

Mittwoch, 25. Mai 2005

Menue für 4 Personen

zusammengestellt von

Heinz Urech



## CHNOCHE - CHUCHI

---

### MENUE

Carpaccio von Bresaola mit  
Radieschen-Vinaigrette

\*\*\*\*\*

Grüne Spargelsuppe

\*\*\*\*\*

Im Ofen gebackenes Kalbsfilet  
auf jungem Gemüse

\*\*\*\*\*

Limoncello-Semifreddo  
mit Balsamico-Erdbeeren

\*\*\*\*\*

## Carpaccio von Bresaola mit Radieschen Vinaigrette

1 Bund Radieschen  
1 Frühlingszwiebel  
1 gehäufter Essl. Kapern  
6-8 Blätter Frischer Basilikum  
4 Essl. Balsamico  
7 Essl. Olivenöl  
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

200 g Bresaola fein geschnitten

zum Garnieren:

6 Radieschen  
einige kleine Basilikumblätter

Die Radieschen waschen und in kleinste Würfelchen schneiden. Die Frühlingszwiebel mitsamt schönem Grün sehr fein hacken. Kapern und Basilikumblätter ebenfalls hacken.

Aus Essig, Öl, Salz und Pfeffer eine Sauce rühren und mit allen vorbereiteten Zutaten mischen.

Unmittelbar vor dem Servieren den Bresaola fächerartig auf 4 Teller anrichten und so mit Radieschen-Vinaigrette decken, dass die Spitzen der Fleischtranchen noch sichtbar sind.

Jeden Teller mit einigen Radieschen-Schnitzen und Basilikumblättern sowie nach Belieben etwas Salat garnieren und sofort servieren.

Als Beilage passt knuspriges Pariserbrot oder Pain Paillasse.

## Grüne Spargelsuppe

500 g	grüne Spargeln
2	Frühlingszwiebeln
5 dl	Geflügelbouillon (fettfrei)
2 dl	Rahm
2 TL	Butter
	Zucker, Salz, Curry, Cayenne
	Koriander aus der Mühle
1/2	Zitrone
	Kerbel

Die Spargeln abbrausen und die Enden wegschneiden. Pro Person ca. drei Spargelspitzen für die Garnitur abtrennen und diese in mässig gesalzenem Wasser auf den Punkt blanchieren, danach kurz abschrecken und mit Klarsichtfolie bedeckt beiseite stellen.

Die restlichen Spargelstangen in Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebeln klein schneiden und im Butter gut anziehen, die in Stücke geschnittenen Spargeln begeben und kurz mitdünsten.

4 dl Geflügelbouillon zufügen, mit je einer guten Prise Zucker und Salz würzen und das Gemüse zugedeckt bei kleiner Hitze so lange leise köcheln lassen, bis es gar ist.

Das Gemüse anschliessend mit dem Stabmixer fein pürieren und durch ein feines Drahtsieb zurück in die Sauteuse passieren. Das Spargelpurée mit so viel Bouillon verlängern, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Der Suppe 1 bis 2 dl Rahm zufügen und kurz vors Kochen bringen. Vorsichtig mit Salz, einer Spur Curry, einer Spur frisch gemahlenem Koriander und einem Hauch Cayenne würzen und zum Schluss mit ein paar Tropfen Zitronensaft aromatisieren. Die Spargelspitzen in wenig aufschäumender Butter heiss schwenken. Die Suppe in vorgewärmte Teller verteilen, mit den Spargelspitzen garnieren und mit gezupften Kerbelblättchen bestreuen.

Nach Belieben feinstgeschnittene Räucherlachsstreifen auf die Suppe legen.

## Im Ofen gebackenes Kalbsfilet auf jungem Gemüse

1 Bund	junge Karotten
2	mittlere Zucchetti
200 g	Champignons
1	Frühlingszwiebel
1 Essl.	Butter
150 g	ausgelöste frische Erbsen (oder Tiefgekühlte)
$\frac{1}{2}$ dl	Noilly Prat (trockener südfranzösischer Wermut) oder Weisswein
1 dl	Gemüsebouillon
$\frac{1}{2}$	dünn abgeriebene Zitronenschale
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
500 - 600 g	Kalbsfilet
1 Essl.	Bratbutter
1 dl	Rahm

1 Bund Karotten nur unter kaltem Wasser gründlich bürsten, nicht schälen. Je nach Grösse ganz belassen oder der Länge nach halbieren. Die Enden der Zucchetti abschneiden, die Früchte der Länge nach vierteln und ebenfalls in Stücke schneiden. Die Champignons rüsten und in Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln mitsamt schönem Grün hacken.

In einer weiten Pfanne die Butter erhitzen und die Frühlingszwiebeln darin glasig dünsten. Karotten und Champignons beifügen und im eigenen Saft 3-4 Minuten dünsten. Dann Zucchetti und Erbsen dazugeben, mit Noilly Prat oder Weisswein sowie Bouillon ablöschen und mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse zugedeckt nur noch so lange kochen lassen, bis die Zucchetti weich sind. Mitsamt Flüssigkeit in einer grosszügig ausgebutterten Gratinform verteilen.

Das Kalbsfilet mit Salz und Pfeffer würzen. In der sehr heissen Bratbutter rundum insgesamt 2 Minuten kräftig anbraten. Auf das Gemüsebett legen. Bis hierher kann das Gericht vorbereitet werden, nicht in den Kühlschrank stellen, sondern bei Zimmertemperatur stehen lassen.

Den Backofen bei 200 Grad vorheizen. Den Rahm über das Gemüsebett träufeln. Das Kalbsfilet im 200 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille während 20 Minuten braten. Dann herausnehmen, in eine doppelte Lage Alufolie wickeln und 8 bis 10 Minuten ruhen lassen. Das Gemüse im ausgeschalteten Ofen belassen.

Das Kalbsfilet in Scheiben schneiden, auf dem Gemüsebett anrichten und sofort servieren.

## Limoncello-Semifreddo mit Balsamico-Erdbeeren

2-3	Bio Zitronen
0.5 dl	Limoncello (Zitronenlikör)
125 g	Zucker
2.5 dl	Vollrahm pasteurisiert, eiskalt! kein UHT Rahm)

### Erdbeer Coulis

250 g	Erdbeeren
1 Essl.	Aceto Balsamico in Vecchiato
	Pfeffer aus der Mühle

Von einer Zitrone die Schale mit dem Zestenmesser dünn und in kurzen Streifen abziehen. In einen hohen Litermassbecher geben. Zitronen auspressen. 1 dl Saft zur Schale geben. Limoncello und Zucker zufügen. Mit dem Stabmixer (Scheibeneinsatz) aufmischen. Eiskalten Rahm (wichtig, er muss eiskalt sein!) im Faden dazugiessen. Die Masse 3-5 Minuten zu einer dicklichen Crème aufschlagen. In Schälchen verteilen und mindestens 2 Stunden tiefkühlen.

Erdbeeren in Würfelchen schneiden. Mit Aceto und Pfeffer marinieren. Vor dem Servieren auf der halbgefrorenen Crème anrichten.