



Anmerkungen zum gewählten Menü

Vielfaltige Spargelzeit

Wenn die Tage wärmer werden und die Natur summt und brummt, erwacht auch der kulinarische Frühling: Frische Kräuter, knackiges Gemüse und bunte Farben halten Einzug in der Küche. Dabei sticht eine Delikatesse besonders hervor: die Spargel. Als Tausendsassa weiss sie in verschiedenen Formen zu betören und schmeckt ausgezeichnet zu einem Glas Weisswein. Etwas sehr beliebtes und gewünschtes bei uns ist der Spargelstrudel, welcher auf verschiedenste Arten zubereitet werden kann. Da die Spargelzeit stark begrenzt ist bleibt wirklich nur die Frühlingszeit für dieses Gericht (oft auch als Ostergericht). Zuweilen es ja unheimlich viele Arten von zubereiteten Spargeln gibt, habe ich mir erlaubt gleich 2 in den heutigen Abend einzubeziehen also schon etwas Spargellastig, dafür mundet es sehr.

Vielleicht mag die Zusammenstellung etwas fremd wirken, jedoch da wir saisonbedingt uns auf dieses Gemüse konzentrieren möchten habe ich es so zusammengestellt.

Frittierter grüner Spargel

Spargelstrudel nach Südtiroler Art

Rindsfilet und Sauce Hollandaise / Bernaise

Holunder-Sabayon

Leichter Wein aus Cheyres vom Neuenburgersee

Ablauf	Zeit bis ca.
Besprechung	18.30 -19.00
Vorspeise	20.00
Hauptgang	20.45
Dessert	21.30

Frittierter Spargel

Spargel:

16 stk. grüner Spargel

1 Limette

400 ml Gemüsefond

1 Prise Salz

1 Tl Zucker

1 Tl Koreander

Sauce:

2 rote Chilischoten

1 Bund Koreander

1 Stück Ingwer

1 Knoblauchzehe

3 Eigelb

1 Tl mittelscharfer Senf

2 dl Öl

2 El Sojasosse

1 Prise Pfeffer

Panade :

150 gr. Paniermehl/ oder Pankomehl(asiatischs kunspriges Panade)

2 Eier

5 El Rahm

50 g Mehl

1 Lt. Öl zum Frittieren



Den Spargel waschen, schälen und holzige Enden abschneiden. Limette waschen, trocken reiben und in Scheiben schneiden. In einem Topf mit Dämpfereinsatz Gemüsefond, Limettenscheiben, 1 Teelöffel Salz, Zucker und Korianderkörner aufkochen. Spargel in den Dämpfereinsatz geben. Zugedeckt 10 – 12 Minuten garen. Spargel heraus nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Chilischoten längs halbieren, entkernen, waschen und fein hacken. Koriander waschen, trocken tupfen, etwas zum garnieren beiseite stellen. Rest fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben. Knoblauch schälen und sehr fein würfeln. Eigelb und Senf verrühren. Öl in dünnem Strahl unter ständigem Rühren langsam unterrühren. Hälfte Chili und Koriander, Limettensaft, Ingwer, Knoblauch und Sojasosse zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, kalt stellen.

Restlichen Koriander und Chili mit dem Paniermehl mischen. Eier und Rahm verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Spargeln erst in Mehl, dann in Ei und

Paniermehl wenden. Frittieröl auf ca. 170 Grad erhitzen, Spargeln darin goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Spargel mit der Sauce servieren.

Spargelstrudel

*130 g gekochter Schinken
5 Eier
3 El Senf
1 Zitrone
1 Bund Schnittlauch
350 g Strudel- oder Blätterteig
12 Stück weisse Spargeln
Salz, Pfeffer, Zucker, Essig
1 Ei zum Bestreichen*



Die Spargeln mit einem Sparschäler schälen und das Endstück abschneiden. Mit den Schalen und den Abschnitten der Spargeln einen Fond kochen. Den Fond absieben, mit Salz Zucker und Zitronensaft würzen. Die Spargeln darin bissfest kochen.

