

Kochabend vom Januar 2016

Hans und Dani



Thema Saucen

Es gibt unzählige von Saucen und davon wiederum zig Varianten. Heute Abend wollen wir uns auf die Zubereitung von einigen Grundsaucen konzentrieren und schauen, wie man diese variieren kann. Worauf sind Saucen aufgebaut und wie kann man eine Sauce allenfalls retten.

Dafür arbeiten wir in vier 2er Gruppen. Für einzelne Arbeitsgänge werde ich alle Chuchimanne zusammenrufen und Handgriffe zeigen.

- Mayonnaise und Senf (kalt emulgiert) zum nach Hause nehmen
- Hollandaise-Varianten (warm aufgeschlagen) z.B. für Hauptgang
- Mehlsaucen und Roux (Gebundene Sauce wie Bechamel/Velouté), für Vorspeise
- Modernere, kalte Saucen, zum nach hause nehmen

Dazu kochen wir uns ein kreatives Menü aus den aufgelegten Zutaten in zwei Gruppen – Bedingung: Jede Gruppe kocht etwas anderes

Vorspeise: Eine Gruppe bereitet eine Suppe auf Bechamel- oder Velouté Basis, die andere ist frei.

Hauptgang: Aus dem schönen Stück Rinderhuft lassen sich Steaks schneiden und mit einer der Saucen anrichten oder ein Ragout oder ein Stroganow oder Involtinis oder Braten zubereiten.

Da Fonds sehr lange köcheln müssen, bringe ich einen selber zubereiteten braunen Fond mit.

Ablauf	Zeit bis ca.
Einführung Sauce mit Apéro	19.00
Besprechung (in der Gruppe, Menü)	19.15
Saucen zubereiten	20.00
Vorspeise (Parallel zur Sauce vorbereiten)	20.30
Hauptgang	21.15
Saucen abfüllen, aufräumen	22.00

Mayonnaise (nur Grundmayo herstellen)

Mayonnaise Grundzubereitung

<i>1</i>	<i>Eigelb</i>
<i>2 dl</i>	<i>Sonnenblumenöl</i>
<i>1 El</i>	<i>Essig</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>
<i>1 El</i>	<i>lauwarmes Wasser</i>

Öl tropfenweise, unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen in das Eigelb geben. Mit Essig, Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. Einen Esslöffel lauwarmes Wasser zugeben, evtl. nochmals mit wenig Öl eindicken. Durch Beifügen von wenig Wasser wird die Mayonnaise geschmeidiger und länger haltbar.

Cocktailsauce

<i>2 El</i>	<i>Mayonnaise</i>
<i>3 El</i>	<i>Crème fraîche</i>
<i>½ Tl</i>	<i>Tomatencpuree</i>
<i>½ Tl</i>	<i>Ketchup</i>
<i>1 Prise</i>	<i>Cayenne</i>
<i>1 Tl</i>	<i>Cognac</i>
<i>1 Dash</i>	<i>Worcester</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>

Curry-Mayonnaise

<i>2 Tl</i>	<i>Curry</i>
<i>4 El</i>	<i>Mayonnaise</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>
<i>1 Prise</i>	<i>Zucker</i>

Knoblauch-Mayonnaise

<i>2</i>	<i>Knoblauchzehen</i>
<i>4 El</i>	<i>Mayonnaise</i>
<i>2 El</i>	<i>geschlagener Rahm</i>
	<i>Salz, Pfeffer,</i>

Durchgepressten Knoblauch mit der Mayonnaise verrühren, steif geschlagenen Rahm unterziehen und mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

Remoulade

5 El *Mayonnaise*
½ Tl *Senf*
je ½ El *feingeschnittene Cornichons und Kapern*

Sauce Piccadilly

5 El *Mayonnaise*
3 El *Sauerrahm*
 Saft von 1 Zitrone
1 Tl *feingehacktes Fenchelkraut*
½ Tl *Worcester Sauce*

Suédoise (Schwedisch)

5 El *Mayonnaise*
1½ El *geriebener Meerrettich*

Tartare-Mayonnaise

6 El *Mayonnaise*
1 *hartgekochtes, gehacktes Ei*
1 Tl *gehackte Petersilie, Zwiebeln, Cornichons und Kapern*

Mischen und pikant abschmecken.

Senf

Seine Schärfe verdankt der Senf einem ätherischen Öl, das im Samen oder im trocken gemahlene Pulver nicht enthalten ist, sondern sich erst entwickelt, wenn der zerstossene Samen mit Wasser gemischt wird.

