heiss werden lassen.

½ Teelöffel Salz
Pfeffer aus der Mühle
Wenig Streuwürze
1 Esslöffel Mehl

alles mischen und Fleisch damit bestreuen, portionenweise ganz kurz anbraten in vorgewärmte Schüssel, im auf 60 Grad vorgeheizten Ofen warmstellen. Bratfett mit Haushaltspapier auf tupfen.

Sauce

1 Esslöffel Butter
½ Zwiebel, fein gehackt
200 g Champignons
1 Teelöffel Zitronensaft
1 dl Weisswein

in derselben Pfanne warm werden lassen.
beigeben, andämpfen
in Scheiben schneiden und mit dem Zitronensaft zu den Zwiebeln geben, mitdämpfen.
dazugießen, auf die Hälfte einkochen.

1 dl Fleischbouillon
2 dl Rahm
1 Esslöffel Maizena

im Messbecher mischen, beigeben, kurz kochen,
Fleisch wieder beigeben, evtl. nochmals erwärmen.

wenig Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 Bund Peterli, fein gehackt

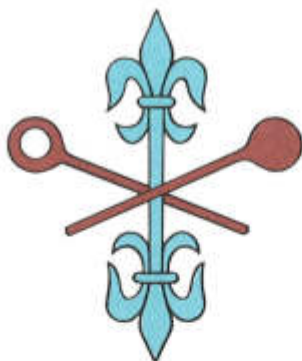
Sauce abschmecken.
zum Bestreuen

Rösti

- | | |
|--|--|
| 1 kg gekochte Kartoffeln
leicht mehlig z.B. Urgenta | schälen, an der Röstiraffel reiben |
| 2 ½ Esslöffel Bratbutter | in der Bratpfanne erwärmen, Kartoffeln begeben |
| ¾ Teelöffel Salz | drtüberstreuen, Kartoffeln auf kleinem Feuer unter gelegentlichem Wenden leicht anbraten, zu einem Kuchen formen, nicht mehr bewegen, zudecken, auf kleinem Feuer weiterbraten bis sich nach 15 Min. eine goldgelbe Kruste gebildet hat. |
| 1 Esslöffel Butter | in kleinen Stücken ringsum am Pfannenrand verteilen, schmelzen lassen. 5 Min. weiterbraten, Rösti auf Platte stürzen. |

Dessert

- | | |
|-------------------------|---|
| 1 Paket tiefgef. Beeren | einige ganze Beeren zur Dekoration auf die Seite legen. |
| 1 Paket Vanille Glace | Übrige Beeren kurz aufkochen, nach Bedarf etwas zuckern, in Dessertschalen anrichten. Glace begeben, ev. mit etwas Schlagrahm und den ganzen Früchten dekorieren. |



Hobby-Köche Dietikon

- Gebackener Kürbis auf Salat
- Hirsch-Fleischvögel
- Haselnussspätzli

• Gebackener Kürbis auf Salat

Kürbis: 400 g Kürbis 2 Knoblauchzehen 1 Bund Thymian 2 TL Paprika 3 EL Olivenöl Salz schwarzer Pfeffer aus der Mühle Salat: 4 EL Orangensaft 2 EL Balsamico-Essig 1 EL Senf Salz Pfeffer aus der Mühle 4 EL Olivenöl 200 g Nüsslisalat 1 kleiner Cicorino rosso 50 g Kürbiskerne	1. Vom Kürbis Kerne und schwammiges Fleisch entfernen, dann schälen und in etwa 1 ½ cm dicke Schnitze schneiden. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. 2. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und mit dem Knoblauch, dem Paprika und dem Olivenöl zu einer Paste verrühren. Die Kürbisschnitze damit bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. 3. Die Kürbisschnitze im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen auf der mittleren Rille je nach Sorte 15-20 Min. backen. 4. Für den Salat aus Orangensaft, Balsamico, Senf, Salz, Pfeffer und Olivenöl eine Sauce rühren. Den Nüsslisalat waschen und sehr gut abtropfen lassen. In einer trockenen Pfanne die Kürbiskerne ohne Fettzugaben leicht rösten. 5. Den Salat auf Tellern anrichten und die noch lauwarmen oder ausgekühlten Kürbisschnitze darauf anrichten. Alles mit Sauce beträufeln und mit den Kürbiskernen bestreuen.
--	--

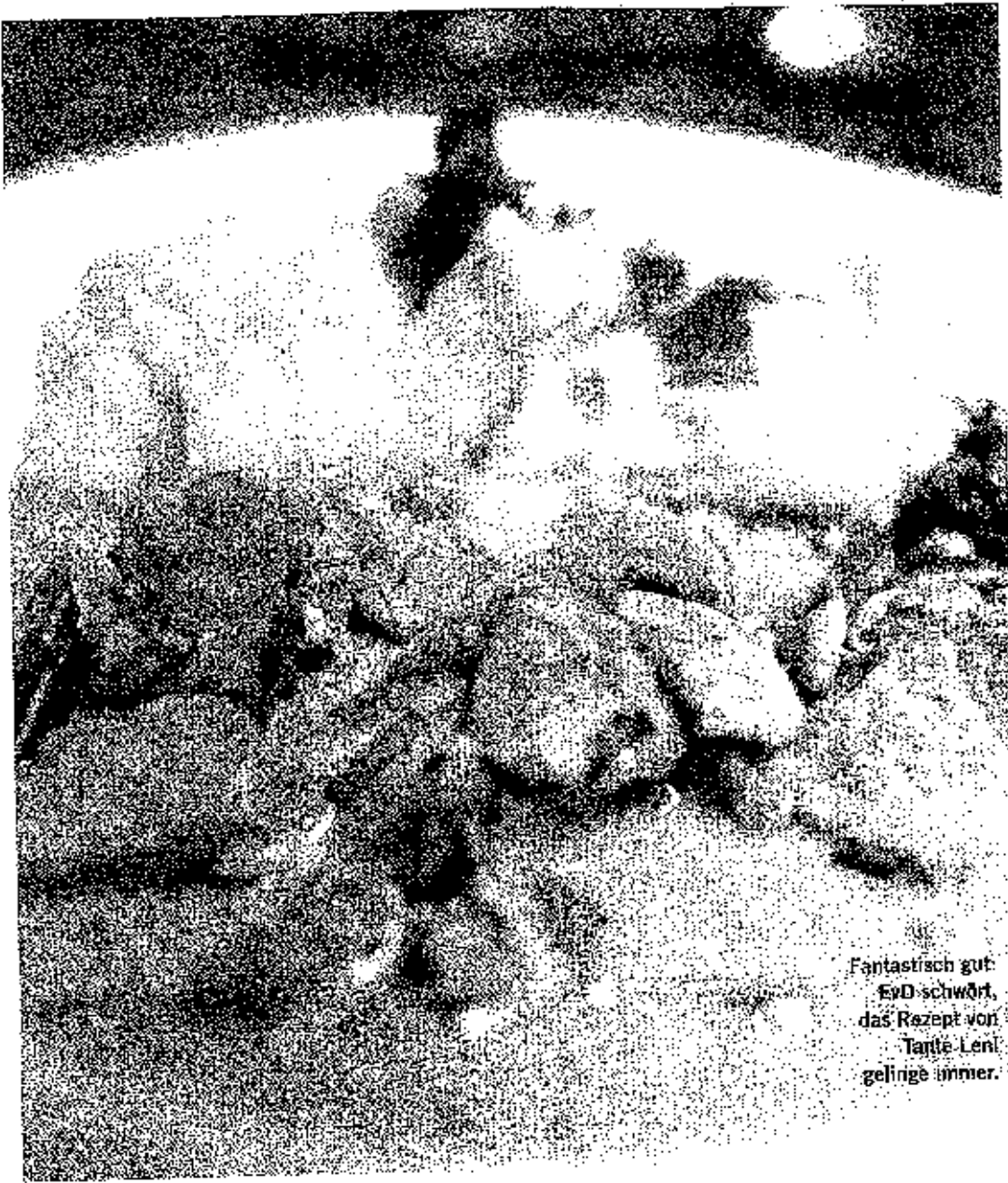
• Hirsch-Fleischvögel

3 mittlere Zwiebeln 1 EL Butter 3 grosse Rüebli 1 Bund Petersilie 200 g gekochtes Sauerkraut 200 g gehacktes Rindfleisch 2 EL Paniermehl Salz Pfeffer aus der Mühle 8 möglichst grosse Hirschplätzchen, aus der Keule geschnitten (beim Metzger oder Traiteur vorbestellen) 8 Tranchen magerer Bratspeck 1 EL Mehl 2 EL Bratbutter 2 EL Tomatenpüree 2 ½ dl Rotwein ca. 5 dl Wildfond oder Gemüsebouillon 1 Lorbeerblatt 200 g braune Linsen	1. Die Zwiebeln schälen und fein hacken. In der heissen Butter 3-4 Min. dünsten. Leicht abkühlen lassen. 2. Inzwischen die Rüebli schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie fein hacken. 3. Das Sauerkraut gut ausdrücken und in eine Schüssel geben. Zwiebeln, Petersilie, Hackfleisch und Paniermehl beifügen und alles gut mischen, Masse pikant mit Salz und Pfeffer würzen. Daraus 8 Würstchen formen. 4. Hirschplätzchen auf der Arbeitsfläche auslegen und mit dem Wallholz unter Klarsichtfolie so dünn wie möglich klopfen. Mit je 1 Fleischwürstchen belegen und aufrollen. Die Fleischvögel mit je 1 Specktranche umwickeln und nach Belieben mit einem Holzstäbchen fixieren. 5. Die Fleischvögel mit etwas Mehl bestäuben - am besten geht dies mit Hilfe eines kleinen Kaffeesiebchens - und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer grossen Pfanne in der heissen Bratbutter rundum anbraten. Dann die Rüebliwürfelchen und das Tomatenpüree dazugeben und kurz mitrösten. Mit dem Rotwein und dem Wildfond oder der Bouillon ablöschen. Das Lorbeerblatt beifügen. Die Fleischvögel zugedeckt auf kleinem Feuer etwa 50 Min. schmoren lassen. 6. Die Linsen in ein Sieb geben und kalt spülen. Nach 50 Min. Garzeit zu den Fleischvögeln geben und alles in weiteren rund 30 Min. weich schmoren; dabei die Flüssigkeit überwachen und wenn nötig etwas Bouillon nachgiessen. Vor dem Servieren die Linsen mit Salz und Pfeffer abschmecken.
---	--

• Haselnussspätzli

200 g Weissmehl 100 g gemahlene Haselnüsse 2 dl Milch nach Belieben 1 EL Haselnuss- oder Baumnussöl 2 Eier ½ TL Salz 2-3 EL Butter	1. Für die Spätzli das Mehl und die gemahlene Haselnüsse in einer Schüssel mischen. Milch, Öl, Eier und Salz verquirlen und nach und nach mit einer Kelle unter das Mehl rühren. Den Teig so lange schlagen, bis er vollständig glatt ist und leicht Blasen wirft. Vor der Zubereitung mindestens 30 Min. ausquellen lassen. 2. Reichlich Salzwasser aufkochen. Den Teig portionenweise mit Knöpflesieb ins leicht kochende Wasser geben. So lange ziehen lassen, bis die Spätzli an die Oberfläche steigen. Mit einer Schaumkelle herausheben und bis zum Servieren in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, damit sie nicht zusammenkleben. Kurz vor dem Servieren in einer beschichteten Bratpfanne die Butter erhitzen. Die Spätzli sehr gut abtropfen lassen und in der Butter leicht golden braten.
--	---

26. Oktober 2005 / Tisch 2



Fantastisch gut:
EvD schwört,
das Rezept von
Tante Leni
gelingt immer.

