



Menü vom 27. Februar 2018

Apfel-Ingwer-Süppchen mit Sesamöl

Schweinsfilet Raclette-Art
mit Kartoffelpuffer

Vanilleglace mit Zitronen-Olivenöl

Angaben für 4 Personen

Kochgruppe:

Aeby Serge
Fux Bruno
Hauri Michel
Müller Uwe

Apfel-Ingwer-Süppchen mit Sesamöl

50g Zwiebeln

30g Ingwer

500g Apfel

30g Mehl

1 Knoblauchzehe

10g Limettensaft und -zesten

1 Liter Gemüsebouillon

2 dl Apfelsaft

1 dl Rahm

30g Butter

Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Sesamöl

Zwiebeln fein hacken, Knoblauch pressen, Ingwer in kleine Stücke, Äpfel in Würfel schneiden.

Butter erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch andünsten, Ingwer und Apfelstücke mitdünsten.

Mit Mehl bestäuben, abkühlen lassen, Gemüsebouillon und Apfelsaft begeben und 25 Minuten köcheln lassen.

Suppe fein mixen und durch ein Sieb passieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Limettensaft und -zesten kurz vor dem Servieren begeben. Wenig Cayennepfeffer dazugeben. Geschlagenen Rahm auf die Suppe geben, mit Sesamöl garnieren.



Schweinsfilet Raclette-Art mit Kartoffelpuffer

1 Schweinsfilet ca. 600g

4 Teelöffel Senf (1)

2-3 Scheiben Raclettekäse

2 Gewürzgurke klein

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1 Esslöffel Bratbutter

3 dl Weisswein

2 Teelöffel Senf (2)

2 dl Rahm

1 Messerspitze Paprika

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte sowie die Teller mitwärmen.

Das Schweinsfilet halbieren, sodass man 2 längliche Stücke hat. Jedes Fleischstück der Länge nach so aufschneiden, dass es auf der einen Seite noch zusammenhält. Die Schnittflächen mit der ersten Portion Senf (1) bestreichen. Jeweils den Käse so



zuschneiden, dass damit die Schweinsfiletstücke der Länge nach belegt werden können. Die Gewürzgurken der Länge nach in feine Scheiben schneiden und auf den Käse legen. Die Schweinsfiletstücke zusammenklappen und mit Küchenschnur binden oder mit Zahnstochern verschliessen.

Das Schweinsfilet rundum mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Bratpfanne die Bratbutter kräftig erhitzen. Das Filet hineinlegen und auf der ersten Seite 4 Minuten braten, dabei die Hitze nach 20 Sekunden um etwa $\frac{1}{3}$ reduzieren. Dann das Filet wenden und auf der zweiten Seite je nach Dicke weitere 4–5 Minuten braten. Herausnehmen, in die vorgewärmte Platte legen und im 80 Grad heissen Ofen ca. 20-25 Minuten nachgaren lassen.

Den Bratensatz mit dem Weisswein auflösen und diesen durch ein feines Sieb in eine kleine Pfanne giessen. Auf grossem Feuer zur Hälfte einkochen lassen.

Die zweite Portion Senf (2) und den Rahm gut verrühren. Zum eingekochten Bratenjus geben und die Sauce noch etwa 2 Minuten lebhaft kochen lassen. Mit Paprika, Pfeffer und wenn nötig etwas Salz abschmecken.



Die Schweinsfiletstücke auf den vorgewärmten Tellern anrichten und mit Sauce umgiessen.

Kartoffelpuffer

1 kg Kartoffeln

2 Eier

1 Zwiebel

2 EL Mehl

Salz und Pfeffer

Butter

Crème fraîche

Schnittlauch zum garnieren

Zwiebeln schälen und fein hacken.

Kartoffeln schälen und reiben.

Kartoffelraspeln in ein Küchentuch legen und den Saft ausdrücken.

Kartoffelraspeln mit Zwiebeln, Eiern und Mehl vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Butter in einer grossen Pfanne erhitzen. Einige Löffel Kartoffelmasse in die Pfanne geben und zu Talern formen.

Kartoffelpuffer 5 Minuten ausbacken.

Mit etwas Crème fraîche servieren.



Vanilleglace mit Zitronen-Olivenöl

Vanilleglace

Zitronen-Olivenöl

Deko

Glacekugel mit Zitronen-Olivenöl beträufeln.

Deko nach Wahl (Melissenblatt, Olive ...)

Ein wenig Meersalz darüberstreuen für den besonderen Kick...

