



Herbstsalat mit Champignons und Kürbis

\*\*\*

Kohlrabisuppe mit Milchschaum

\*\*\*

Leber-Pralinen

\*\*\*

Forelle auf Bellugalinsen mit Brokkoli

\*\*\*

Cantuccini - Pudding

# Herbstsalat mit Champignons und Kürbis

## Zutaten

### *Sauce:*

3 EL	Essig
	Salz
	Pfeffer
4 EL	Rapsöl
2 EL	Rahm

### *Salat:*

200 g	Champignons, in Scheiben geschnitten
	Bratbutter oder Bratcrème
500 g	Kürbis, gerüstet, in Würfel geschnitten
100 g	Schnittsalat
2 EL	Kürbiskerne

## Zubereitung

1. Für die Salatsauce alle Zutaten verrühren.
2. Champignons in der heißen Bratbutter anbraten, beiseite stellen. In derselben Pfanne bei kleiner bis mittlerer Hitze Kürbis knapp weich dämpfen. Leicht auskühlen lassen.
3. Schnittsalat auf Tellern anrichten. Champignons, Kürbis und Kürbiskerne darauf anrichten. Mit der Sauce beträufeln und sofort servieren.



# Kohlrabisuppe mit Milchschaum

## Zutaten

### *Kohlrabisuppe:*

600 g Kohlrabi	gerüstet, in kleine Stücke geschnitten
150 g Kartoffeln, mehlig	geschält, in kleine Stücke geschnitten
1 Zwiebel	grob gehackt
Butter zum Dämpfen	
2 dl Milch	
6 dl Bouillon	
150 g Tiefkühlerbsen	
wenig Salz	
Pfeffer	

### *Milchschaum:*

2 dl Milch  
wenig Salz  
Paprika zum Garnieren

## Zubereitung

### Suppe

Kohlrabi, Kartoffel und Zwiebel in der Butter andämpfen. Mit Milch und Bouillon ablöschen, aufkochen.

1. Bei kleiner Hitze 15-20 Minuten weich kochen. Erbsen in den letzten 5 Minuten mitkochen. Suppe pürieren, würzen.
2. Milchschaum: Milch aufkochen, salzen. Mit dem Schwingbesen oder einem Cappuccino-Schaumschläger dickschäumig aufschlagen.
3. Suppe in Gläser anrichten, Milchschaum mit einem Löffel darauf verteilen. Mit Paprika garnieren.



(Quelle: [Swissmilk.ch](http://Swissmilk.ch))

## Leber-Pralinen

### Zwetschgenfarbe<sup>1</sup>

40 g Zucker	in einer Pfanne karamellisieren
80 g Zwetschgenwürfelchen	zugeben, dünsten und mit
wenig Zitronenpfeffer	abschmecken, mit
20 g Rotwein	ablöschen. Einkochen lassen
40 g Balsamico	

### Zwetschgen-Schnitze

2 cl	Grandmarnier	Grandmarnier, Rotwein und Zucker mit der Zimtstange
1 dl	Rotwein	in eine Pfanne geben, aufkochen und etwa fünf Minuten
50 g	Zucker	auf kleinem Feuer kochen lassen.
½	Zimtstange	
4	Zwetschgen	vierteln. Im Sud knapp weich kochen.

### Leber Pralinen

1 Stück	Pumpernickel	zerbröckeln und mit dem Messer in eine grobkörnige Panade
		zerkleinern
1	Leberwurst	mit einem Ausstecher haselnussgrosse Bällchen formen.
		Pumpernickel – Panade leicht andrücken.