Geschmortes Kalbfleisch nach Tante Leni (Für vier Personen)

- 2 kleine Zwiebeln
- 200 g Champignons
- 1 Bund Petersilie
- 1 grüne Peperoni
- 1 roter Peperoncino
- 1 Knoblauchzehe
- 600 g Kalbgeschnetzeltes
- 2 TL Paprikapulver, mild
- 1/2 TL Cayennepfeffer
- Salz, Pfeffer
- 2 TL Maisstärke
- Oliveöl
- 2 dl Weisswein
- 3 dl Kalbsfond (aus dem Glas)
- 2,5 dl Rahm

1. Zwiebeln fein hacken, Champignons schälen und in Scheiben schneiden, Petersilie hacken, Peperoni und Peperoncino entkernen und ebenfalls hacken, Knoblauchzehe in dünne Scheiben schneiden.
2. Kalbfleisch mit Paprika, Cayenne, Salz, Pfeffer und Maisstärke bestäuben. Olivenöl in einem Bräter erhitzen, alle Gemüse ausser Champignons hineingeben und anbraten. Fleisch dazugeben, ebenfalls

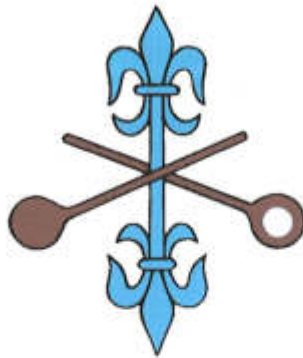
ablöschen. Kalbsfond zugeben. Rund zehn Minuten leise köcheln lassen.

3. Champignons dazugeben, weitere fünf Minuten köcheln, dann den Rahm darunterziehen. Eventuell nachwürzen.

Tipp: Zu diesem Gericht serviert Erich von Däniken breite Nudeln.

anbraten mit Weisswein

2008 7.10.15



Hobby-Köche Dietikon

Menü vom 23.11.2005 (4 Personen)

Randenrahmsuppe

Lammkoteletts

Risotto alla milanese

Rahmspinat

Randenrahmsuppe

- 300 g Randen gekocht
- 3 El Olivenöl
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knoblauchzehen
- 2 Würfel Gemüsebouillon
- 2 dl Rahm
- 1 Becher Crème fraîche
- 1 Tl Maizena
- 1 Tl Currypulver
- Salz, Pfeffer, (ev. Cayenne)
- Petersilie für die Garnitur

Randen in kleine Stücke schneiden, davon ca. 2El in Brunoises schneiden und zur Seite stellen. Zwiebel und Knoblauch fein schneiden und mit Olivenöl andünsten. Die geschnittenen Randen mit dem Currypulver bestäuben und mitdünsten. Mit 8 dl Wasser ablöschen, die Bouillonwürfel zerdrückt begeben, 2-3 Min. kochen lassen. Mit dem Mixstab fein pürieren, Maizena mit etwas Wasser auflösen und ebenfalls einrühren, nochmals 5 Min. kochen. Rahm begeben vorsichtig zum kochen bringen, mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die heisse Suppe in vorgewärmte Suppentassen oder Teller anrichten, mit 2 Löffeln kleine Nocken aus Crème fraîche formen, auf die Suppe geben, die Randenbrunoise darauf geben mit Petersilie garnieren.

Lammkoteletts

- 12 Stk. Lammkoteletts (je ca.60g)
- Olivenöl oder Bratbutter
- Salz, Pfeffer

Lammkoteletts mit Mehl bestäuben auf beiden Seiten scharf anbraten 1-2 Min. Hitze etwas zurücknehmen 2-4 Min. weiter braten, bis der Fleischsaft rötlich bis rosa ist. Am Schluss salzen und pfeffern. Den Bratfond mit etwas Weisswein oder Noilly-Prat ablöschen. Die Koteletts auf dem Teller mit dem Jus nappieren.

Risotto alla milanese

- 3 El Olivenöl
- 40 g ausgelöstes Rindsmark
- 1 Zwiebel fein gehackt
- 400 g Risotto Reis
- ½ dl Weisswein trocken
- 1,5 lt heisse Fleischbouillon

In der Pfanne warm werden lassen

begeben, flüssig werden lassen

zugeben, andämpfen

begeben, unter rühren dünsten, bis er glasig ist
ablöschen

ca. 2dl davon zum Reis giessen, rühren bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Dann nach und nach die restliche, heisse Bouillon unter Rühren dazugiessen, bis der Reis al dente und noch sehr feucht ist.

gegen Ende der Kochzeit darunterrühren

Pfanne vom Feuer nehmen, Käse darunter rühren.

- 1 Brieflein Safran
- 5-6 El Parmesan gerieben

Hobby - Köche Dietikon

Menü vom 07. 12. 05 / Tisch 1

Crêpes-Röllchen mit Karottenfüllung

Schweinskoteletts mit Marroni und Birnen, dazu Kräuter- Polenta

Polenta

7 dl Wasser
3 dl Milch
1 TL Salz
200 g groben Mais (Bramata)
3 EL gemischte Kräuter, fein gehackt
(Petersilie, Oregano, Thymian)
2 EL Butter

Marroni und Birnen

3 EL Zucker
EL Wasser
1dl Weisswein
1 dl Birnensaft
400 g tiefgekühlte Marroni, angetaut
3 Birnen (z.B. Kaiser Alexander) in Schnitzchen
1 EL Butter
½ TL Salz
wenig Pfeffer aus der Mühle

Kotletts

Bratbutter
4 Schweinskotletts (je ca.200 g)
wenig Paprika und Pfeffer
1 dl Weisswein
1 dl Birnensaft

Crêpes-Röllchen

2 Eier
1 dl Milchwasser halb/halb
100 g Halbweissmehl
½ TL Salz
2 EL fein gehackte Petersilie
20 g flüssige Butter
Bratbutter zum Ausbacken

Füllung

2 - 3 Karotten (je nach Grösse,ca.250 g)
2 Schalotten
20 g Butter
2 dl Halbrahm
Salz und Pfeffer
Nüsslisalat

Wasser und Milch mit Salz aufkochen.
Mais einrühren, zugedeckt unter gelegentlichem
Rühren bei kleinster Hitze ca. 40 Min. zu einem
dicken Brei köcheln.
Kräuter mit der Butter unter die Polenta mischen.

Zucker und Wasser in einer weiten Pfanne ohne
Rühren aufkochen. Hitze reduzieren, unter ge-
legentlichem Hin - Herbewegen der Pfanne köcheln,
bis ein hellbrauner Karamell entsteht. Pfanne von
der Platte ziehen, Weisswein und Birnensaft dazu-
giessen, aufköcheln, Hitze reduzieren, Marroni bei-
geben, zugedeckt ca.10 Min. knapp weich köcheln.
Birnen begeben, unter gelegentlichem Rühren
offen weiterköcheln, bis die Flüssigkeit vollständig
eingekocht ist. Butter begeben, Pfanne hin - und
herbewegen, bis die Marroni und Birnen glänzen,
würzen.

Ofen auf 60 Grad vorheizen, Teller und Platte vor-
wärmen. Kotletts beidseitig je 1 Min. anbraten,
Hitze reduzieren, zugedeckt bei kleiner Hitze
ca. 8 Min. fertig braten, würzen, warm stellen.
Bratfett mit Haushaltspapier auftupfen, Weisswein
und Birnensaft dazugliessen, aufkochen, zur Hälfte
einkochen.

Eier und Milchwasser verquirlen, Mehl, Salz und
gehackte Petersilie mischen. Mit der Flüssigkeit
und der Butter zu einem glatten Teig verklopfen.
30 Min. ruhen lassen.

Die Karotten fein würfeln, Schalotten hacken. Beides in
der Butter dünsten. Mit Rahm ablöschen und zugedeckt
10 Min. kochen. Würzen. Ungedeckt noch so lange
kochen lassen, bis die Karotten weich und die Flüssigkeit
praktisch eingekocht ist. Mit Mixer pürieren und pikant
abschmecken.

Aus dem Teig in der heissen Butter 4 Crêpes ausbacken.
Mit dem Püree bestreichen und satt aufrollen.
Schräg in dicke Scheiben schneiden und mit Salat auf
Teller anrichten.

Salat

Gefüllte Auberginen

Traubencreme

4 mittlere Auberginen
8 Teelöffel Olivenöl
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Füllung:
3 Esslöffel Olivenöl
Salz, Pfeffer
200g Gehacktes gemischt
150g Mozzarella
1 Bund Petersilie
6-8 Thymianzweige
15g geriebener Sprinz
15g geriebener Parmesan
Zum Backen:
800g gehackte
Pelatitomen aus der Dose
Salz, Pfeffer
25g geriebener Sprinz
25g geriebener Parmesan
etwas Olivenöl

Auberginen

1. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.
2. Gleichzeitig die Auberginen waschen und der Länge nach halbieren, mit einem Kugelausstecher das Fruchtfleisch bis auf einen Rand von 1 cm auslösen. Das Fruchtfleisch zur weiteren Verwendung beiseite stellen. Jede Auberginenhälfte mit 1 Teelöffel Olivenöl ausstreichen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Auf ein Backpapier belegtes Blech setzen und im 180 Grad heissen Ofen etwa 20 Minuten vorbacken.
3. Inzwischen die Füllung vorbereiten. Das ausgelöste Auberginenfleisch grob hacken. In einer weiteren Pfanne im Olivenöl weich dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Leicht auskühlen lassen.
4. Das Gehackte kurz anbraten. Den Mozzarella grob hacken. Die Petersilie fein hacken. Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Alle diese Zutaten sowie den Sprinz und Parmesan mit dem Auberginenfleisch mischen.
5. Die gehackten Pelatitomen mit Salz und Pfeffer würzen. Etwa $\frac{1}{4}$ der Tomaten zur Füllmasse geben. Restliche Tomaten in eine mit Olivenöl ausgestrichene Form geben.
6. Die Auberginen aus dem Ofen nehmen und die Füllung in die Hälften verteilen. Diese in das Tomatenbett setzen. Alles mit dem Käse bestreuen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Die Auberginen bei weiterhin 180 Grad etwa 30 Minuten überbacken.

