

Menü für 4 Personen  
zusammengestellt von  
Hans Widmer

Kochen vom 3. Mai 1995

Grünkernsuppe

\*\*\*\*\*

Artischockensalat

\*\*\*\*\*

Kartoffelroulade mit  
Pilzen

\*\*\*\*\*

Crème Bavaoise  
Erdbeersauce  
Ananassauce  
Zabayone

## Grünkernsuppe

### Zutaten:

50 g Grünkernmehl  
1,2 l Bouillon  
2 dl Vollrahm  
Salz, Pfeffer  
ein Spritzer Zitronensaft  
etwas Wirz, in Streifen geschnitten und gedämpft

### Zubereitung:

Das Grünkernmehl in einer trockenen Kasserolle bei nicht zu grosser Hitze unter ständigem Rühren so lange rösten, bis es in der ganzen Küche wunderbar duftet und das Mehl leicht Farbe angenommen hat. Dann die Bouillon dazugiessen, umrühren und unbedeckt etwa 15 Minuten köcheln lassen. Am Schluss den Rahm zufügen, nochmals kurz kochen und mit Salz, Pfeffer sowie Zitronensaft abschmecken. Die Suppe in tiefe Teller oder Tassen füllen und mit Wirzstreifen garnieren.

## Artischockensalat

4 Artischocken

im Dampfkochtopf ca. 12 Minuten weich kochen, abkühlen, Blätter lösen, ca. 40 davon Sternförmig auf 4 Teller anrichten. Von den restlichen Blättern das untere zarte Fleisch mit einem Löffel wegschaben, beiseite stellen. Heu aus den Artischockenböden lösen, Artischockenböden in Streifen schneiden.

Vinaigrette:

3 EL Weissweinessig

2 EL Zitronensaft

5-6 EL Olivenöl

1 Knoblauchzehe, gepresst

1 EL gehackte Petersilie

1 EL Kapern, gehackt

Salz, nach Bedarf weisser

Pfeffer aus der Mühle

alles gut verrühren

in Streifen geschnittene

Artischockenböden

beiseite gestelltes

Artischockenfleisch

1 Dose Artischockenherzen- oder Böden, nach Belieben

mit der Vinaigrette mischen, in der Mitte des Sterns anrichten

2-3 Tomaten, geschält, entkernt

in Würfeli schneiden, darüber verteilen

1 EL Kapern, nach Belieben

darüberstreuen, sofort servieren

## Kartoffelroulade mit Pilzen

### Zutaten

Plastikfolie

400 g Kartoffeln (Urgenta)

100 g Mehl

1 Ei

Salz, Muskatnuss

### Für die Füllung:

2 g getrocknete Totentrompeten ca. ½ Stunde  
in lauwarmem Wasser eingeweicht

125 g frische Champignons

½ EL Butter, ½ EL Schalottenwürfelchen

½ dl Weisswein, Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 ½ EL Paniermehl

### Für die Pilzsauce:

400 g gemischte Pilze (nach Marktangebot)

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 EL Butter, 1 EL Schalottenwürfelchen

