

REZEPT VON MARLIES

Sendung vom 23.04.2016

Currysuppe mit Crevettenspiessli

* * *

Rindsfilet niedergegart Kartoffel-Gratin Saisongemüse Béarnaise-Sauce

* * *

Schoggikuchen mit flüssigem Kern Fruchtsalat

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: CURRYSUPPE MIT CREVETTENSPIESSLI

1 Zwiebel, fein geschnitten
1 EL Butter
1 EL Curry scharf
ca. 500 g Kartoffeln
1 Chili entkernen, fein geschnitten
1 Ingwer, gerieben, ca. 2 cm
4 dl Gemüsebouillon
2 dl Kokosmilch
1 EL Koriander
200 g Crevetten, gross, geschält
Salz
Pfeffer
Zitronengrasstängel

Kartoffeln schälen und grob würfeln. Butter erhitzen und darin die Zwiebel andünsten. Mit Curry bestäuben und kurz mitdünsten. Kartoffeln, Chili, Ingwer und Koriander hinzufügen. Mit Gemüsebouillon und Kokosmilch ablöschen. Dann für ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Die Suppe pürieren. Koriander dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und evtl. Chili nachwürzen. Crevetten auf Zitronengrasstängel aufspießen und anbraten.



HAUPTGANG: RINDSFILET NIEDERGEGART, KARTOFFEL-GRATIN, SAISONGEMÜSE, BÉARNAISE-SAUCE

Rindsfilet

800 g Rindsfilet, Mittelstück
Bratbutter
¾ TL Salz
wenig Pfeffer

Rindsfilet mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Bratbutter in der Bratpfanne rundherum anbraten. Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken. In der Mitte des auf 80°C vorgeheizten Ofens für ca. 2 Stunden niedergaren. Kerntemperatur 54°C (à point).

Kartoffelgratin

1 kg Kartoffeln
4 dl Rahm
4 dl Milch
1-2 Knoblauchzehen, gepresst
200 g Bergkäse, gerieben
1 Prise Muskatnuss, gerieben
Salz
Pfeffer

Kartoffeln schälen, in Scheiben hobeln und in eine Gratinform schichten. Rahm, Milch und Knoblauch zusammenführen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss gut würzen. Über die Kartoffeln giessen. Im vorgeheizten Ofen bei 180°C im unteren Teil für ca. 45 Minuten backen.

Den geriebenen Käse auf dem Kartoffelgratin verteilen und nochmals für 10 Minuten bei 220°C fertig backen.



Sauce Béarnaise

1 dl Weisswein
1 EL Weissweinessig
1 Schalotte, grob gehackt
1 Zweig Estragon
4 Pfefferkörner, weiss, zerdrückt
1 EL Estragon, fein gehackt
2 Eigelb
100 g Butter, kalt
Salz
Pfeffer

Wein bis und mit Pfefferkörner auf ca. 2 EL einkochen und anschliessend auskühlen lassen. Reduktion in ein Wasserbad stellen, knapp unter dem Siedepunkt Eigelb begeben, mit dem Schwingbesen rühren bis die Masse schaumig ist. Butter portionenweise unter Rühren begeben. Aus dem Wasserbad nehmen. Kurz vor dem Servieren Estragon begeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Safran Sesam Brötli (12 Stück)

375 g Weissmehl
1 Prise Safran
20 g Hefe
1 TL Salz
100 g Butter, in Stücke, kalt
2.5 dl Milch
Einige Tropfen Sesamöl
Sesam

Mehl und alle Zutaten bis und mit Salz in einer Schüssel mischen. Butter begeben und zu einer krümeligen Masse verreiben. Milch begeben, rasch zu einem weichen Teig zusammenfügen und kneten.

12 Teigkugeln formen, 1 Mal einschneiden, in die Form geben, mit Sesam bestreuen und während rund 30 Minuten aufgehen lassen. Für ca. 20 Minuten in der Mitte des auf 200°C vorgeheizten Backofens backen.



Saison Gemüse: glasierte Rüebli

800 g Rüebli, geschält
20 g Butter
1 EL Zucker
50 g Butter
1 dl Gemüsebouillon

Butter in der Pfanne schmelzen, Rüebli begeben, Zucker und Bouillon darüber streuen und für ca. 7 Minuten knapp weich dünsten.

Saison Gemüse: Federkohl

1 kg Federkohl
Salz
1 kleine Zwiebel, fein geschnitten
2 EL Butter
1 dl Noilly Prat
1.5 dl Rahm
Salz
Pfeffer

Die grünen Blätter von den Rippen streifen und kalt spülen. Reichlich Salzwasser aufkochen. Den Federkohl 10 Minuten blanchieren, in ein Sieb geben und kalt abspülen. Dann gut ausdrücken und in Streifen schneiden.

Zwiebel andünsten, Federkohl begeben und kurz mitdünsten. Mit Noilly Prat ablöschen und würzen. Für ca. 5 Minuten weiter dünsten. Den Rahm dazu giessen und 10 Minuten einkochen.



DESSERT: SCHOGGIKUCHEN MIT FLÜSSIGEM KERN, FRUCHTSALAT

Schoggikuchen mit flüssigem Kern

Butter und Paniermehl für die Förmchen

85 g Schokolade (72% Kakao)

85 g Butter

2 Eier

1 Eigelb

40 g Zucker

20 g Mehl gesiebt

Förmchen einbuttern und mit Paniermehl bestreuen. Die Schokolade im Wasserbad schmelzen. Eier, Eigelb und Zucker darunter rühren, Mehl dazugeben und alles mischen.

Die Masse in die Förmchen giessen, in die Mitte ein kleines Stück Schokolade geben. Für 4 Stunden kalt stellen. Dann im vorgeheizten Backofen bei 200°C in der Ofenmitte für ca. 8-10 Minuten backen.

Fruchtsalat

1 Kiwi

1 Babyananas

1 Mango

2 Passionsfrüchte, nur Saft durch ein Sieb gestrichen

½ Saft einer Limette

4 cl Maraschino, Früchte damit beträufeln, alles mischen

wenig Chili, fein geschnitten

Alle Früchte schälen, nach Belieben klein schneiden, in eine Schüssel geben und mit Maraschino beträufeln. Etwas Chili begeben und alles mischen.