Traubencreme

1. Sauternes, Traubensaft, Zitronensaft und Zimtstängel aufkochen. Vom Feuer nehmen und 10 Minuten ziehen lassen.
2. Eigelb und Zucker zu einer hellen, dicklichen Creme aufschlagen. Dann das Maizena darüber sieben und sorgfältig unterrühren.
3. Den Sauternessud nochmals aufkochen. Den Zimtstängel entfernen und den Sud noch heiss zur Eicreme giessen. Alles in die Pfanne zurückgeben und die Creme unter Rühren kurz aufkochen. Sofort durch ein Sieb in eine Schüssel umgiessen und eine Klarsichtfolie auf die Creme legen, damit sich beim Erkalten keine Haut bilden kann. Auskühlen lassen.
4. Den Rahm steif schlagen. Die Creme glattrühren und den Schlagrahm unterziehen.
5. Die Trauben waschen und halbieren. Unter die Creme ziehen und diese bis zum Servieren kühl stellen.

2dl Sauternes oder ein
anderer weisser Süsswein
1dl weisser Traubensaft
Saft von 1 Zitrone
1 Zimtstängel
3 Eigelb
20g Zucker
2 gestrichene Esslöffel
Maizena
1 $\frac{1}{2}$ dl Rahm
100g weisse, kernlose
Trauben z.B. Seedless oder
Sultaninen

Rezept : Tisch Nr. 3
25.01.2006

Recette

Hauptgruppe / Groupe principal

Ossibuchi

Untergruppe / Sous-groupe

Kalbshaxen

Ossibuchi

Zutaten / Ingrédients:

- 4 Kalbshaxen
- 1EL Mehl
- ½ EL Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Bratbutter
- 1 gehackte Zwiebel
- 1 gehackter Knoblauchzehe
- 200g. Stangensellerie in Würfeli
- 1 Rote und Gelbe Peperoni in Würfel
- 1EL Tomatenpüree
- 3 dl.Rotwein
- 1 dl.Fleischbouillon
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Zweig Rosmarin
- 2 Tomaten in Vierteln
- Einige grüne und schwarze Oliven / ohne Stein
- Geschirr / Vaiselle:

- Feuerfestes Geschirr

Zur Garnitur :

Salat
Polenta

Zubereitung / Préparation

- Mehl ,Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen.
- Bratbutter im Bratopf heiss werden lassen.
- Haxen in gewürztem Mehl wenden,
- Beidseitig ca. 2 Min.anbraten, herausnehmen .
- Hitze reduzierenZwiebel und Knoblauch andämpfen,Stangensellerie und Peperoni mitdämpfen,
- Tomatenpüree begeben anziehen.
- Rotwein ablöschen und etwas einkochen lassen.
- Bouillon,Lorbeer und Rosmarien begeben aufkochen.
- Haxe wieder begeben zugedeckt
- **ca 1 ¼ Std. Schmoren.**
- Tomaten und Oliven begeben zugedeckt
- ca. 5 Min. fertig schmoren.
- Vor dem Servieren Lorbeerblatt und Rosmarien entfernen und abschmecken.

Dazu servieren wir eine Polenta

en Guete

Hobby-Köche Dietikon



Menü vom 08.02.2006

Nüsslisalat campagnarde

Involtini di vitello

(Kalbfleischröllchen aus dem Tessin)

Risotto ai funghi porcini

Involtini di vitello (4 Personen)

Zutaten:

Tomatensauce

1 EL Margarine oder Butter
 ½ Zwiebel, fein gehackt
 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
 1 Dose gehackte Pelati (400 g)
 3 Salbeiblätter gehackt
 ½ Teelöffel Salz
 Pfeffer aus der Mühle

in einer Pfanne warm werden lassen

beigeben und andämpfen
 dazugeben

beigeben, zugedeckt kurz kochen, dann
 Deckel wegnehmen, einkochen, bis eine
 leicht dickliche Sauce entsteht

Fleisch

8 Kalbsplätzli (je ca. 60 g)
 8 kleine Tranchen Rohschinken

Plätzli mit Schinken belegen, aufrollen, mit
 Zahnstocher fixieren
 in der Pfanne heiss werden lassen

1-2 EL Öl oder Bratbutter
 wenig Salz
 Pfeffer aus der Mühle
 Tomatensauce

Fleisch würzen, Röllchen ringsum anbraten
 dazugiessen, alles zugedeckt auf ganz
 kleinem Feuer ca. 10 Minuten köcheln

Servieren.

Involtini auf vorgewärmte Teller oder Platte anrichten.

Dazu servieren wir Risotto con funghi porcini (wenig, fein geschnitten).



Nüsslisalat campagnarde (4 Personen)

Zutaten:

Salatsauce

3 EL Senf

3 EL Essig

5 EL Öl

Gewürze nach Belieben

1 TL Salatkräuter

200 g Nüsslisalat

100 g Speckwürfeli

50 g Croutons



alles mit dem Schwingbesen gut verrühren

rüsten und sauber waschen
anbraten

Croutons und Speckwürfeli warm über den angerichteten Salat verteilen.

E Guete wünscht Tisch 4!



Hobby-Köche
Dietikon

120

Spargelcremesuppe mit Schinken

300 g grüner Spargeln und 300 g weisse Spargeln
5 dl Gemüsebouillon
1 Prise Zucker
2 EL Butter
100 ml Vollrahm
Salz und Pfeffer aus der Mühle
80 g gekochter Schinken



Spargelanschnitt 1 cm wegschneiden und entsorgen.

Für Fond: Spargeln kurz unter fliessend Wasser abspülen. Grüne leicht und weisse ganz schälen. Holzige Enden abschneiden längs halbieren. Schale und Enden in einen Topf mit Bouillon geben, salzen, zuckern, Butter zufügen und 20 Minuten auskochen. Anschließend Schalen und Abschnitte mit einer Schaumkelle entfernen.

Weisse Spargeln längs halbieren. Spargeln im Fond bissfest garen.

Nach dem kochen die Spargeln herausnehmen, die Spitzen abschneiden und als Einlage beiseite stellen.

Die restlichen Spargeln zerkleinern im Fond pürieren und wieder auf den Herd stellen.

Der leicht geschlagene Rahm begeben. Mit Pfeffer und Salz würzen.

Schinken in feine Streifen schneiden und in der Suppe erwärmen.

Die Spargelstücke wieder zurück in die Suppe geben.

Fruchtsalat

1 1/2 dl Wasser
4 Esslöffel Zucker
1/4 Zitrone, dünn abgeschälte Schale
alles aufkochen, in eine Schüssel geben

2 - 3 Esslöffel Zitronensaft
600 - 700 g verschiedene Früchte
zerkleinern, je nach Art, sofort zum Sirup geben,



29. März 2006
en Guete wünscht Tisch 2
Kurt



Hobby-Köche
Dietikon

120

Poulet-Päckli mit Spinat

4 Pouletbrüstli (je ca. 130 g)
1 Esslöffel Olivenöl (z. B. Öl der getrockneten Tomaten)
60 g Hobelfleisch
8 getrocknete Tomaten in Öl abgetropft
8 Zweiglein Rosmarin
Olivenöl zum Braten
1/4 TL Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 1/2 dl Hühnerbouillon
3 EL Saucenhalbrahm
Salz nach Bedarf, wenig Paprika
1 Esslöffel Olivenöl (z. B. Öl der getrockneten Tomaten)
2 Knoblauchzehen, gepresst
4 getrocknete Tomaten in Öl, abgetropft, in feinen Streifen
500 g tiefgekühlter Blattspinat, aufgetaut, abgetropft
1/4 TL Salz
Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung:

Poulet-Päckli: Pouletbrüstli quer halbieren, mit Öl bestreichen. Je 3 Tranchen Hobelfleisch und eine getrocknete Tomate auf die Hälften legen. Mit Küchenschnur zu Päckli binden. Je 1 Zweiglein Rosmarin unter die Schnur legen. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren. Poulet-Päckli mit der belegten Seite nach unten bei mittlerer Hitze ca. 2 Min. anbraten, würzen. Päckli wenden, ca. 5 Min. weiterbraten, herausnehmen, zugedeckt beiseite stellen. Restliches Bratfett auftupfen.

Sauce: Bouillon in dieselbe Pfanne giessen, aufkochen, etwas einköcheln. Rahm darunterrühren, würzen. Poulet-Päckli wieder begeben, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 7 Min. fertig garen.

Spinat: Öl in einer Pfanne warm werden lassen, Knoblauch und Tomatenstreifen andämpfen. Spinat begeben, zugedeckt ca. 10 Min. köcheln, würzen.

Servieren: Poulet-Päckli mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten, Spinat dazu servieren.

Dazu passen: Nudeln.

Hobby-Köche Dietikon

Menü vom 13. April 2006

Kohlrabi – Süppchen mit Basilikum-Pesto
Hackfleisch im Mantel
Frühlings-Salat

Süppchen:

Zwiebel fein gehackt	Stk.	1
Butter zum Dämpfen		
Kohlrabi in kleine Stücke geschnitten	g	450
Gemüsebouillon	dl	7
Rahm	dl	2
Salz, Pfeffer, Muskatnuss		

Basilikum-Pesto:

Basilikum	Bund	1
Petersilie	Bund	½
Knoblauchzehen (kann auch weggelassen werden)	Stk.	1-2
Gemahlene Mandeln	EL	1-1/2
Salz	EL	3
Öl	EL	4

Für das Süppchen Zwiebeln in Butter andämpfen. Kohlrabi zugeben, mitdämpfen. Mit Bouillon und Rahm ab löschen, aufkochen. Zugedeckt bei kleiner Hitze 20-25 Minuten köcheln.

Für das Pesto Basilikum, Petersilie und Knoblauch im Cutter oder von Hand fein hacken. Mandeln, Salz und Öl dazumischen.