1 dl Weisswein

1 ½ dl Rahm

Petersilie, Schnittlauch

### Zubereitung:

1. Für die Füllung die abgetropften Totentrompeten und die geputzten Champignons hacken oder im Cutter zerkleinern. Die Schalottenwürfelchen in aufschäumender Butter andünsten, die Pilze zufügen, bei starker Hitze mit dem Weisswein ablöschen, würzen, das Paniermehl einstreuen, mit einem Holzlöffel zu einer teigartigen Masse verrühren, vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
2. Die Kartoffeln in der Schale weich kochen, schälen, durch die Kartoffelpresse drücken und zusammen mit Mehl, Ei, Salz sowie Muskatnuss zu einem Teig verarbeiten. Die Masse auf Plastikfolie etwa 1 cm dick zu einem Quadrat ausrollen, mit der Pilzfüllung bestreichen, zusammenrollen, in die Folie einwickeln und wie eine Wurst binden. In einem passenden Topf genügend Wasser zum Kochen bringen und die Roulade etwa 30 - 40 Minuten bei reduzierter Hitze pochieren.
3. Für die Sauce die mit Salz und Pfeffer gewürzten Pilze in aufschäumender Butter braten, dann die Schalottenwürfelchen zufügen, nochmals einen Moment sautieren, mit Weisswein ablöschen, den Rahm dazugiessen und zur gewünschten Konsistenz einkochen. Erst unmittelbar vor dem Servieren etwas feingeschnittene Petersilie und Schnittlauchröllchen zufügen. Die Sauce auf vorgewärmte Teller verteilen und die in Scheiben geschnittene Kartoffelroulade darauf anrichten.

## Crème Bavaoise mit verschiedenen Saucen

Zutaten für Bavaoise (8 Personen!)

4 Eigelb  
150 g Zucker  
30 cl Milch  
1 Vanilleschote  
4 Blatt Gelatine  
30 cl Rahm  
80 g Schoggi-Kuvertüre  
3 cl Cognac

1. Eigelb und Zucker vorbereiten. Eigelb ohne jeden Rest Eiweiss in die Rührschüssel geben, dazu den genau abgewogenen Zucker. Mit dem Rührwerk auf niedriger Stufe führen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat. Das dauert etwa 10 Minuten. Nicht mit dem Schlagbesen schaumig schlagen.
2. Milch und das ausgeschabte Mark der Vanilleschote zusammen aufkochen, noch heiss zur Eigelbcreme giessen, während der Rührbesen seine Runden dreht.
3. In einen Topf geben und unter ständigem Rühren erhitzen. Nicht aufkochen! Gelatine darin auflösen. Steifgeschlagenen Rahm unter die festwerdende Crème ziehen.
4. 1/3 der Crème in 8 Förmchen von ca. 1 dl Inhalt verteilen.
5. Während die Vanillecreme abkühlt 80 g Schoggi-Kuvertüre im heissen Wasserbad schmelzen und anschliessend abkühlen lassen, bis sie fast kalt, aber noch flüssig ist. Die Kuvertüre und 3 cl Cognac unter die restliche Creme meliren. In einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen, 1 cm tief in die helle Creme tauschen und die dunkle Creme hineindrücken. So verteilt sich die Vanillecreme ganz automatisch am Rand. Nach dem Kühlen stürzen.

### **Erdbeersauce**

250 g vollreife Erdbeeren  
125 g Orangenkonfitüre  
2 cl Rum

pürieren und durch ein Sieb streichen.  
erwärmen, bis sie flüssig wird. Abseits vom Herd  
dazugeben, die Sauce abkühlen lassen und mit dem Fruchtpüree mi-  
schen.

### **Ananassauce**

400 g Ananas  
100 g Zucker  
6 EL Wasser  
½ Vanilleschotte  
2 cl Cognac

im Mixer pürieren,  
aufkochen, das Mark von  
und 2/3 des Ananaspürees dazugeben und 2 Minuten kochen. Dann  
und das übrige Fruchtpüree hineinrühren und die Sauce kalt werden  
lassen

### **Zabayone**

4 Eigelb  
1 Ei  
120 g Zucker

mit dem Schneebesen cremig, nicht schaumig rühren, bis sich der Zucker  
aufgelöst hat. In eine Edelstahlschüssel umfüllen und in einen Topf mit  
knapp siedendem Wasser hängen. Die Schüssel darf den Topfboden nicht  
berühren.

8 cl Marsala

nach und nach dazugiessen und die Creme mit dem Schneebesen ständig  
schlagen, bis sie das doppelte Volumen erreicht hat und etwa 45 ° warm ist.  
In der Schüssel über Eiswasser wieder kalt schlagen, damit sie möglichst  
wenige von ihrem Volumen verliert.