

## REZEPT VON NATALIE

Sendung vom 13.02.2016

### Lachs- und Thunfischtatar mit Avocados Sankt-Galler Bürli

\* \* \*

### Wildschwein Koteletten Wildrahmsauce Pommes Savoyarde Gemüse-Bouquet

\* \* \*

### Käseplättli mit hausgemachtem Feigen-Kompott Crêpes mit Apfel-Birnen-Zimt-Füllung Läckerli Crumble Vanille-Glacé

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





## VORSPEISE: LACHS- UND THUNFISCHTATAR MIT AVOCADOS, SANKT-GALLER BÜRLI

### Lachs- und Thunfischtatar mit Avocados

Rezept für 5 Personen

50 g frischer Thunfisch MSC  
50 g Lachs MSC, geräuchert  
2 Mangos (1 als Reserve, falls schlecht)  
2 Avocados (1 als Reserve, falls schlecht)  
20 g Frischkäse (z.B. Philadelphia)  
1 Limette, Saft davon  
Sesamöl  
Sesamkörner  
Salz  
Sojasauce  
Wasabi-Paste  
Frischer Schnittlauch

Sesamkörner ohne Öl in der Bratpfanne rösten bis sie goldbraun sind. Auskühlen lassen. Frischer Thunfisch in kleine (ca. 4x4 cm) Würfeli schneiden und mit ganz wenig Sesamöl und den Sesamkörnern vermengen. Mit Sojasauce und Wasabi-Paste abschmecken und kühl stellen.

Lachs in kleine Würfeli schneiden, mit Schnittlauch und Frischkäse vermengen. Mit Salz und allenfalls ein wenig Zucker abschmecken. Die Mango in kleine Würfeli schneiden und beiseite stellen. Die Avocado ebenfalls in Würfeli schneiden und mit wenig Salz abschmecken.

Kurz vor dem Anrichten (wirklich unmittelbar davor!) den Limettensaft zur Thun-Masse geben und sofort im Ausstechring/-viereck anrichten. Erste Schicht Mango, zweite Schicht Thun. Erste Schicht Avocado, zweite Schicht Lachs. Für eine tolle Optik Butterfischli mit Ausstechform vorbereiten.



## Sankt-Galler Bürli

Rezept für 12 mittelgrosse Portionen (5-7 cm Durchmesser)

350 g Ruchmehl  
1 Pack Trockenhefe  
1 TL Salz  
3 dl Wasser

Mehl in eine Schüssel geben, Salz und Hefe dazugeben. Wasser einrühren und während ca. 10 Minuten zu einem Teig verarbeiten. Dann mit einem Tuch abdecken und für 1 Stunde bei Raumtemperatur ruhen und quellen lassen. Der Teig ist eher flüssig und klebrig, das ist aber normal.

Den Teig schnell in 12 Teile teilen. Aus jedem Teil Mini-Bürli formen dabei ohne Druck auf den Teig arbeiten. Jeweils 2 Bürli dicht nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und anschliessend mit Mehl bestäuben. Sofort und schnell in den vorgeheizten Backofen bei 220°C (Umluft) etwa 15-20 Minuten backen. Fertige Bürli aus dem Ofen nehmen und sofort mit heissem Wasser bepinseln. Auskühlen lassen und bei Bedarf und Lust auf eine noch knusprigere Kruste vor dem Servieren toasten oder noch einmal kurz für 250°C (Umluft) in den vorgeheizten Ofen schieben.



## **HAUPTGANG: WILDSCHWEIN KOTELETTEN, WILDRAHMSAUCE, POMMES SAVOYARDE, GEMÜSE-BOUQUET**

### **Wildschwein-Rack (in Koteletts geschnitten) mit Wildrahmsauce**

Rezept für 5 Personen

1.2 kg Wildschweinrack  
3 Knoblauchzehen, geschält und halbiert  
Frische Kräuter (Thymian, Rosmarin)  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
Öl (Bsp. Erdnussöl)  
1 Braten-Thermometer  
1 dl Rotwein  
2 EL (gehäuft) Wildfond (beim Metzger bestellt)  
3 dl Vollrahm  
2 EL Wild Preiselbeer-Kompott  
Frische Kräuter (Rosmarin)  
Butterflöckli

Fleisch vom Metzger des Vertrauens bestellen. Von Fett, Sehnen und Silberhaut befreien und mit einer Kräuter-Öl-Marinade am Vortag einreiben. Am besten in einem gut verschlossenen Gefrier-Beutel über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Für den besonderen Geschmack, regelmässig mit viel Liebe und Zuspruch die Marinade durch den verschlossenen Beutel einmassieren.