Suppe parieren, abschmecken. In vorgewärmten Suppenschüsseln verteilen. Je Schüssel 1 Pesto darauf geben. Sofort servieren.

HACKFLEISCH im Mantel

2 Karotten
1 Lauch
1 mittelgrosse Zwiebel
3 Knoblauchzehen
½ Peperoncino, entkernt
1 grüne Peperoni, entkernt
700 gr. Hackfleisch
(Schwein und Rind)
2 Eier
Salz, Pfeffer, Grillgewürz

Backofen auf 240 Grad vorheizen.
Karotten, Lauch, Zwiebel, Knoblauch, Peperoncino und Peperoni in kleine Würfel schneiden. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Ein ganzes Ei sowie ein Eiweiss zugeben, würzen.
Gemüse beifügen, mit den Händen gut mischen. Einen **BRATEN** formen.

500 gr. Kuchenteig
Mehl zum auswallen
Paniermehl
50 gr. Champion

Kuchenteig auf einer leicht bemehlten Fläche rund 40 x 25 cm gross ausrollen. Teigmitte mit Paniermehl bestreuen. Die Champions in dünne Scheiben schneiden- und auf das Paniermehl legen.

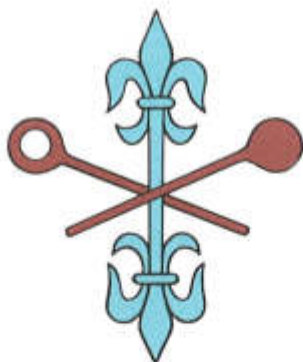
Den **Braten** sorgfältig auf die Champignons legen. Teigländer mit wenig Wasser bestreichen, zu einem Päckli einschlagen und auf Backblech legen. Mit dem Eigelb bestreichen. Mit einer Gabel einige Löcher stechen

Blech auf die mitte des Backofens schieben, bei Unterhitze rund 20 Minuten (240 G) backen; dann auf 180 Grad zurück und weitere 40 Minuten backen. Mit Ober- und Unterhitze. Herausnehmen, einige Minuten kühlen lassen. Mit Salat servieren.

Frühlingsalat

Nach eigenem Geschmack anrichten und mit dem Braten servieren.

En Guete wünscht: Tisch 3



Hobby-Köche Dietikon

122

- Kürbissuppe mit Amaretticroûtons
- Curry-Rindfleischstreifen mit Nudeln
- Gefüllte Feigen

• Kürbissuppe mit Amaretticroûtons

400 g Kürbis 1 kleines Rüebli ¼ rote Peperoni ½ kleine Zwiebel ½ Knoblauchzehe 1 EL Butter etwas Paprika ¼ TL Curry ½ Messerspitze Cayennepfeffer 4 dl Gemüse- oder Hühnerbouillon 1 EL Ketchup 1 dl Rahm Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle <i>Croûtons:</i> 2 mittlere Amaretti ½ EL Butter 1 Prise Zimt	1) Den Kürbis schälen, entkernen und an der Röstiraffel grob reiben. Das Rüebli schälen, die Peperoni entkernen und beides ebenfalls grob raffeln. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. 2) In einer mittleren Pfanne die Butter schmelzen. Alle vorbereiteten Zutaten darin andünsten. Paprika, Curry und Cayennepfeffer darüber stäuben und kurz mitdünsten. Bouillon dazugießen, Ketchup beifügen und die Suppe zugedeckt 15-20 Minuten kochen lassen bis das Gemüse weich ist. 3) Die Suppe mit dem Stabmixer oder im Mixer sehr fein pürieren. Nochmals aufkochen. Den Rahm halb steif schlagen und unterrühren. Mit Salz, Pfeffer sowie -wenn nötig- Curry und Cayennepfeffer pikant abschmecken. 4) Für die Croûtons die Amaretti klein würfeln. In der Butter leicht rösten. Am Schluss einen Hauch Zimt darüber geben und die Croûtons über die angerichtete Kürbissuppe streuen.
--	---

• Curry-Rindfleischstreifen mit Nudeln

1 Lauch 2 Rüebli 500 g gut gelagerte Rindshuft oder Filetspitz Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle 1 ½ dl Rahm 4 EL Mayonnaise ½ TL Currypulver (1) 2 EL Bratbutter 2 EL Currypulver (2) 1 TL Butter ½ dl Noilly Prat 1 dl Weisswein 250 g feine Nudeln	1) Den Lauch rüsten und in feine Streifchen schneiden. Die Rüebli schälen und ebenfalls in zündholzgrosse Streifen schneiden. 2) Eine Pfanne mit Salzwasser aufkochen. Den Backofen auf 230 Grad vorheizen. 3) Das Rindfleisch in fingerdicke Streifen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rahm steif schlagen. Die Mayonnaise sowie 1 TL Curry (1) untermischen und kühl stellen. 4) In einer Bratpfanne die Hälfte der Bratbutter erhitzen. Das Fleisch in 2 Portionen nur gerade je 1 Minute kräftig anbraten, dabei je mit ½ TL Curry (2) bestäuben. Aus der Pfanne nehmen. 5) Die Hitze reduzieren, die Butter hineingeben und aufschäumen lassen. Rüebli und Lauch beifügen, mit dem restlichen Curry (2) bestäuben und kurz mitdünsten. Mit Noilly Prat und Weisswein ablöschen und gut zur Hälfte einkochen lassen. 6) Gleichzeitig mit der Zubereitung von Fleisch und Gemüse die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest garen. Abschütten und sofort mit dem Gemüse und dem Fleisch mischen. Wenn nötig nachwürzen. In eine ausgebutterte Gratinform füllen und den Curryrahm darüber verteilen. 7) Das Nudelgericht sofort in der Mitte des 230 Grad heissen Ofens etwa 10 Minuten überbacken, bis die Sauce braune Flecken aufweist.
---	--

• Gefüllte Feigen

75 g Pinienkerne	1) Die Pinienkerne im Cutter sehr fein mahlen.
1 Eigelb	2) Eigelb und Honig leicht schaumig rühren, dann Pinienkerne und
2 EL Honig	Orangenlikör darunter mischen. Sollte die Masse zu trocken sein,
1 EL Orangenlikör	etwas Orangensaft beifügen.
8 grosse reife Feigen	3) Die Feigen waschen und den Stielansatz entfernen, jedoch auf
Butter für die Form	keinen Fall schälen. Die Früchte kreuzweise 2 cm tief einschneiden
	und leicht auseinander drücken. Die Pinienkerne in die ent-
	standene Vertiefung geben.
2 ½ dl Orangensaft	4) Die Feigen in eine ausgebutterte Form setzen und mit dem Oran-
½ Vanilleschote	gensaft umgiessen. Die Vanilleschote halbieren und dazulegen.
Vanille- oder Nussglace	5) Die Feigen im auf 220 Grad vorgeheizten Ofen auf der mittleren
	Rille 15 - 20 Minuten überbacken. Noch warm mit Vanille- oder
	Nussglace servieren.

25. Oktober 2006 / Tisch 2

Vol-au-Vent Patriot

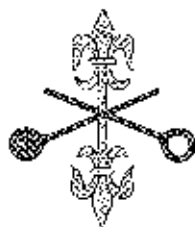
Bratbutter zum Braten	Die Bratbutter in einer Bratpfanne warm werden lassen. Die Schalotten andämpfen, die Champignons mitdämpfen herausnehmen.
2 Chaloten gehackt	
200g Champignons in Scheiben	
500g geschmortes Kalbfleisch z.B. Nuss, Ragout	Wenig Bratbutter in derselben Pfanne heiss werden lassen. Das Fleisch mit Mehl bestäuben und Portionenweise ca. 2 Minuten braten, herausnehmen, würzen, zugedeckt beiseite stellen.
1½ El Weizenmehl zum bestäuben	
½ Tl Salz Pfeffer aus der Mühle	Den Wein und die Bouillon dazu geben, den Bratsatz auflösen, auf die Hälfte einkochen.
1½ dl Weisswein 2dl Fleischbouillon 1,8 dl Sahnehalbrahm	Den Rahm dazugliessen, aufkochen. Die Erbsen begeben und bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten köcheln. Das Fleisch wieder dazu geben und nur noch warm werden lassen.
125g tiefgekühlte Erbsen angetaut	
1 Bund Schnittlauch fein geschnitten	Den Schnittlauch dazumischen. Nach Bedarf würzen.
Salz nach Bedarf Pfeffer aus der Mühle	Die Pastetli nach Anleitung auf der Packung aufbacken. Die Füllung in die Pastetli verteilen und den Rest dazu servieren.
8 Blätterteigpastetli	

Dazu servieren wir einen Nusslisalat Mit Speckwürfeli,
Kreutons mit einem 10 Minuten Ei.

Als Dessert genehmigen wir einen Orangensalat mit
Zucker und einem Sprutz Kirsch.

In Gnüte wünscht Fisch 3.

08. 11. 06



Menü vom 22.11 2006

124

**Hobby-Köche
Dietikon**

Kartoffelsuppe

Fisch in Salzkruste
Lauchgemüse
Salzkartoffeln

Kartoffelsuppe (für 4 Personen)

1 Stk	Zwiebel	Gehackte Zwiebel in Butter gut andünsten, mit Gemüsebouillon ablöschen.
1 EL	Butter	
8 dl	Gemüsebouillon	
400 gr.	mehlig kochende Kartoffeln	In Würfel geschnittene Kartoffeln begeben und weichkochen, gezupftes Selleriekraut dazugeben, mit Stabmixer pürieren.
2 Zwg.	Selleriekraut	
2 EL	Crème fraîche	Mit Crème fraîche verfeinern, mit Salz und einer Spur Cayennepfeffer abschmecken.
100 gr.	Schinkenwürfel	Schinkenwürfel kurz anbraten und in heissen Tellern mit der Suppe servieren. Schnittlauch fein geschnitten drüberstreuen.
1 Bd.	Schnittlauch	

Fisch in Salzkruste

2	Doraden oder Loup de mer je 600-700 gr.	Die Fische auswaschen und mit Küchenpapier trockentupfen.
3 kg.	grobes Meersalz	Salz und Eiweiss mischen, nach und nach 150-200 ml. Wasser einrühren. Weitere 2 Min. rühren damit die Masse gut zusammenhält.
3 Stk	Eiweisse	

Kräuter nach Geschmack
z.B. Petersilie, Dill, Estragon, Basilikum
Zitronenscheiben

Die Fische mit den gewaschenen Kräutern, Zitronenscheiben und evt. mit einem Schuss Weisswein füllen.