Die Eier 10 Minuten im Wasser kochen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Schnittlauch fein schneiden und zu den Eiern geben. Nun die Eier mit Salz, Pfeffer, Senf und einigen Spritzern Essig würzen.

Den Strudel-/Blätterteig dünn auf einer Bactrennfolie ausrollen. Den Schinken darauflegen mit der Eiernischung bestreichen und die Spargeln gleichmässig darauf verteilen. Den Strudel mithilfe der Folie aufrollen. Den Teigrand mit Ei bestreichen und gut zusammendrücken. Den Studel mit einer Gabel öfters einstechen und mit Ei bestreichen. Im vorgeheiztem Backofen bei 180 Grad goldbraun backen.

Variation:

Man kann auch einige grüne Spargeln verwenden oder mit Trockenfleisch statt Schinken. Als begleitende Sauce eignet sich eine Schnittlauchsauce auf Sauerrahmbasis.



05.2017



3



Sauce Hollandaise mit feingehacktem Bärlauch (ca. 2 dl Sauce)

*4 EL Weisswein
1 EL Weissweinessig
1 EL Wasser
½ Zwiebel
1 Petersilienstängel
6 Pfefferkörner, grob zerdrückt
1 Lorbeerblatt
2 Eigelb
100 g Butter, kalt, in Stücken
Salz, Pfeffer
Einige Tropfen Zitronensaft
Fein gehackter Bärlauch*

Wein bis und mit Lorbeerblatt aufkochen, Hitze reduzieren, die Reduktion bis auf 2 EL einkochen. Reduktion absieben und auskühlen lassen. Eigelb und Reduktion in einer Chromstahlschüssel verrühren. Unter Ständigem Rühren über dem heissen Wasserbad schaumig schlagen. Butter portionenweise unter Rühren dazugeben, bis die Sauce cremig ist. Sauce würzen, mit Zitronensaft abschmecken, fein gehackter Bärlauch zufügen und sofort servieren.

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.

Gerinnt die Sauce, 2 EL eiskaltes Wasser oder einen Eiswürfel dazugeben. Rühren bis die Sauce wieder cremig ist.

Sauce Bearnaise (als Variante passt besser zu Rindfleisch)

1 dl Estragonessig

1 Schalotte

½ Tl frische Estragonblätter

Salz, Pfeffer

2 Eigelb, von ganz frischen Eiern

150 g Butter

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.

Rinderfilet

4 Stk. Rinderfilet a 80 – 100 g

Salz, Pfeffer

Kleines Rinderfilet nur ganz kurz scharf anbraten max. 1 Min. dann in vorgeheiztem Backofen bei 60 Grad garen lassen.

Holunder Sabayon mit marinierten Erdbeeren

Marinierte Erdbeeren: (ca. 1 Stunde ziehen lassen)

500 g Erdbeeren gerüstet

1 El Zucker

1 El Zitronensaft

wenig abgeriebene Zitronenschale

wenig Pfeffer

1 Zweig Zitronenthymian

Holunder-Sabayon:

1,5 El Wasser

1,5 El Holundersirup

1,5 El Puderzucker

1,5 Eigelb

0,4 dl Vollrahm, steif geschlagen

Erdbeeren zum garnieren

Zutaten bis und mit Zitronenthymian mischen. Erdbeeren daruntermischen, zugedeckt 1 Stunde marinieren.

Wasser, Sirup, Puderzucker und Eigelb in einer Chromstahlschüssel verrühren. Unter ständigem rühren über dem heißen Wasserbad zu einer dicklichen Creme aufschlagen. Sofort in eiskaltes Wasser stellen und weiterschlagen, bis die Creme ausgekühlt ist. Rahm darunterziehen.

Erdbeeren und Sabayon in Gläser anrichten, garnieren.