Achtung: früh genug beginnen, da Niedergar-Fleisch! Öl oder Bratbutter in einer Bratpfanne erhitzen, das Rack während ca. 2 Minuten pro Seite (auf alle 4 Seiten drehen!) anbraten. Die Kräuter und Knoblauch dazu und kurz mitrösten. In den auf 80°C vorgeheizten Ofen geben und während ca. 1.5 Stunden niedergaren. Dabei soll die Kerntemperatur von 55°C nie übersteigen. Fleisch vor dem Servieren noch einmal kurz anbraten für eine leicht krosse Kruste.

Den Jus mit den Kräutern und dem Knoblauch mit Rotwein ablöschen, einreduzieren lassen. Wildfond dazugeben und leicht köcheln lassen. Zum Schluss Rahm, Preiselbeeren und frische Kräuter dazugeben und abschmecken.

## Pommes Savoyarde

Rezept für 5 Personen

700 g Kartoffeln (Amandine eignen sich gut)  
2.5 dl Gemüse-Bouillon  
Reibkäse  
Butter

Backofenform mit Butter ausreiben. Die Kartoffeln der Länge nach halbieren und in 2-3 mm dicke Scheiben schneiden (ohne dabei die Kartoffel ganz durch zu schneiden) und mit der Hand flachdrücken. Nebeneinander in das Backfengeschirr schichten und mit der heissen Bouillon übergiessen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C für ca. 30 Minuten backen (Umluft). Mit Reibkäse bestreuen und 5 Minuten goldbraun überbacken.

## Gemüse-Bouquet

Rezept für 5 Personen

5 Cherry-Tomaten mit Strunk  
3 grosse Rüebli (farbige; z.B. orange und gelbe)  
5 Streifen blanchierte Lauchblätter  
1 Pack frischer Blattspinat  
2 Knoblauchzehen, geschält und gehackt  
6 Tranchen Bratspeck  
Bouillon  
Crema di Balsamico  
Öl zum Anbraten  
Butter  
Salz  
Zucker

Cherry-Tomaten waschen und Strunk nicht entfernen. In einer Bratpfanne mit Öl scharf und kurz anbraten, mit Balsamico beträufeln und kurz darin schwenken. Auf die Seite stellen und warm halten.

Rüebli in schöne, gleich lange Streifen schneiden und kurz im Salzwasser blanchieren bis sie knackig sind. Mit Lauchblätter als Päckli schnüren (ca. 8 Rüebli-Stäbli) und die Enden gleichmässig kürzen. Auf die Seite stellen und mit zerlaufener Butter und ein wenig Salz abschmecken.

In Streifen geschnittener Speck ohne Öl anbraten, Knoblauch dazu geben und mitdünsten. Spinat waschen, gut abtropfen und im noch heissen Speck-Knoblauch-Öl sautieren. Dies zum Schluss und kurz vor dem Anrichten machen. Anschliessend mit wenig Salz und Zucker abschmecken.

Den Spinat mit einem runden Ausstechring anrichten, die Cherry-Tomate daraufsetzen und als Nachbar das Rüebli-Päckli positionieren.



## DESSERT: KÄSEPLÄTTLI MIT HAUSGEMACHTEM FEIGEN-KOMPOTT, CREPES MIT APFEL-BIRNEN-ZIMT-FÜLLUNG UND LÄCKERLI CRUMBLE, VANILLE-GLACE

### Käseplättli mit hausgemachtem Feigen-Kompott

Rezept für 5 Personen

8 gedörrte Feigen  
2.5 dl Rotwein  
3 EL Zucker  
5 Sternanis  
3 Zimtstangen

Feigen in feine Streifen schneiden. Zusammen mit Rotwein, Zucker und den Gewürzen in einen kleinen Kochtopf geben. Unter ständigem Rühren einreduzieren lassen. Nach und nach Rotwein dazugeben. Je länger die Masse köchelt, desto besser. Mit Honig abschmecken und in Weckgläser auskühlen lassen.