Die Fische im Salzteigmantel im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad 15-20 Minuten garen.

Lauchgemüse

2 Stk.	Lauchstangen	Die Lauchstangen waschen und in feine Ringe schneiden. Die Butter in der Pfanne erhitzen und die Lauchringe darin andünsten. Wein und Crème fraîche hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenem Muskat würzen.
1 EL	Bratbutter	
1 dl.	Weisswein	Das Lauchgemüse zugedeckt bei mittlerer Hitze langsam schmoren.
2 EL	Crème fraîche	

Dazu servieren wir Salzkartoffeln.

Tisch 4 wünscht „en Guete“
Hansruedi

Vorspeise: Ofenäpfel gefüllt mit Speck, Wirz und Käse

Zutaten:

- 4 grosse Äpfel, Boskoop mit Stiel
- 150 g Speck in Tranchen, 4 Tranchen beiseite legen, Rest in Streifen
- 150 g Wirz, Blattrippen und zähe Blätter entfernen, in ca. 1 cm breite Streifen schneiden
- 125 g Camembert à la crème, in Würfel schneiden
- 2 Esslöffel Meerrettich, fein gerieben
- ¼ Teelöffel Salz
- wenig Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Von den Äpfeln je einen ca. 2 cm breiten Deckel samt Stiel abschneiden, beiseite legen. Kerngehäuse entfernen, Apfel bis auf ca. 1 cm dicken Rand aushöhlen. Fruchtfleisch grob hacken, beiseite stellen.
Apfel in eine ofenfeste Form stellen. Speckstreifen knusprig braten. Wirz und Fruchtfleisch 3 min mitbraten, in eine Schüssel geben, Camembert und Meerrettich daruntermischen, würzen, Füllung in die Äpfel verteilen, Deckel aufsetzen, je eine Specktranche darauflegen.

Backen: 15 min in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens.

Hauptspeise: Reiskuchen mit Gemüse und Fleisch

Menü 2/3 Patient

Zutaten:

- 200 g frische Poulet-Brüstli
- 60 g Karotten
- 80 g Stangensellerie
- 1 Zwiebel
- 1 EL Erdnussöl
- 1 TL Weissmehl
- 1 dl Rotwein
- 200 g Pelati (1/2 Dose à 400 g)
- 1 EL Tomatenpüree
- 1 Knoblauchzehe
- 300 g Vialone-Reis
- 1 l Bouillon
- 1 Briefchen Safran
- ½ Bund Petersilie
- ½ Bund Schnittlauch
- 1 Ei
- 60 g Parmesan, gerieben

Zubereitung:

Gemüse-Fleisch-Masse: Pouletbrüstli in kleine Würfel schneiden, Karotten schälen, längs halbieren, in feine Streifen schneiden. Zwiebel fein hacken und zusammen mit Karotten und Sellerie im Öl andämpfen, Pouletfleisch zufügen und kurz mitdämpfen. Mehl darüberstreuen, mit Rotwein und den zerdrückten Pelati ablöschen, Tomatenpüree zufügen, würzen (Pfeffer, Paprika, Salz) und zugedeckt 5 min köcheln.

Reismasse: Knoblauch fein hacken und in der Butter kurz andämpfen. Reis zufügen, kurz mitdämpfen, mit 5 dl Bouillon ablöschen und unter gelegentl. Rühren 15-20 min köcheln, nach und nach restliche Bouillon zufügen. Zum Schluss den Safran beigeben. Pfanne vom Herd nehmen u. etwas abkühlen lassen. Kräuter fein hacken, zusammen mit dem Ei unter den Reis mischen.

Den Boden der Springform (f. 4 Pers. ideal 22 cm) mit Backpapier belegen und den Rand mit Öl bepinseln. Backofen auf 200° einstellen. Etwas Reis auf dem Boden verteilen, Parmesan darüber streuen. Von der Fleischmasse daraufgeben und mit Reis bedecken. Vorgang wiederholen. Kuchen ca. 20 min überbacken. Aufschneiden und wie ein Kuchenstück servieren.

Beilage: Saisonsalat

Dessert: Cambozola mit Trauben / Birnen und Baumnüssen

600 g Kartoffeln, 1 Lauchstengel, 40 g Butter, 1 Knoblauchzehe, 2 dl Weisswein, 8 dl Hühnerbouillon, Majoran, Salz, Pfeffer, 12 Tranchen Speck

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Lauch rüsten und in Rädchen schneiden.

Kartoffelwürfel und Lauch in heisser Butter dünsten und den Knoblauch dazu pressen. Mit dem Weisswein ablöschen und anschliessend mit der Hühnerbouillon auffüllen. Mit dem Majoran würzen und während 20 min sanft köcheln lassen.

Suppe pürieren, nochmals aufkochen und abschmecken. Die Specktranchen knusprig braten und auf der Suppe verteilen.

Kaninchen auf italienische Art

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legenda: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

1500 gr	Kaninchen, in Stücke geschnitten
150 gr	Salami, in kleine Würfel geschnitten
150 gr	Schinken, in kleine Würfel geschnitten
100 gr	Speckwürfel
200 gr	Zwiebeln, in Würfel geschnitten
100 gr	Röbli (Karotten), in kleine Würfel geschnitten
1 Stange	Bleichsellerie, in feine Streifen geschnitten
1 Zweig	Majoran, die Blätter davon fein gehackt (oder 1 TL Majoran, trocken)
1 Bund	Petersilie, glattblättrig, die Blätter fein gehackt
1 EL	Tomatenmark
50 gr	Bratbutter
1 dl	Olivenöl, kalt gepresst
	Fleischgewürz, Salz und Pfeffer
2 dl	Rotwein, trocken, schwer (denselben, den man nachher zum Essen trinkt)
3 dl	Brauner Fond (oder Bratensauce oder Demi Glace)
1 dl	Rahm (Sahne)

Zubereitung:

Backofen

Den Backofen auf 70-80 Grad vorheizen

Bratbutter, Kaninchenteile

Die Bratbutter zusammen mit dem Olivenöl in einer grossen Kasserolle erhitzen und die mit Fleischgewürz (oder Salz und Pfeffer) gewürzten Kaninchenteile allseits braun anbraten. Die Fleischstücke entnehmen (abtropfen lassen) und im Backofen, mit ALU-Folie zugedeckt, warm stellen.

Salami, Schinken, Speck, Zwiebeln, Röbli, Bleichsellerie, Petersilie, Majoran, Tomatenmark, Rotwein, Brauner Fond

Alle nebenstehenden Zutaten in die Kasserolle geben und im übrig gebliebenen Bratfett dünsten. Wenn nötig noch etwas Butter hinzufügen. Das Tomatenmark hinzugeben und Umrühren. Mit dem Rotwein ablöschen. Den Rotwein auf die Hälfte einkochen lassen und danach den Braunen Fond hinzufügen.

Kaninchenteile

Die Kaninchenteile hinzugeben. Danach – zugedeckt – 1 Stunde – auf kleinem Feuer – schmoren lassen.

Vor dem Servieren den Rahm hinzufügen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Moderne Variante: Sie bereiten als Beilage einen Kartoffelstock (oder schmele Eimudein) zu und servieren diese mit dem Kaninchen und der Sauce.

Party-Filet mit Trockenreis, Salat und Käse zum Dessert

Als Einstieg ein Salat „à la mode du table“ mit Mischsalat, Sellerie, Zucchetti, Gurken, Tomaten (alles fein geschnitten)

Backofen auf 180 bis 200 Grad vorheizen

Vorbereitung Partyfilets

Zutaten

600 gr. Schweinsfilet
¼ bis ½ Teelöffel Paprika
Pfeffer, frisch gemahlen
½ Teelöffel Salz
Streuwürze

Vorbereiten

→ in 12 gleichmässige Stücke schneiden

¶

¶

¶

→ beidseitig würzen

12 Tranchen Frühstücksspeck

→ Frühstücksspeck um die Filetstücke rollen und nebeneinander in eine eingefettete Gratinplatte stellen

1 Peperoni

→ Peperoni fein schneiden (Würfel)

6 Champignons

→ Champignons fein schneiden (Würfel)

→ Peperoni und Champignons leicht andämpfen

½ Liter Halbrahm

Zubereitung in Backofen – ca. 30 Minuten mit 180 – 200 Grad

Zwischenräume zwischen den Partyfiletstücken in der Gratinplatte mit Peperoni und Champignons füllen. Ca. 10 Minuten bei 180 – 200 Grad garen. Anschliessend mit der Hälfte des Halbrahmes übergiessen. Nach der halben Bratzeit mit restlichem Halbrahm übergiessen.

400 – 450 Gr. Trockenreis
1 Bund Peterli

In der Zwischenzeit Trockenreis kochen
(mit gehacktem Peterli)

Wir wünschen einen guten Appetit

30.03.2005 – Tisch 3

24.102

Salat Pasquale

Melanzane alla Parmigiana

Dorschfilet Royal

Salzkartoffeln

Salat Pasquale

Nüsslisalat
1 Ei pro Person
Cherry Tomaten

Nüsslisalat auf Teller anrichten, mit einer Sauce Vinaigrette beträufeln, mit in Scheiben geschnittenem Ei, Schnittlauch und halbierten Cherry Tomaten garnieren.

Melanzane alla Parmigiana (für 4 Personen als Beilage)

3 mittelgrosse Auberginen
Meersalz aus der Mühle
Olivenöl
frischer Parmesan
frischer Basilikum

Auberginen längs in ca. 7 mm dünne Scheiben schneiden, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, mit Meersalz bestreuen, eine halbe Stunde ziehen lassen, damit „l'acqua amara“ austreten kann. Danach mit Küchenpapier trocken tupfen, beidseitig mit Olivenöl bepinseln, in vorgeheiztem Ofen bei 220° 15-20 Minuten goldbraun braten.

Sugo

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
Olivenöl
6 frische Tomaten
Frischer Origano
Pfeffer, wenig Salz oder Bouillon
Tomatenpurée

Zwiebel klein hacken, in Olivenöl langsam glasig braten, Knoblauchzehe dazu pressen. Kleingewürfelte Tomaten und etwas Tomatenpurée begeben, würzen und abschmecken. Ca. 30 Min. köcheln lassen.

Parmesan reiben und Basilikum fein hacken. In eine Gratinform etwas Sugo geben, danach lagenweise Auberginen, Sugo, Parmesan und Basilikum einschichten. Abschliessend mit Parmesan bestreuen. 20-25 Minuten in vorgeheiztem Ofen bei 200° überbacken.

