

REZEPT VON BELINDA

Sendung vom 17.12.2016

Rüebli-suppe

* * *

Rindsfilet Stroganoff gebratener Federkohl getrübelter Kartoffelstock

* * *

Zitronen-Ingwer-Glace mit Traubensalat

Vorspeise



Hauptgang



Dessert



VORSPEISE: RÜEBLISUPPE

400 g Rüebli
1 Kartoffel, mehlig
1 Zwiebel, klein
20 g Ingwer, frisch
100 g Mango, frisch
1 Knoblauchzehe
5 dl Bouillon
1 EL Öl
Salz
Pfeffer
Rahm oder Kokosmilch

Alles schälen, würfeln und zusammen mit etwas Öl in der Pfanne andünsten. Mit Bouillon ablöschen und weichköcheln. Mit dem Stabmixer pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und vor dem Servieren mit Rahm oder Kokosmilch verfeinern. Falls die Flüssigkeit knapp ist, kann etwas Orangensaft dazu gegossen werden.



HAUPTGANG: RINDSFILET STROGANOFF, GEBRATENER FEDERKOHLE, GETRÜFFELTER KARTOFFELSTOCK

Rindsfilet Stroganoff

600 g Rindsfilet in Würfel
Bratbutter
Salz
1 TL Paprika
Pfeffer
1 Zwiebel, gehackt
1 rote Peperoni, feine Streifen
200 g Champignons, in Scheiben oder Würfel
2 dl Weisswein oder Rotwein
2 dl Rindsfond oder Fleischbouillon
1 Essiggurke, feine Streifen
180 g Crème-fraîche

Fleisch portionenweise ganz kurz anbraten. Mit Salz, Paprika und etwas Pfeffer würzen und warm stellen. Hitze reduzieren und geschnippelte Zutaten ohne Essiggurken andämpfen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Paprika würzen und mit Wein ablöschen. Aufkochen und auf die Hälfte einkochen. Fonds dazu giessen, wieder aufkochen und etwas einkochen lassen.

Essiggurken und Fleisch dazugeben, heiss werden lassen, Crème-fraîche unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf heissen Tellern servieren.

Gebratener Federkohl

500 g Federkohl
1 Zwiebel, gehackt
2 Knoblauchzehen, gehackt
2 cm Ingwer, frisch gehackt
1 EL Öl
4 EL Sojasauce
1 dl Wasser

Zwiebel, Knoblauch und Ingwer fein hacken und andünsten. Federkohl waschen, in Streifen schneiden, portionenweise begeben und mitdünsten bis er zusammenfällt. Sojasauce und Wasser begeben und für 20 Minuten zugedeckt weichkochen. Deckel wegnehmen und die Flüssigkeit einkochen lassen.



Getrüffelter Kartoffelstock

1 kg Kartoffeln, mehlig kochend
ca. 1 l Salzwasser
2 dl Milch
einen Schuss Rahm
50 g Butter
Salz
Pfeffer
wenig Muskat
½ TL Trüffelpaste, Trüffelöl oder geriebener Trüffel

Salzwasser zum Sieden bringen. Kartoffeln schälen, vierteln und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten weich kochen. Stampfen oder durch Passe-vite durchlassen. Milch, Rahm und Butter mit einer Kelle oder Schwingbesen die zu einer Masse vermengen. Mit Salz, Pfeffer und wenig Muskat würzen. Trüffelpaste, Trüffelöl oder geriebener Trüffel beifügen und abschmecken. Heiss anrichten.



DESSERT: ZITRONEN-INGWER-GLACE MIT TRAUBENSALAT

400 g Zitronen, geschält und filetiert (ca. 6-7 Stück)
etwas Zucker
etwas Zitronen-Ingwer Sirup
1 cm Ingwer, frisch geraffelt
80 g Zucker
1 dl Rahm (bei Thermomix reicht 1-2 Eiweiss)
500 g Trauben, kernlos, gewaschen und halbiert
1 dl Zitronensaft
6 EL Prosecco oder süsslichen Weisswein
1 TL Vanillepaste
1 Prise Zimt
6 EL Zucker, je nach Süsse der Trauben

Zitronen schälen und filetieren. Mit etwas Zucker bestreuen und mit Zitronen-Ingwer Sirup marinieren. Ingwer raffeln. Alles vermischen und bei Zimmertemperatur ziehen lassen. Alle Zutaten einfrieren.

Zusammen mit Zucker und Rahm in die Glacemaschine oder Masse mit dem Mixer schlagen und für mindestens 5 Stunden einfrieren lassen. Zwischendurch die Masse gut durchrühren.

Trauben, Zitronensaft, Prosecco oder süsslichen Weisswein, Vanillepaste, Zimt und Zucker kurz erhitzen, über die Trauben giessen und ziehen lassen. Vor dem Servieren hübsch mit dem Glace anrichten.