REZEPT VON TANJA

Sendung vom 03.03.2018

Zitronengrassuppe

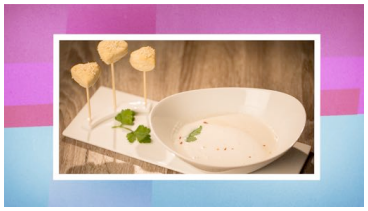
* * *

Kalbsfilet mit Balsamico-Butter
Spätzli
Gemüse

* * *

Grand Marnier-Parfait
Warmer Schoggikuchen
Frische Früchte

Vorspeise



Hauptgang

Dessert

VORSPEISE: ZITRONENGRASSUPPE

1 Chilischote, klein, rot
3 Stängel Zitronengras
3 Schalotten
½ Bund Petersilie, glattblättrig
2 EL Olivenöl
4 dl Kokosmilch
80 g Ingwer, frisch
6 dl Gemüsebouillon
½ TL Currypulver
Salz
Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Die Zitronengrasstängel in dünne Ringe schneiden. Die Schalotten schälen und hacken. Den Ingwer schälen und grob hacken. Die Chilischoten der Länge nach halbieren und entkernen.

In einer mittleren Pfanne das Öl erhitzen und alle vorbereiteten Würzzutaten andünsten. Dann die Bouillon und die Kokosmilch dazugeben und alles zugedeckt auf mittlerem Feuer etwa 10 Minuten kochen lassen. Die Suppe durch ein feines Sieb giessen und mit Curry, Salz und Pfeffer abschmecken. Bis hierher kann die Suppe 1-2 Tage im Voraus zubereitet werden.

Vor dem Servieren die Suppe nochmals aufkochen. Mit dem Stabmixer schaumig aufschlagen und in Tellern anrichten. Mit Petersilie und Rahm garnieren.

HAUPTGANG: KALBSFILET MIT BALSAMICO-BUTTER, SPÄTZLI, GEMÜSE

Kalbsfilet

1 Kalbsfilet (ca. 800 g)
2 EL Aceto Balsamico
Salz

Marinade:
1 EL scharfer Senf
1 EL Öl
1 EL trockener Sherry
wenig Pfeffer aus der Mühle

Alles gut verrühren, Fleisch damit bestreichen und zugedeckt ca. 1 Tag im Kühlschrank marinieren.

Fleisch ca. 1. Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Backofen auf 80°C vorheizen. Platte und Teller vorwärmen. Fleisch mit 1 TL Salz würzen und ca. 4 Minuten anbraten, Hitze reduzieren und 2 EL Aceto Balsamico beigeben und Fleisch darin wenden. Ca. 1 Minute weiterbraten, auf die vorgewärmte Platte legen, Fleischthermometer einstecken. Für ca. 1.5 Stunden in der unteren Hälfte des vorgeheizten Ofens Niedergaren. Die Kerntemperatur soll 60°C betragen.

Balsamico Butter

100 g Butter
1 dl Aceto Balsamico
1 dl roter Traubensaft
1 Prise Salz
wenig Pfeffer

Butter in einer Schüssel weich rühren. Aceto und Traubensaft auf ca. 4 Esslöffel einkochen. Warm mit der Butter verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit einem Spachtel auf einem Backpapier ca. 2 cm dick rechteckig ausstreichen, mindestens 1 Stunde kühl stellen. Mit Messer in die gewünschte Form schneiden.

Knöpfli

300 g Spätzlimehl
0.75 TL Salz
3 frische Eier
1.5 dl Milchwasser

Alles zusammen mixen. Salzwasser siedend, portionenweise durchs Knöpflisieb streichen. Sobald eine Portion verarbeitet ist und die Knöpfli an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen.

Gemüse

Broccoli, Rüebli und Kohlrabi rüsten und in der Gemüsebouillon noch bissfest kochen.

DESSERT: GRAND MARNIER-PARFAIT, WARMER SCHOGGIKUCHEN, FRISCHE FRÜCHTE

Grand Marnier Parfait

2 Eigelb, frisch
5 EL Zucker
4 EL Grand Marnier
1 Vanillestängel
2.5 dl Rahm
2 Eiweiss
1 EL Zucker

Eigelb, Zucker und Grand Marnier rühren bis die Masse hell ist. Die Samen vom Vanillestängel auskratzen und unter die Eigelbmasse rühren. Rahm steif schlagen, daruntermischen. Eiweiss steif schlagen. Zucker zum Eischnee geben, kurz weiterschlagen, dann gründlich unter die Masse mischen. Sofort in Gläser füllen und gefrieren.

Schoggikuchen

200 g dunkle Schokolade
100 g Butter
3 EL Grand Marnier
4 Eier, frisch
75 g Zucker
2 EL Mehl

Schokolade, Butter und Grand Marnier zusammen im Wasserbad schmelzen. Eier und Zucker zusammen ca. 5 Minuten mit dem Handmixer sehr schaumig rühren. Flüssige, leicht ausgekühlte Schokoladenmasse dazu rühren, mischen. Mehl sorgfältig unter die Masse ziehen, sofort in ein rundes Backblech (ca. 28-30 cm Durchmesser) giessen und bei 150°C ca. 30-40 Minuten backen.

Mit frischen Früchten garnieren.