Dorschfilet Royal

Pro Person ca. 150 g Filet
Fischgewürz
Weisswein, Zitronensaft

Filet mit Fischgewürz beidseitig würzen, auf eine Alufolie legen, etwas Weisswein und Zitronensaft dazugeben. Folie schliessen und im Backofen bei 200° ca. 7 Min. garen.

Beilagen

Dazu servieren wir Salzkartoffeln, oder auch eine Polenta passt gut dazu.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

En guete wünscht Tisch 1

Hobby-Köche Dietikon



Menü vom 28.02.2007
Chinakohlsalat Chinatown
Poulet Surprise
Orangensalat Aladin

Poulet Surprise (5 Personen)

5 Pouletbrüstchen in Ragoutwürfel geschnitten
 ca. 500 g frische Spargeln
 (Schwarzwurzeln aus der Büchse, Gemüselauch
 oder auch andere Gemüse anstelle von Spargeln
 verwenden.
 1 P. getrocknete Morcheln
 ca. 4 dl Bouillon
 Salz, Pfeffer
 1 Prise Cayennepfeffer
 3 dl Rahm oder Doppelrahm
 ca. 300 g Blätterteig
 Eigelb zum Bestreichen



Die Morcheln in kaltes Wasser einlegen. Die Spargeln schälen und in der Bouillon mit einem Stück Butter weich kochen. Herausnehmen und in Stücke schneiden. Den Spargelfond einkochen, Rahm und abgetropfte, sehr gut gewaschene Morcheln zufügen, aufkochen und würzen.

Die leicht gewürzten Poulet- und Spargelstücke der Sauce begeben und das Ganze in eine Gratinform verteilen.

Den Blätterteig 4 cm grösser als die Form auswallen. Den Teigrand mit Eiweiss, die Oberfläche mit Eigelb bestreichen und über die Form stülpen. Den Rand fest andrücken und mindestens 30 Minuten kühl stellen.

Im vorgeheizten Backofen anfangs bei 250 Grad, dann Hitze reduzieren und während ca. 30 Minuten garen.

Dazu servieren wir Nudeln oder Trockenreis.

Chinakohlsalat Chinatown

ca. 300 g Chinakohl
1-2 Rüebli
1 Apfel nach Belieben

Sauce:

1 EL Senf
3 EL Essig
4 EL Öl
1 EL Mayonnaise oder Sauerhalbrahm
Gewürze nach Belieben
1 TL Salatkräuter
½ Zwiebel gehackt



Alle Zutaten mit dem Schwingbesen gut verrühren. Die Rüebli schälen, abspülen und mit der Röstiraffel direkt in die Sauce hobeln. Apfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in kleine Stücke schneiden. Mit der Sauce und den Rüebli vermischen. Chinakohl rüsten, waschen. Blätter am Steilanfang in feine, am Blattende in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Alles etwa eine halbe Stunde vor dem Essen gut mischen.

Orangensalat Aladin

5-6 Orangen
150 g Datteln oder Feigen
1 Orange, Saft
½ Zitrone, Saft
3 EL Grand Marnier



Orangen sauber schälen, in Scheiben schneiden. Datteln oder Feigen in Streifen schneiden. Unter die Orangen mischen. Orangen-, Zitronensaft und Grand Marnier über den Salat gießen, mischen und im Kühlschrank zugedeckt ziehen lassen.

Nach Belieben halbsteif geschlagenen Rahm, evtl. mit wenig Vanillezucker aromatisiert dazu servieren.

En Guete wünscht Tisch 4!

Hobby Köche Dietikon**Menu vom 14. März 2007****Vorspeise: Radieschensuppe****Hauptgang: Zitronen-Lachs im Blätterteig mit Fenchel-Ragout mit Tomaten****Radieschensuppe:****Zutaten (für 4 Personen):**

2 Bund Radieschen
 2 Frühlingszwiebeln
 1 Esslöffel Butter (1)
 1 dl Noilly Prat
 8 dl Gemüsebouillon
 1 Teelöffel Butter (2)
 1 Bund Schnittlauch
 1 dl Rahm (oder Crème fraîche)
 Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Das Grün der Radieschen abschneiden, unter kaltem Wasser gründlich spülen, trockenschütteln und unschöne Blätter aussortieren. Das Radieschengrün in Streifen schneiden.
2. Die Radieschen rüsten und waschen, 8 Radieschen beiseite legen, die restlichen in Scheiben schneiden
3. Die Frühlingszwiebeln mitsamt schönem Grün hacken
4. In einer mittleren Pfanne die Butter (1) erhitzen, Die Frühlingszwiebeln darin andünsten, Noilly Prat und Bouillon beifügen und alles 10 Minuten leise kochen lassen
5. In der Zwischenzeit die beiseite gelegten Radieschen klein würfeln. In einem Pfännchen in der Butter (2) 1 Minute andünsten, beiseite stellen. Den Schnittlauch in Röllchen dazuschneiden und untermischen
6. Kurz vor dem Servieren die Radieschenscheiben und -blätter in die Suppe geben und diese mit dem Stabmixer fein pürieren. Den Rahm (od. Crème fraîche) beifügen und die Suppe nochmals aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Wichtig:** Die Suppe nicht lange stehen lassen, sonst verliert sie ihre schöne Farbe. Sofort anrichten und die Radieschen-Schnittlauch-Mischung darüber verteilen.

Zitronen-Lachs im Blätterteig:**Zutaten (für 4 Personen):****Füllung:**

200 gr Ricotta
 3 Esslöffel geriebener Parmesan
 ½ unbehandelte Zitrone (abgeriebene Schale, Fruchtfleisch herausgelöst, filetiert, in Würfel)
 ¾ Teelöffel Salz
 wenig Pfeffer aus der Mühle

500 gr Blätterteig
 600 gr Lachsfilet vom Mittelstück, ohne Haut, graue Fettschicht entfernt, quer aufgeschnitten
 ¾ Teelöffel Salz
 wenig Pfeffer aus der Mühle
 1 Ei verklopft

Gefüllte Schmorkoteletts.

- 4 dick geschnittene Schweinskotelett, vom Metzger Taschen schneiden lassen
- 4 Scheiben Salami, fein gewürfelt.
- 50 Gr. Sbrinz, fein gewürfelt.
- 2 hart gekochte Eier, gewürfelt.
- 4 Salbeiblätter, fein hacken.
- $\frac{1}{2}$ Lt. Merlot
- 1 El Thomy Senf
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Salami, Käse, Eier, Senf und Salbei gut mischen und in die Kotelett Taschen einfüllen. Mit Zahnstocher verschliessen. Salzen, pfeffern und in Fett oder Oel anbraten. Mit Merlot ablöschen und bei kleiner Hitze 30 Minuten zugedeckt schmoren, dazwischen einmal wenden.

Als Eingang servieren wir einen gemischten Salat.
Und zum Fleisch machen wir eine Rösti aus rohen Kartoffeln.

En Guete wünscht Tisch 3

Rösti mit rohen Kartoffeln

- 1 Kg Kartoffeln
- 1 Teelöffel Salz
- 2-3 Esslöffel Kochbutter

Die Kartoffeln schälen, mit der Röstiraffel reiben und salzen. Die Butter in der Bratpfanne heiss werden lassen, die Kartoffeln ohne sie zu trocknen begeben und auf mittlerem Feuer zugedeckt 15 Minuten braten. Dann das ganze wenden und die Rösti fertig braten.

28.3.07 Tisch 3

FILET-STEAKES AN WHISKY-RAHMSAUSE

Vor- und zubereiten: ca. 25 Minuten, Marinieren: ca. 1 Stunde

Fleisch

- 2 EL Ketchup
- 2 EL Worcestershiresauce
- 1 EL Whisky
- wenig Cayennepfeffer
- 4 Rindsfilet-Steakes (je ca. 180g)
- Bratbutter zum Anbraten
- 1 TL Salz

Sauce

- 1.5 dl Fleischbouillon
- 5 EL Ketchup
- 2 EL milder Senf
- 3 EL Worcestershiresauce
- 9 EL Whisky
- ca. 3 dl Rahm
- Salz und Pfeffer nach Bedarf

Zubereitung

Zeitlicher Ablauf:

- Ofen vorwärmen (80°)
- Fleisch marinieren
- Spargeln rüsten und schneiden („3-teiln“)
- Fleisch anbraten und danach in den Ofen (Niedergaren)
- Salat richten und als Vorspeise servieren
- Nach der Vorspeise parallel Sauce und Nudeln zubereiten

Fleisch:

Ketchup und alle Zutaten bis und mit Cayennepfeffer gut verrühren. Steakes falls nötig etwas flachdrücken. Fleisch mit der Marinade bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 1 Stunde marinieren. Steaks ca. 30 Min. vor dem anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, Marinade abstreifen. Ofen auf 80 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Steaks beidseitig je ca. 1 Min. anbraten. Hitze reduzieren, bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 1 ½ Min. fertig braten, salzen. Steaks auf die vorgewärmte Platte legen, warm stellen.

Restliches Bratfett mit Haushaltspapier aufkupfen.

Sauce:

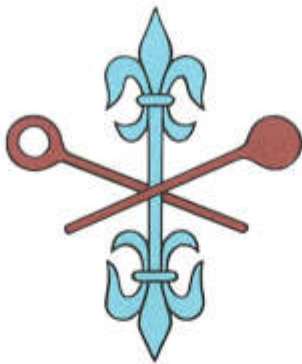
Bouillon und alle Zutaten bis und mit Whisky gut verrühren, in die selbe Bratpfanne giessen, aufkochen.

Hitze reduzieren, ca. 2 Min. köcheln. Rahm dazugliessen, aufkochen.

Entstandenen Fleischsaft der Steaks durch ein Sieb in die Sauce giessen, würzen.

Dazu passen grüne Spargeln und Breitbandnudeln

Tisch 4 wünscht gutes Gelingen und anschliessend „än Guete“!



