

## REZEPT VON PASCAL

Sendung vom 14.10.2017

### **Frische Spargelsuppe und Minipastetli gefüllt mit Kräutercremefüllung**

\* \* \*

### **Rindsfilet mit Morchel-Crème fraîche-Sauce Safranrisotto Broccoli mit gehobelten Mandeln**

\* \* \*

### **Süssmostcreme mit Aprikosen-Quarkkuchen**

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





## **VORSPEISE: FRISCHE SPARGELSUPPE UND MINIPASTETLI GEFÜLLT MIT KRÄUTERCREMEFÜLLUNG**

### **Spargelsuppe**

1 kg weisse Spargeln, geschält  
6 Specktranchen, halbiert  
6 Holzspiesschen  
2 EL Butter  
2 Schalotten, in Scheiben  
2 Prisen Zucker  
3 EL Mehl  
8 dl Gemüsebouillon  
2 dl Rahm  
Salz, Pfeffer, nach Bedarf  
1 EL Bratbutter

Spargelköpfe ca. 4 cm lang abschneiden, mit Speck umwickeln, auf Spiesse stecken, beiseite legen. Restliche Spargeln in Stücke schneiden.

Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Schalotten, Spargeln und Zucker ca. 5 Minuten andämpfen. Mehl begeben, ca. 2 Minuten mitdämpfen. Bouillon dazugießen, aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 15 Minuten weich köcheln, pürieren, durch ein Sieb streichen. Rahm dazugießen, Suppe heiss werden lassen, würzen.

Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Spiessli rundum ca. 6 Minuten braten. Herausnehmen, auf Haushaltspapier abtropfen.

Servieren: Suppe in vorgewärmte Gläser oder Tassen verteilen, Spiessli darauflegen.



## **Blätterteigpasteten**

4 Scheiben Blätterteig à ca. 75 g  
1 Eigelb  
1-2 EL Schlagsahne

Für 4 runde Blätterteigpasteten 4 Scheiben Blätterteig nebeneinanderlegen und bei Zimmertemperatur ca. 10 Minuten auftauen lassen. Aus jeder Blätterteigscheibe 2 Kreise ausstechen. 4 Blätterteigkreise auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und jeweils mehrmals mit einer Gabel einstechen. Aus den übrigen Teigresten für die Blätterteigpastete die Mitte ausstechen, sodass Ringe entstehen. Die Teigresten aufeinanderlegen (nicht verkneten!) und auf Mehl ausrollen. Daraus erneut Ringe für die Blätterteigpastete ausstechen. Für jede Blätterteigpastete 2-3 Teigringe auf die Böden legen. Für jede Blätterteigpastete einen Blätterteigdeckel ausstechen und mit auf das Backblech legen. Eigelb und Schlagsahne verquirlen. Den oberen Ring jeder Blätterteigpastete und die Deckel damit bestreichen. Die Blätterteigpasteten im heissen Ofen bei 200°C Umluft für ca. 20 Minuten backen. Anschliessend auskühlen lassen und nach Belieben füllen.

## **Kräuter-Quark-Dip**

250 g Magerquark  
1.5 EL Öl  
1 Prise Zucker  
1 Prise Salz  
Pfeffer, weiss  
1 Bund Schnittlauch  
1 Bund Petersilie  
1 Bund Dill

Den Quark mit dem Öl glatt rühren. Mit Zucker, Salz und Pfeffer kräftig (!) abschmecken. Die Kräuter waschen, trocken tupfen, fein zerkleinern und unter den Quark mischen.



## **HAUPTGANG: RINDSFILET MIT MORCHEL-CRÈME FRAÎCHE-SAUCE, SAFRANRISOTTO, BROCCOLI MIT GEHOBELTEN MANDELN**

### **Safranrisotto**

1 EL Olivenöl  
1 Zwiebel, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, gepresst  
400 g Risottoreis (z. B. Arborio)  
4 dl Weisswein  
ca. 1 l Gemüsebouillon, heiss  
2 Briefchen Safran  
50 g geriebener Parmesan  
1 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer

Olivenöl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Knoblauch andämpfen. Risottoreis unter Rühren dünsten, bis er glasig ist. Die Hälfte vom Weisswein dazugiessen, vollständig einkochen, restlichen Wein dazugiessen, ebenfalls vollständig einkochen. Heisse Gemüsebouillon unter häufigem Rühren nach und nach dazugiessen, sodass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Ca. 20 Minuten köcheln, bis der Reis cremig und al dente ist. Safran begeben. Parmesan und Olivenöl darunter rühren. Nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen.

