

Mittwoch, 24. September 2008

**Menü für 4 Personen
zusammengestellt von
Hans Widmer**

Möhrensuppe mit Champagner

**Forellenfilet im Kopfsalat
Glasierte Safran Schalotten**

**Lamm-Tournedos
Kartoffel-Kürbis-Terrine
Cherry-Tomaten**

Apfel-Calvados-Creme

Forellenfilet im Kopfsalat mit Safran Schalotten

Zutaten für 4

- 6 grosse Kopfsalatblätter (Mittelrispe herausgeschnitten)
- 2 Forellenfilets (in kleine Würfelchen geschnitten)
- 50 g Frischkäse
- Frische, gehackte Kräuter
- 1-2 cm Ingwer (gerieben)

- Zwiebelsprossen und
- grosse Petersilie für die Garnitur

- 2 g Safranpulver
- 8 mittelgrosse Schalotten
- 30 g Butter

Zubereitung

Für die Füllung alle Zutaten mischen. Mit gehackten Kräutern, Salz und Pfeffer würzen. Die Füllung auf den Salatblättern verteilen und aufrollen. Röllchen auf dem Dampfkorbchen zugedeckt 5 - 8 Minuten garen.

Die Schalotten schälen und 4 - 5 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Abtropfen lassen. An der Wurzel-Seite 2-3 mm abschneiden, auf das spitze Ende drücken und die einzelnen Schichten der Schalotte herausdrücken.

In einer kleinen Pfanne das Safranpulver in 1 EL Wasser auflösen, aufkochen, die Schalotten-„Muscheln“ dazugeben und so lange führen, bis sie schön gelb sind. 30 g Butter dazugeben und die Schalotten unter Rühren glasieren. Würzen.

Schalotten herausnehmen. Etwas Mehl beifügen und dünsten. Mit wenig Weisswein und Gemüse-Bouillon ablöschen. Sauce reduzieren, würzen und mit wenig Rahm verfeinern.

Anrichten:

Fischrollen mit einem sehr scharfen Messer portionieren. Kleiner Saucenspiegel auf den Teller geben. Fisch darauf anrichten. Daneben Schalotten anrichten. Mit Zwiebelsprossen und Blattpetersilie garnieren.

Möhrensüppchen mit Champagner

Zutaten:

| | |
|-------|-----------------------|
| 2 | Schalotten |
| 1 EL | Butter |
| 400g | Möhren |
| 1. dl | Geflügelbrühe |
| 3 EL | Sahne |
| | Salz, Pfeffer, Zucker |
| 1 dl | Champagner oder Sekt |

Zubereitung:

Schalotten hacken und in Butter andünsten, Möhren in dünne Scheiben schneiden, dazu geben, mit Geflügelbrühe ablöschen und garen. (Ca. 10 – 15 Min.) Pürieren und durch ein Sieb streichen, Sahne dazu geben, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Suppe soll sehr dick sein. Den Champagner hinzugeben. Die Suppe schäumt auf und muss sofort serviert werden.

Lässt sich vorbereiten: Suppe fertig machen, bis auf den Champagner. Vor dem Servieren erhitzen und Champagner zufügen.

Lamm-Tournedos

Zutaten für 4 Personen

| | |
|-------|---------------------|
| 600 g | Lammrückenfilet |
| 8 | dünne Speckstreifen |
| 3 dl. | Lammfond |
| 30 g | Butter |
| 2 EL | Olivenöl |
| | Salz und Pfeffer |
| | Cherry-Tomaten |

Zahnstocher

Vorbereitung:

- Das Lammfilet in 16 Stücke schneiden. Je zwei mit einem Speckstreifen zu einem „Tournedo“ zusammensetzen und mit einem Zahnstocher fixieren. Ev. Überstehenden Speck abschneiden. Die 8 „Tournedos“ auf einem Teller mit Frischhaltefolie bedeckt in den Kühlschrank stellen. Eine halbe Stunde vor dem Braten herausnehmen.
- Den Lammfond auf 2 dl einkochen, vom Herd nehmen und beiseite stellen.

Fertigstellung:

- Die Lamm-„Tournedos“ würzen und insgesamt ca. 3 Minuten in wenig sehr heißem Erdnussöl braten. Im Ofen bei 80° ca. 40 Min. garen.
- Den Bratfond mit dem reduzierten Lammfond aufkochen und 30 g Butter mit dem Schneebesen einschlagen. Abschmecken.
- Cherry-Tomaten in Bratpfanne erhitzen, mit Salz und Pfeffer würzen

Kartoffel-Kürbis-Terrine

Zutaten:

500 g mehlig kochende Kartoffeln
250 g Kürbisfleisch
20 g Butter
2 Eier
Salz, Pfeffer, Muskatnus

Zubereitung:

- Kartoffeln schälen und vierteln. Kürbisfleisch in Würfel schneiden. Beides zusammen in Salzwasser weich garen. Wasser abgiessen, Kartoffeln und Kürbis pürieren. Butter untermischen, abkühlen lassen.
- Eier verquirlen und unter das Püree rühren, würzen. Masse in eine eingefettete Terrinenform von ca. 7,5 dl Inhalt füllen. Mit einer eingefetteten Alufolie abdecken. Form in ein ofenfestes Gefäß stellen, mit kochendem Wasser bis 2 cm unter den Rand der Terrinenform auffüllen. Im 180 Grad heißen Ofen ca. 60 Minuten garen.
- Terrine aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen. Aus der Form stürzen und in Tranchen schneiden, mit dem Fleisch servieren

Apfel-Calvados-Creme

Zutaten:

| | |
|-------|-------------------------|
| 4 | säuerliche Äpfel |
| 30 g | Zucker |
| 1 Pk. | Vanille Zucker |
| 250 g | Mascarpone |
| 2 El | Calvados |
| 30 g | Puderzucker |
| 1 | Eigelb |
| 30 g | Butter |
| 50 ml | Weisswein |
| 50 ml | Wasser |
| 1 | Zitrone (Schalenabrieb) |
| etwas | Zimt |

Zubereitung:

- Eigelb, Puderzucker und Calvados schaumig rühren. Danach den Vanillezucker dazugeben und die Mascarpone-Creme unterheben. Anschliessend die Creme für ca. 20 Minuten in den Kühlschrank stellen.
- Die Äpfel schälen und entkernen und in Würfel schneiden. Anschliessend die Butter in der Pfanne erhitzen. Zucker, Wein, Wasser und den Zitronenabrieb dazu fügen und aufkochen. Die Apfelwürfel dazugeben und so lange dünsten bis die Flüssigkeit reduziert ist.
- Apfelwürfel in einer runden oder eckigen Form anrichten und abkühlen lassen. Kann auch direkt portionsweise in kleineren Formen angerichtet werden. Nach dem abkühlen der Äpfel die Creme darauf verteilen und mit etwas Zimt überstreuen.