Hobby-Köche Dietikon

133

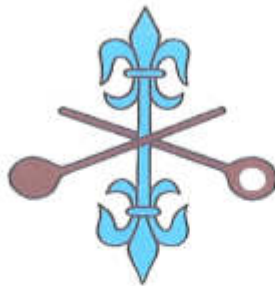
- Hirschentrecôte mit eingelegten Dörripflaumen
- Spätzli nach Art von Bad Osterfingen
- Rotkraut

• Hirschentrecôte mit eingelegten Dörripflaumen (4 Pers)

120 g entsteinte Dörripflaumen (es sollte für 2-4 Stk pro Person reichen) 1 dl Armagnac oder Cognac 1 Zwiebel 1 Rüebli 100 g Knollensellerie 200 g Lauch 1 EL Bratbutter (1) 1 EL Tomatenpüree 3 dl Wildfond oder leichte Fleischbouillon 4 dl Rotwein Je 1 Zweig Rosmarin und Thymian 1 Zimtstange 4 Hirschentrecôtes, je etwa 130 g schwer Salz, Pfeffer aus der Mühle 1 EL Bratbutter (2) <i>Zum Fertigstellen:</i> ½ dl Portwein 50 g kalte Butter Salz, Pfeffer wenn nötig einige Tropfen Zitronensaft	1) Die Dörripflaumen in ein Einmachglas geben, mit Armagnac oder Cognac übergießen und das Glas verschliessen. Die Pflaumen bei Zimmertemperatur 1 Tag stehen lassen, dabei mehrmals das Glas durchschütteln. 2) Die Zwiebel schälen und grob hacken. Rüebli, Sellerie und Lauch rüsten und in Würfel schneiden. In einer mittleren, eher weiten Pfanne die Bratbutter (1) erhitzen und Zwiebel sowie Gemüse 5-6 Min. dünsten. Das Tomatenpüree beifügen und 1 Min. mitdünsten. Dann den Wildfond oder die Bouillon sowie 3 dl Rotwein dazugießen. Das Ganze zuerst 20 Min. zugedeckt, dann weitere 20 Min. offen auf grossem Feuer auf 1/3 der Flüssigkeit einkochen lassen. 3) Die Pflaumen aus dem Armagnac nehmen. Den Armagnac beiseite stellen. Den Backofen auf 60 Grad vorheizen. 4) Den Gemüsefond durch ein Sieb giessen, dabei das Gemüse gut auspressen (es wird nicht weiterverwendet, kann aber sehr gut für eine Suppe verwendet werden). Den Fond mit dem restlichen Rotwein, dem Armagnac von den Dörripflaumen, Rosmarin, Thymian und Zimtstange in die Pfanne zurückgeben und auf grossem Feuer auf 1 ½ dl einkochen lassen. 5) Die Hirschentrecôtes mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Bratpfanne in der sehr heissen Bratbutter (2) von beiden Seiten kurz und scharf anbraten. Dann die Hitze reduzieren und das Fleisch auf jeder Seite weitere 3 Min. braten. Die Hirschentrecôtes in Alufolie wickeln und im 60 Grad warmen Ofen 10 Min. ruhen lassen. Den Bratensatz mit Portwein ablöschen, durch ein Sieb giessen und beiseite stellen. 6) Portweinjus und Dörripflaumen zur Sauce geben und alles auf kleinem Feuer nochmals 10 Min. leise kochen lassen. Dann Rosmarin, Thymian und Zimtstange entfernen. Die kalte Butter in Flocken in die kochende Sauce geben und einziehen lassen; sie soll leicht binden. Mit Salz und Pfeffer sowie -wenn nötig- ganz wenig Zitronensaft abschmecken. 7) Die Hirschentrecôtes aus der Folie nehmen, schräg in Scheiben aufschneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Dörripflaumen darüber verteilen und das Fleisch mit Sauce umgießen.
--	--

• Spätzli nach Art von Bad Osterfingen (4 Pers)

300 g Mehl 1 ½ dl kohlensäurehaltiges Mineralwasser 1 gehäufte TL Salz 3 Eier <i>Zum Fertigstellen:</i> 40 g Butter 30 g Paniermehl	1) Mehl in eine Schüssel sieben. Wasser, Salz und Eier verquirlen, zum Mehl giessen und alles zu einem Teig schlagen, bis dieser glatt ist und Blasen wirft. Bei Zimmertemperatur 30 Min. ausquellen lassen. 2) In einer grossen, weiten Pfanne reichlich Salzwasser aufkochen. Eine grosse Schüssel vorwärmen. 3) In einer beschichteten Bratpfanne die Butter aufschäumen lassen. Das Paniermehl beifügen und leicht anrösten. In der Pfanne warm stellen. 4) Den Teig entweder portionenweise auf ein Holzbrett geben oder in der Schüssel über die Pfanne mit dem leicht kochenden Salzwasser halten und mit einem Messer, das man immer wieder ins Kochwasser taucht, direkt vom Brett- oder Schüsselrand Streifen abschneiden und in die Kochflüssigkeit gleiten lassen. Wichtig: portionenweise arbeiten, denn wenn man zu viele Spätzli aufs Mal ins Kochwasser gibt, können sie zusammenkleben. Sobald die Spätzli an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausheben und in die vorgewärmte Schüssel geben. Etwas Paniermehl-Butter-Mischung darüber verteilen. So weiterfahren, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Die Spätzli sofort servieren.
--	--



**Hobby-Küche
Dietikon**

Menü vom 21.11.2007

Nüsslisalat mit Jamon Serrano

Paella

Zutaten:

- 10 cl Olivenöl
- 400 g Hähnchenschlegel
- 200 g Kaninchenfleisch
- 200 g Schweinefleisch
- 6 Stk. Knoblauchzehen
- 1 Stk. Zwiebel
- 1 Stk. Paprikaschote rot
- 1 Stk. Paprikaschote grün
- 200 g Langkornreis
- 2 Liter Gemüsebouillon
- 1 g Safranfäden
- Salz, Pfeffer,
Lorbeerblätter
- 200 g Seeteufel
- 200 g Tintenfisch (Sepia) zum selber schneiden
- 8 Stk. Miesmuscheln
- 4 Stk. Venusmuscheln
- 8 Stk. Riesengarnelen
- 4 Stk. Artischocken
- 200 g Erbsen

Zum Ausgarnieren:

- 2 Stk. Tomaten in Viertel geschnitten

Zubereitung:

Die Fleischstücke portionenweise im Olivenöl goldbraun anbraten und aus der Pfanne nehmen, warmstellen. Den Knoblauch, die gehackte Zwiebel, die fein geschnittenen Peperoni in der gleichen Pfanne andünsten. Den Reis in die Paella-Pfanne geben und ebenfalls glasig dünsten mit einem Schuss Weißwein und einem Teil der Gemüsebouillon ablöschen.

Die Safranfäden dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen (ev. mit Fischfond) und ca. 15 Minuten leicht kochen lassen.

Nach und nach Bouillon nachgießen.

Seeteufel und Tintenfisch sauber geschnitten mit den Garnelen und Muscheln auf den Reis legen.

Abgedeckt ca. 20 Minuten weiter köcheln lassen. Aufpassen, dass nichts anbrennt! Kurz vor der Garzeit Erbsen und Artischocken darunter mischen. Nochmals 10 Minuten köcheln lassen. Die Muscheln die sich nicht geöffnet haben, unbedingt entsorgen.

Zum Schluss mit etwas Butter, Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit Tomatenvierteln und Petersilie garnieren und anrichten.

Hobby Köche Dietikon

Salatschiffli

Pro Person 1 grosses Blatt Blattsalat (Kopfsalat, Kraussalat je nach Saison)

Das ausgebreitete Blatt mit einer Handvoll Mischsalat belegen, zu einem Schiffli formen und am Ende des Blattes mit einer dünnen Scheibe einer langen grünen Salat-Gurke zusammen binden. Auf einen Teller legen und mit der vorbereiteten Salatsauce reichlich begiessen.

Parmesan-Netzli

In einer Bratpfanne ein paar Tropfen Olivenöl erwärmen, geriebenen Parmesan in Plätzchenform dünn einstreuen, nach Wunsch klein geschnittenen Knoblauch oder Currypulver draufstreuen, zu einem Netzli braten. Zum Salat servieren.

Asiatisches Fischpfännli

Angaben pro Person

Ca. 150 gr. Fisch

Lachs, Royal Dorsch: in Würfel schneiden, nach Wunsch Riesen Crevetten

2-3 EL. Asia Gemüse

Mit kaltem Wasser abspülen, abtropfen, auftauen lassen

1-2 Kafir Limettenblätter

Die mittlere Blattnarbe wegschneiden, Blätter zerreißen

½ Zitronen-Gras Stängel

Klein geschnitten

2-3 Mu Err Pilze

Einweichen, klein schneiden

Frische Koriander Blätter

Klein schneiden oder reißen

Frische Ingwer Wurzel

Klein gewürfelt

Gewürze

Kardamon, Koriander, Kreuzkümmel etwas Hühnerbouillon, Soya Sauce, Sesamöl, Austernsauce, Fischsauce

1 EL Soya Sauce, 1 KL Fischsauce, 1 KL Austernsauce, 1 KL Sesamöl, 1 Prise Zucker mit etwas Wasser in einer tiefen Pfanne erwärmen. Bouillon, Gewürze, Kafir limettenblätter, Zitronen-Gras Stängel, Mu Err-Pilze, Ingwer Würfel und das Gemüse begeben und leicht köcheln.

Sobald die Sauce eine gute Konsistenz erreicht hat den Fisch ca. 3-4 Minuten vor dem Essen beifügen, auf ganz kleiner Stufe nur warm werden lassen, nicht kochen.

Jasmin Reis

Wasser mit wenig Bouillon zum kochen bringen, Reis begeben und Herdplatte auf niedrigste Stufe stellen. Deckel während des Garens weder heben noch wegnehmen. Kochdauer ca. 20 Minuten.

Apfelstreussel

Angaben für 4 Personen

3-4 Boskop Äpfel

Äpfel in Scheiben geschnitten, mit Zitronensaft beträufeln

100 gr Butter,

Von Hand alles kneten, aus Teig Kugeln formen, ca. 1-2

1 Tasse Mehl,

Std. in den Kühlschrank stellen. Bei Zeitmangel kurz ins Gefrierfach

1 Tasse Zucker

Backofen auf 200° vorheizen

Ca. ½ h in der Mitte mit Ober- und Unterhitze backen.