Nach der Wasserbeigabe muss man 10-15 Minuten Zeit warten, damit sich die Schärfe entwickeln kann. Senfpulver muss mit kaltem Wasser angerührt werden und vor dem Weiterverarbeiten ruhen. Rührt man ihn mit heissem Wasser an, zerstört man die Enzyme und erhält einen milderen, aber bitteren Senf.

Sobald die ätherischen Öle und damit der Senfgeschmack sich einmal entwickelt haben, kann man ihm weder durch Zusatz von Salz oder Essig schaden. Um in gekochten Gerichten die Schärfe des Senfs zu erhalten, sollte man ihn am Schluss zufügen und sanft kochen.

Würzstoffe: Essig, Zucker, Salz

Aromen: Bier, Whisky, Kräuter, Chili, Pfeffer etc.

Hollandaise-Varianten

Sauce Bearnaise

<i>1 dl</i>	<i>Estragonessig</i>
<i>1</i>	<i>Schalotte</i>
<i>½ Tl</i>	<i>frische Estragonblätter</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>
<i>2</i>	<i>Eigelb, von ganz frischen Eiern</i>
<i>150 g</i>	<i>Butter</i>

Essig mit feingehackter Schalotte, etwas Estragon und Pfeffer in einer kleinen Pfanne weich dünsten. Diese konzentrierte Mischung erkalten lassen und durch ein Sieb passieren.

Eine kleine Konditorschale in eine Pfanne mit heissem Wasser stellen. Das Konzentrat darin erhitzen, drei Eigelb mit 2 El Wasser und einer Prise Pfeffer dazugeben, ganz langsam und vorsichtig erhitzen. Die Masse dabei ohne Unterlass mit dem Schneebesen schlagen. Das Eigelb soll vollkommen schaumig geschlagen werden und durch die zunehmende Hitze glatt und cremig werden (mindestens 3 Minuten schlagen).

Sobald der Eigelbschaum so fest ist, dass er einige Sekunden die Form behält, kann die lauwarme Butter zunächst tropfenweise, später mit einem dünnen Strahl kräftig untergeschlagen werden. Neue Butter erst dann zufügen, wenn die vorherige vollkommen aufgegangen ist, zwischendurch 1-2 El Wasser unterschlagen. Sobald die gesamte Butter verarbeitet ist, das restliche, feingeschnittene Estragon zugeben und mit Salz abschmecken.

Tipp

Durch Überhitzung oder zu langes Garen gerinnt das Eigelb und verliert dadurch seine Bindefähigkeit. Es ist darum wichtig, die Masse sehr langsam und vorsichtig zu erhitzen. Die Sauce kann bis zum Servieren für einige Minuten im Wasserbad warm gehalten werden.

Sauce Paloise

Wie eine Bernaise, jedoch mit Pfefferminze anstelle von Estragon.

Sauce Coron

<i>15 g</i>	<i>getrocknete Tomaten (oder Puree davon)</i>
<i>1 kleine</i>	<i>Tomate</i>
<i>50 g</i>	<i>Schalotten</i>
<i>3 Stängel</i>	<i>Estragon</i>
<i>5 Stängel</i>	<i>Kerbel</i>

1,5 dl trockener Weisswein
2 El Estragonessig
3 Eigelb
150 g Butter
Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Getrocknete Tomaten in heissem Wasser gute 8-10 Minuten einweichen und anschliessend pürieren. Tomate häuten, entkernen und in sehr kleine Würfel schneiden.

Schalotten schälen und fein würfeln. Kräuter fein schneiden (etwas Estragon beiseite legen) und zusammen mit den Schalotten in Weisswein und Essig aufkochen. Durch ein Sieb streichen. Ein Wasserbadpfännchen oder eine Metallschale in eine Pfanne mit heissem Wasser stellen. Eigelbe, pürierte Tomaten und Schalottenkonzentrat unterrühren, während dem Erhitzen schaumig-dick schlagen. Nach und nach die Butter dazu rühren und darauf achten, dass die Masse nie zu heiss wird. Am Schluss gehackte Tomaten und den restlichen Estragon unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Anrichten im Wasserbad warmstellen.

Sauce Béchamel, Grundrezept

20 g *Butter*
25 g *Weissmehl*
4 dl *Milch*
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Butter in einer kleinen Pfanne zerfliessen lassen, Mehl dazugeben und einrühren, ohne Farbe annehmen zu lassen. Nach und nach die kalte Milch mit dem Schwingbesen dazurühren. Leise köcheln lassen und dabei weiter rühren, bis die Sauce glatt und gebunden ist. Bei kleiner Hitze noch ca. 10-15 Minuten köcheln lassen.