### **Rindsfilet**

1 kg Rindsfilet

Rindsfilet kurz auf jeder Seite anbraten und in den Ofen geben bis Kerntemperatur von 55°C erreicht ist.

## Morchelsauce

10 g getrocknete Morcheln  
1 Schalotte (ca. 30 g)  
1 EL Butter  
1 EL Gin (nach Belieben)  
100 ml weisser Portwein  
400 ml Braune Sauce  
200 g Rahm  
Salz  
schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Für die Sauce die Morcheln in lauwarmes Wasser legen und ca. 30 Minuten quellen lassen. Dann die Morcheln in einem Sieb abtropfen lassen. Grössere Exemplare halbieren. Den Backofen auf 140° (Umluft 120°) vorheizen. Schalotte schälen, halbieren und fein würfeln. Die Butter in einem kleinen Stieltopf (18 cm Ø) aufschäumen lassen, die Schalotte darin in ca. 3 Minuten glasig dünsten. Die Morcheln dazugeben, dann alles mit Gin und Portwein ablöschen, aufkochen und offen bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten köcheln lassen. Nun die Braune Sauce dazugeben, erneut aufkochen und in weiteren 3 Minuten einkochen lassen. Zum Schluss den Rahm zur Sauce giessen und diese in gut 10 Minuten sämig einkochen lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## DESSERT: SÜSSMOSTCREME MIT APRIKOSEN-QUARKKUCHEN

### Süssmostcreme

5 dl Süssmost oder Apfelsaft  
1 unbehandelte Zitrone, wenig abgeriebene Schale und ½ Saft  
2 EL Maizena  
3 Eier  
50 g Zucker  
1 dl Vollrahm, steif geschlagen

Süssmost mit allen Zutaten bis und mit Zucker mit dem Schwingbesen in einer Pfanne verrühren, unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Sobald die Masse bindet, die Pfanne sofort von der Platte nehmen, ca. 2 Minuten weiterrühren. Creme durch ein Sieb in eine Schüssel giessen, Klarsichtfolie direkt auf die Creme legen, auskühlen, ca. 1 Stunde kühl stellen.

Schlagrahm unter die Creme ziehen, in Schälchen verteilen.

### Aprikosen-Quarkkuchen

900 g Magerquark  
60 g Zucker  
1 Pk. Vanillezucker  
1 unbehandelte Zitrone  
5 EL Öl  
4 Eier  
5 EL fettarme Milch  
325 g Mehl  
2 TL Backpulver  
750 g Aprikosen oder 1 Dose  
175 g Puderzucker  
50 g Joghurtbutter (weich)  
1 Pk. Vanille-Puddingpulver  
20 g gehackte Pistazien

150 g Quark, Zucker, Vanillinzucker, abgeriebene Zitronenschale, Öl, 1 Ei und Milch in eine Schüssel geben und verrühren. Mehl und Backpulver mischen und mit einem Handrührgerät unter den Teig kneten.

Aprikosen halbieren und entsteinen oder abtropfen lassen. Puderzucker und Butter in eine Schüssel geben und mit 1 Ei verrühren. 2 Eier, 750 g Quark und Puddingpulver zufügen und verrühren.

Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 40x30 cm ausrollen und auf ein gefettetes Backblech geben. Die Quarkmasse darauf glatt streichen und mit den Aprikosen belegen. Im vorgeheizten Backofen bei 175°C (Umluft 160°C) auf der 2. Schiene von unten ca. 45 Minuten backen. Auf einem Rost abkühlen lassen. Mit den Pistazien bestreuen und in Stücke schneiden.