Käse nach Belieben in 2x2 cm grosse Würfel schneiden und mit Kompott sowie Baumüssen servieren. Dazu passen selbstgemachte Mini-Bürli hervorragend.

## Crêpes mit Apfel-Birnen-Zimt-Füllung und Lächerli Crumble

Rezept für 5 Personen

25 g Rohzucker/Brauner Zucker  
50 g Weissmehl  
1 dl Bio-Vollmilch  
2 Eier (Freiland)  
1 Päckli Vanille-Zucker  
1 Prise Salz  
Butter  
1 Apfel (z.B. Braeburn, je nach Saison)  
1 Birne (z.B. Gute Luise, je nach Saison)  
2 Zimtstangen  
30 g Schweizer Honig  
5 Basler Lächerli  
30 g Butter  
15 g Rohzucker/Brauner Zucker

Eier mit Vanille-Zucker und Zucker aufschlagen bis die Masse hell wird. Dann Mehl, Milch sowie eine Prise Salz dazugeben und zu einem schaumigen Teig verquirlen/mixen. Butter in einer Brat- oder Crêpepfanne schmelzen und Crêpeteig darin dünn verteilen. Wenden und backen bis goldbraun.

Apfel und Birne schälen und in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit wenig Wasser, Zimtstangen und Honig auf kleiner Flamme einkochen lassen.

Die Crêpe mit 2 EL der Masse befüllen und einrollen. Die Enden diagonal abschneiden und mit Puderzucker und Zimt für ein winterliches Muster (mit einer selbst gebastelten Stern-Schablone) bestäuben.

Die Lächerli in kleine Würfel schneiden und in Bratpfanne mit Butter und Zucker karamellisieren. Am Schluss die Crêpe damit garnieren.



## **Cremiges Vanille-Glacé (ohne Eismaschine)**

Rezept für 1 Liter Vanille-Glacé

500 ml Bio-Vollmilch  
250 ml Vollrahm  
3 Vanilleschoten  
4 Eigelb (Freiland)  
150 g Agavensirup  
1 Thermometer (habe mein Braten-Thermometer verwendet)

Milch und Rahm in einen grossen Topf geben. Die Vanilleschote aufschlitzen und leicht auskratzen, dann das ausgekrazte Mark mitsamt der Schote dazugeben und alles einmal aufkochen lassen. Dann vom Herd nehmen.

Eigelb und Agavensirup in einer grossen Schüssel schaumig aufschlagen, das Eigelb sollte fast weiss sein. Dann die Milch-Rahm-Mischung langsam in einem dünnen Strahl und unter stetigem Rühren in die Eimasse giessen, dabei rühren wie wild, damit sich alles gut verbindet und ja kein Ei-Molekül auf die Idee kommt, sich in ein Flöckchen zu verwandeln. Die komplette Masse wieder zurück in den Topf giessen und unter ständigem Rühren eindicken lassen. Die Masse soll dabei nicht über 85°C heiss werden, daher immer schön mit dem Thermometer die Temperatur checken. Dabei den Thermometer nicht bis zum Pfannenboden in die Masse halten! „Eindicken“ bedeutet in diesem Fall weniger Pudding-Konsistenz, vielmehr wird es aussehen wie Vanillesauce. Wenn Temperatur und Konsistenz erreicht sind, den Topf vom Herd nehmen und das Ganze auskühlen lassen.

Die erkaltete Masse in einen gefrierfähigen, verschliessbaren Behälter (ich habe ein grosses Tupperware genommen) füllen und in den Gefrierschrank stellen. Nach 1 Stunde einmal kräftig durchrühren, ideal ist dazu ein Stabmixer geeignet. Nach weiteren 2-3 Stunden noch einmal rühren oder mixen. Dann über Nacht durchfrieren lassen.

Vor dem Servieren (ca. 45 Minuten vorher) etwas antauen lassen.