Sauce Mornay (Käsesauce)

4 dl *Béchamel*
20-30 g *Gruyère oder Parmesan*
1 *Eigelb, nach Belieben*

Am Schluss unter die Sauce Béchamel mischen. Pfanne vom Feuer nehmen und nach Belieben ein Eigelb daruntermischen.

Kapernsauce mit Ei legiert

4 dl *Béchamel*
50 g *Kapern*
1 *Eigelb*

Kapern unter die Béchamel rühren, kurz aufkochen. Vom Feuer nehmen und unter Rühren auf ein Eigelb giessen. Nicht mehr kochen.

Meerrettichsauce

4 dl *dicke Béchamel*
2 El *Sauerrahm*
100 g *geriebener Meerrettich*
1 El *Weissweinessig*
1 Prise *Zucker*
1 Prise *Cayennepfeffer*

Unter die Béchamel rühren und kurz aufkochen.

Deutsche Meerrettichsauce

4 dl *Béchamel*
2 El *Sauerrahm*
100 g *geriebener Meerrettich*

1 El weisser Essig
1 Prise Cayennepfeffer

Alle Zutaten mischen und einige Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Sauce Velouté

Meistens nimmt man dazu die Flüssigkeit, in welcher die Hauptzutat der Speise gegart wurde (Fleisch, Geflügel oder Fisch). Diese Flüssigkeit sollte noch weiter zu einem gehaltvollen Fond reduziert werden.

Obwohl die Velouté wie eine Béchamel auf einer Einbrenne basiert, erfolgt die Zubereitung nach einer anderen Methode. Man gibt zu Beginn der Garzeit mehr Flüssigkeit zu, so dass die Sauce zunächst recht dünn ist. Durch behutsames Köcheln, bis zu einer Stunde, konzentriert sich das Aroma und die Sauce erhält ihre charakteristische samtige Beschaffenheit.

Am Ende der Garzeit wird die Velouté häufig mit Rahm oder Crème Fraîche angereichert und mit einem Spritzer Zitronensaft abgeschmeckt.

Sauce Allemande

3 dl Velouté
60 g gehackte Champignons
1 dl Crème Fraîche
1 Eigelb
20 g Butter

Velouté mit Kalbsfond zubereiten und während des Garens die Champignons hinzufügen. Die fertig gekochte Sauce durch ein feines Sieb streichen, Eigelb unterziehen und Crème Fraîche oder ersatzweise Rahm unterschlagen. Mit Salz, Pfeffer und einigen Tropfen Zitronensaft abschmecken. Zum verfeinern mit Butter aufmontieren. Nicht mehr kochen.

Kalt angerührte Saucen

Rote Mojo-Sauce

Mojo-Saucen stammen aus den Kanaren und werden in verschiedensten Varianten hergestellt. Meistens wird Knoblauch, Öl (Olivenöl), Essig oder Zitronensaft, Salz sowie Peperoni oder Chili eingearbeitet. Damit die Saucen haltbarer sind, verwende ich getrocknete Zutaten (insbesondere beim Knoblauch).

2 El	<i>getrockneter Knoblauch</i>
3 El	<i>milder Paprika</i>
1 Tl	<i>Cayenne, nach Belieben (oder Chilipulver)</i>
2 Tl	<i>Oregan</i>
Etwas	<i>schwarzer Pfeffer</i>
50 g	<i>geröstete, gemahlene Mandeln</i>
0,5 dl	<i>Essig und 0,5 dl Wasser</i>
	<i>Salz</i>
1 dl	<i>Olivenöl</i>

Gewürze mischen und mit der Essig/Wasser-Mischung eine gute halbe Stunde quellen lassen. Nach Bedarf etwas mehr Flüssigkeit dazu geben. Mandeln mit dem Öl darunter mischen und mit Salz abschmecken.

Mojo Verde

2 El	<i>getrockneter Knoblauch</i>
1	<i>grüner Chili</i>
1 Bund	<i>Petersilie und Koriander</i>
1,5 dl	<i>Olivenöl</i>
	<i>Essig</i>
	<i>Salz</i>

Kräuter und Chili gut waschen und im Cutter oder Mörser unter Zugabe von etwas Wasser zu einer feinen Paste verarbeiten. Mit Essig und Salz würzen und das Olivenöl am Schluss darunter rühren.

Varianten

Mit geriebenem Käse, mit Kümmel oder Tomaten.