### Garnitur

wenig	Zimt-Sorbet	(1 TL pro Person)
wenig	Sauternes-Gelee	(1 TL pro Person)

### Anrichten

Zuerst mit 2 TL Zwetschgenfarbe einen ca. 4 cm breiten Streifen sorgfältig auf den Teller auftragen. Dann Leber-Praline – Zwetschgenschnitz – Holderblüten-Gelee – 1 TL Zimt-Sorbet – Zwetschgenschnitz – Leber-Praline hinlegen



(Quelle: einem sehr feinen Essen im Hotel Krone, Au, Bregenzerwald, nachempfunden)

<sup>1</sup> Rolf Caviezel, Molekulare Küche so it yourself

## Forelle auf Belluga-Linsen mit Brokkoli

100 g Beluga-Linsen	gut mit kaltem Wasser abspülen und in einen Topf geben. Mit einem Liter Wasser aufkochen und etwa 15 Minuten bissfest garen. Linsen abgiessen und im Sieb auskühlen lassen.
150 g Brokkoli	in Röschen schneiden mit
1 TL Butter	im Dampfeinsatz bissfest garen. Würzen und mit der restlichen
1-2 dl Gemüsebouillon	Gemüsebouillon zur Seite stellen.
Salz	
100 g Tomaten	vierteln, entkernen und das Fruchtwasser der Tomaten auffangen. Die Tomatenviertel in Würfel schneiden.
	Linsen, Brokkoli und Tomatenfruchtwasser wärmen, dann die Tomatenwürfel unterheben.
Tasmanischer Pfeffer, zerstossen	Das Gemüse abschmecken.
Salz	
2 Forellenfilet mit Haut (à 100 g)	Forellenfilets halbieren, salzen und auf der Hautseite in der braunen Butter knusprig anbraten. Linsengemüse nebenbei auf heissen Tellern anrichten, Forellenfilets in der Pfanne wenden und nach wenigen
Salz	Sekunden auf die Linsen legen. Bratensatz in der Pfanne mit Weisswein ablöschen, aufkochen und den Wein über das Gericht verteilen. Sofort
1 EL Butter	servieren.
½ dl trockener Weisswein	



Im Originalrezept wird Grünspargel verwendet, den ich saisongerecht durch Brokkoli ersetze (Büchenspargel ist ungeeignet)

Quelle: Schwarzenbach, Das Zürcher Kochbuch (S 83)

# Cantuccini-Pudding

(8 Portionen)

## Zutaten

Für den Cantuccini-Pudding

170 g	Butter
85 g	Zucker
6	Eier
200 g	Cantuccini-Brösel
100 g	Mandel gehackt
2 EL	Rum
40 g	entöltes Kakaopulver

Für die Amaretto-Sabayon

4	Eigelb
50 g	Zucker
130 ml	trockener Sekt
2 ½ EL	Mandellikör (z.B. Amaretto)



## Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° C vorheizen. Für den Pudding die Butter mit der Hälfte des Zuckers schaumig rühren. Die Eier trennen. Die Eigelbe unter die Buttermasse ziehen. Anschliessend die Cantuccini-Brösel, die gehackten Mandeln, den Rum sowie das Kakaopulver untermischen.
2. Die Eiweisse steif schlagen, dabei am Schluss den restlichen Zucker zufügen. Den Eischnee vorsichtig unter die Eigelbmasse heben. Die Förmchen mit Butter ausstreichen, mit Zucker ausstreuen und den überschüssigen Zucker ausklopfen.
3. Die Masse bis zum Rand der Förmchen einfüllen und diese leicht auf eine mit einem Küchentuch belegte Arbeitsfläche stossen, damit eventuell vorhandene Luftblasen entweichen.
4. Die Förmchen in eine Fettpfanne stellen und diese bis zur halben Höhe der Förmchen mit heissem Wasser auffüllen. Dann die Puddingmasse in den Förmchen im heissen Ofen (Mitte) 25 – 30 Minuten backen.
5. Inzwischen für die Amaretto Sabayon die Eigelbe mit Zucker, Sekt und Mandellikör in einen Metallrührkessel geben und über einem heissen Wasserbad zu einer luftigen Sabayon aufschlagen.
6. Die Förmchen aus dem Ofen nehmen und den Inhalt vorsichtig auf Dessertteller stürzen. Den Pudding mit der Amaretto-Sabayon umgiessen, mit Puderzucker bestreuen und servieren

Tipp:

Zum Zerbröseln füllen Sie die Cantuccini am besten in einen Gefrierbeutel und rollen mit einer stabilen Teigrolle mehrmals darüber.

Quelle: Das Teubner Handbuch Desserts, Zutaten – Küchenpraxis - Rezepte