Kann mit 1 Kugel Apfelglace serviert werden

En guete Tisch 1 im Dezember 2007

Hobby Köche Dietikon**Menu vom 9. Januar 2008****Vorspeise: Carpaccio von gebackenen Randen****Hauptgang: Pouletbrüstchen im Teig****Carpaccio von gebackenen Randen:****Zutaten (für 4 Personen):**

500 gr mittlere frische Randen
 2 Zweige Rosmarin
 8 Zweige Thymian
 4 Esslöffel Olivenöl
 Salz
 40 gr Pinienkerne
 1 - 2 Ziegenfrischkäse

Sauce:

2 Esslöffel Weinessig
 2 Esslöffel Balsamicoessig
 Salz, Pfeffer
 8 Esslöffel Olivenöl

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
2. Die Randen waschen, jedoch weder schälen noch rüsten, damit ihr Saft beim Backen nicht ausläuft. Trocken tupfen und in kleine Gratinform setzen. Die Rosmarinzweige mit der Schere in kleine büschelchen schneiden und über die Randen verteilen. Die Thymianzweige ebenfalls darüber geben. Die Randen mit dem Olivenöl beträufeln und leicht salzen.
3. Die Randen im 200 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille je nach Grösse 45 – 60 Minuten backen. Etwas abkühlen lassen.
4. Die Schale der Randen ablösen. Die Knollen in möglichst dünne Scheiben schneiden und ziegelartig auf einer Platte anrichten. Den Ziegenfrischkäse in kleine Stückchen über die Randen verteilen.
5. Die Pinienkerne in einer trockenen Pfanne ohne Fettzugabe rösten.
6. Für die Sauce beide Essigsorten, Salz, Pfeffer und Olivenöl mit einem Schwingbesen zu einer Sauce rühren. Ueber das Carpaccio träufeln. Am Schluss alles mit den Pinienkernen bestreuen.

→ anstelle von gebackenen Randen können auch gekochte Randen verwendet werden,
 Kochzeit ca. 45 Min. → Rosmarin + Thymian fein hacken und in die Sauce begeben

Coq auf Vin mit Kartottelstock - Selleriesalat mit Ananas



WUSSTEN SIE

... dass dem Huhn in Asien noch heute magische Fähigkeiten zugeschrieben werden? Hühner gelten als Symbol der Fruchtbarkeit und nehmen bei zahlreichen Zeremonien einen wichtigen Stellenwert ein. Hühnereier wiederum werden zu Räte gezogen, wenn es gilt, einen Blick in die Zukunft zu werfen. Auch in unseren Breitengraden wurde Huhn relativ lang nur zu speziellen Anlässen serviert. Mittlerweile genießen wir das fettarme Fleisch aber das ganze Jahr über in allen erdenklichen Varianten. Trotzdem ist und bleibt ein Festtagspoulet eine Delikatesse für ganz besondere Anlässe.

ZUBEREITUNG

VOR- UND ZUBEREITEN: 30 MIN.
SCHMOREN: 90 MIN.

Zutaten für 4 Personen

1 Festtagspoulet (ca. 1,2 kg)	1 EL Tomatenpüree
1 1/2 TL Salz, 1 TL Paprika	5 dl Rotwein
wenig Pfeffer	(z.B. Burgunder oder Bordeaux)
1 EL Weissmehl	100g Silberzwiebeln im Glas
50 Speckwürfel	1 TL getrockneter Thymian
100g Champignons	Salz, nach Bedarf



1 Poulet in 10 Teile schneiden, würzen und mit Mehl bestäuben. Bratpfanne erhitzen, Speckwürfel knusprig braten, herausnehmen. Pouletteile portionenweise in demselben Bratpfanne anbraten, herausnehmen. Champignons vierteln.



2 Champignons im Bratfett andämpfen, Tomatenpüree begeben, ca. 3 Min. mitdämpfen. Rotwein dazugießen, aufkochen. Speckwürfel und Poulet begeben, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 1 Std. schmoren.



3 Silberzwiebeln abtropfen, mit dem Thymian zum Poulet geben, ohne Deckel ca. 30 Min. fertig schmoren. Sauce salzen. Poulet mit Sauce anrichten. Dazu passen: breite Bandnudeln

EINKAUFSZETTEL

Bei den abgebildeten Packungen handelt es sich um Produktvorschläge. Sollte ein Produkt davon nicht erhältlich sein, finden Sie in Ihrem Coop eine passende Alternative.



Schweizer Festtagspoulet, ganz, frisch



Silberzwiebeln im Glas, 135g



Thomy Tomatenpüree, 300g



Rotwein



Weisse Champignons



Coop Naturafarm Speckwürfel, geräuchert, ca. 400g

Was Sie ausserdem benötigen:

■ Salz ■ Paprika ■ Pfeffer ■ Weissmehl ■ getrockneter Thymian

Mulligatawny Soup (Angaben für 4 Personen)

6 dl Hühnerbouillon	Aufkochen
2 Pouletschenkel	Der Bouillon befügen und 30 Minuten kochen lassen.
2 Lorbeerblätter	Schenkel aus der Bouillon heben, Haut abziehen,
2 Nelken	Fleisch vom Knochen lösen und mundgerecht schneiden. Mit einem Löffel das Fett abschöpfen, entsorgen. Brühe beiseite stellen.
2 cm Ingwer	Ingwer fein reiben, Zwiebel und Knoblauchzehen fein hacken. Lauch in Ringe, Karotten in dünne Scheiben schneiden. Peperoni würfeln.
1 Zwiebel	
2 Knoblauchzehen	
100 g Lauch	Ingwer und Zwiebel in Bratbutter dünsten. Restliches Gemüse sowie Currypulver, Muskatnusspulver und Rohrzucker dazugeben. Mit Weisswein und Kokosmilch ablöschen.
1 gelbe Peperoni	
1 Karotte	
1 EL Bratbutter	
1 EL Currypulver	Brühe dazugießen, Kartoffeln zugeben, etwa 15 Minuten köcheln, bis das Gemüse weich ist. Mit dem Stabmixer pürieren.
½ TL Muskatnusspulver	
1 EL Rohrzucker	
1 dl Weisswein	Fleisch und Rahm unterheben, weitere 5 Minuten köcheln.
1,5 dl Kokosmilch	
230 g Kartoffeln	Pikant mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Zitronensaft würzen.
0,5 dl Rahm	
Salz, Pfeffer,	Mit gehacktem Koriander dekorieren.
Cayennepfeffer,	
Zitronensaft	
Frischer Koriander	

Pouletschenkel nur wenn die Suppe als Hauptspeise gereicht wird, als Vorspeise ohne zubereiten.

Anstelle des Rahms kann auch 1 guter EL Mascarpone léger genommen werden, die Suppe wird dadurch sämiger.

In weissem Tee pochiert Lachs mit Kokossauce

Angaben für 4 Person

Saisonsalat als Vorspeise

Sauce

1-2 Stängel Zitronengras
1 Schalotte gehackt
3-4 dünne Scheiben frischer
Ingwer, ungeschält
1 rote Chilischote, vierteln
½ EL Erdnussöl, falls nicht
vorhanden, kann auch Oliven- oder
Sesamöl verwendet werden
5 dl Kokosnussmilch
4 EL Sélection Weisser Tee, Blätter
2 EL thailändische Fischsauce
2 TL Honig

Für die Sauce Zitronengras in feine Scheiben
schneiden. Mit Schalotte, Ingwer und Chili im
Öl gut andünsten.

Mit der Kokosnussmilch ablöschen, aufkochen.
Pfanne vom Herd nehmen, Teeblätter in die
Sauce geben. 4 Min. ziehen lassen, Zeit
möglichst genau einhalten (Aroma).

Durch ein Sieb giessen, Gewürze und Teeblätter
ausdrücken. Ein paar Teeblätter zurück in die
Sauce geben.

Mit Fischsauce und Honig abschmecken. Warm
stellen.

Lachs:

600 g Lachsfilet, ohne Haut
1 - 1½ KL Meersalz
2 EL Sélection Weisser Tee, Blätter
1 TL Salz
100 g Lauch in feine Ringe
geschnitten

Lachsfilet in kaltem Wasser und dem
aufgelösten Meersalz ca. 5 Min. einlegen,
Wasser abgiessen und Fisch trocken tupfen.

8 dl Wasser aufkochen, 1 Minute neben dem
Herd stehen lassen. Teeblätter und Salz in
einem Gefäss damit übergiessen. Zugedeckt
vier Minuten ziehen lassen, dann durch ein Sieb
in eine weite Pfanne giessen.

Lachsfilet in 4 Teile schneiden. Tee knapp vor
den Kochpunkt bringen, Hitzequelle
ausschalten. Lauch mit dem Lachs in die heisse
Flüssigkeit legen. Pfanne vom Herd nehmen,
zugedeckt 8 – 10 Min. ziehen lassen.

Asia-Nudeln

6 „Nester“ Asia-Nudeln. 10 Min. in kaltem
Wasser einlegen. Hühnerbouillon dazugeben,
Nudeln weich kochen.

Die Sauce kann entweder

in einer Saucière auf den Tisch serviert werden, oder:

in tiefe Teller giessen, Fisch und Lauch aus der Flüssigkeit heben, in die Sauce
legen und Tellerservice machen

Hobby – Köche

Dietikon

Menü vom 27. Februar 2008

Lang, lang ist's her dass wir

Geschnetzeltes Kalbfleisch mit Whisky flambiert

Zutaten:

- 400 g geschnetzeltes Kalbfleisch
- 100 g Champignons, blättrig geschnitten
- 1 mittlere Zwiebel, gehackt
- 2 El. Öl
- 1 Beutel Bratensauce
- 2 dl Weisswein
- 1 Beutel Sauce Hollandaise
- 2 dl Vollmilch
- 50 g Butter
- 10 g Whisky
- 1 dl Vollrahm, steif geschlagen

Salz, Pfeffer aus der Mühle, frische Petersilie erst kurz vor dem anrichten schneiden.

Die Bratensauce mit dem Weisswein aufkochen und so lange wie möglich leise köcheln lassen, bis die Säure vom Weisswein gemindert ist. Nachher abkühlen lassen.

Die Sauce Hollandaise mit Milch aufkochen und unter ständigem Rühren 2- 3 Min. kochen lassen. 50 g Butter unterrühren, dann ebenfalls abkühlen lassen.

Später beide Saucen zusammen mischen.

Das Fleisch portionenweise im Öl kurz aber kräftig anbraten, mit Pfeffer und Salz würzen warmstellen. In derselben Pfanne die gehackten Zwiebeln andünsten. Die Champignons begeben und hellgelb anziehen, darauf achten, dass sich nicht zu viel Saft bildet. Das Fleisch wieder dazu geben, erhitzen und mit dem Whisky flambieren. Die Sauce zum Fleisch geben und vor's kochen bringen, von der Herdplatte nehmen, den geschlagenen Rahm darunterheben und mit der frisch geschnittenen Petersilie bestreuen.

Dazu servieren wir einen Trockenreis wie bei Hans gelernt. An jedem Tisch ist mindestens einer Anwesend der das gelernt hat. Wie geht es auch noch? Als farbliche Beigabe gibt's noch Ruebli. Schnittlauch frei gewählt.

Vorher servieren wir einen grünen Salat mit Radieschen und frisch geschnittenem Schnittlauch.

En Guete wünscht Tisch 4