Aromatisierte Butter

Butter durch Stehenlassen bei Zimmertemperatur etwas weich werden lassen. Dann mit dem Mixer schaumig schlagen, von Zeit zu Zeit etwas Milch oder Wasser eingießen, mixen, bis die Butter schaumig und das doppelte Volumen

hat. Die gewünschten Aromazutaten unterrühren, kräftig abschmecken und entweder mit dem Spritzsack Sterne ausformen oder mit Hilfe einer Folie zu rollen Formen und kaltstellen.

Butter ½ Stunde vor Gebrauch aus dem Kühlschrank nehmen und nach Bedarf Scheiben davon abschneiden. Direkt auf das heisse, grillierte Fleisch oder den Fisch geben. Es ist wichtig, dass die Butter nicht zu kalt und zu fest auf das Fleisch oder den Fisch kommt, damit sie schön schmilzt und ihr Aroma entfalten kann. Bei grösseren Quantitäten, wie zum Beispiel bei Entrecote "Café de Paris", Butter im Wasserbad leicht schmelzen lassen und über das Fleisch giessen. Dabei darauf achten, dass die Butter schaumig bleibt und nicht zu flüssig wird.

Beurre Maître d'hôtel

100 g Butter
1 El gehackte Petersilie
1 El Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Roquefortbutter

100 g Butter
40 g Roquefort (mit der Gabel zerdrückt)
3 Spritzer Worcester Sauce
wenig Senf extra pikant

Suppenideen

Avocadocrèmesuppe

15 g	Butter
15 g	Mehl
7 dl	Rindsbouillon
1	Avocado
	Salz, weisser Pfeffer
¼	Flasche Piccolo Sekt
50 g	Rahm
	etwas Dill zum Garnieren.

Butter in der Pfanne zerlaufen lassen, Mehl darin anschwitzen und glattrühren. Mit der Rindsbouillon aufgiessen und 10 Minuten kochen lassen. Die Avocado der Länge nach halbieren, den Stein entfernen und schälen. Das Fruchtfleisch pürieren, in die Suppe geben, mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. Die Suppe vom Herd nehmen und den Sekt dazugiessen. Die Rahm halbsteif schlagen. Heiss in Suppentassen füllen und je einen Teil der Rahm mit einem Esslöffel einrühren. Mit Dill bestreut servieren.

Käsesuppe

500 g	Lauch
	Salz, Pfeffer
30 g	Butter oder Margarine
20 g	Mehl
½ l	Bouillon
1/8 l	Weisswein
200 g	Crème fraîche
100 g	Emmentaler Käse
200 g	Kräuterschmelzkäse
	Muskatnussnuss

Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. In kochendem Salzwasser 8-10 Minuten garen, dann in einem Sieb abtropfen lassen.

Butter oder Margarine in einem Topf schmelzen, das Mehl darin anschwitzen, mit Bouillon, Wein und Crème fraîche auffüllen, gut verrühren und aufkochen lassen.

Emmentaler raspeln. Zuerst den Schmelzkäse in Stückchen, dann den Emmentaler unter stetem Rühren in die Suppe geben und schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Lauch hineingeben, heiss werden lassen, dann die Suppe servieren.

Pilzpuree-Suppe

200 g	<i>verschiedene Pilze</i>
1 kleine	<i>Zwiebel</i>
1 El	<i>Mehl</i>
1	<i>Knoblauchzehe</i>
	<i>Butter</i>
8 dl	<i>Bouillon</i>
100 g	<i>Julienne von verschiedenen Gemüse (Lauch, Rüeblì etc.)</i>

Pilze reinigen und fein kacken oder durch einen Wolf drehen. Zwiebel hacken und Knoblauch durchpressen. Alles in heisser Butter andünsten, mit Mehl bestäuben und mit heisser Bouillon ablöschen. Julienne zugeben und 15 bis 20 Minuten köcheln lassen.

Rüeblicrèmesuppe mit Curry-Rahm-Häubchen

300 g	<i>Rüeblì</i>
1 El	<i>Butter</i>
1 El	<i>Mehl</i>
3/4 l	<i>Wasser</i>
	<i>Salz</i>
	<i>Pfeffer</i>
	<i>Muskatnuss</i>
100 g	<i>Rahm</i>
½ Tl	<i>Curry</i>

Rüeblì schälen und grob würfeln. In Butter 5 Minuten zugedeckt andünsten, mit Mehl bestäuben, mit Wasser ablöschen und bei schwacher Hitze gar köcheln lassen. Mit dem Pürierstab pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Nach Belieben mit Roux nachdicken.

Rahm steif schlagen, mit Curry würzen und auf jeden Teller Suppe eine Rahmhaube setzen.