



Anmerkungen zum gewählten Menü

Frühling. Die triste und graue Jahreszeit wandelt sich wieder in frisches Grün, lebensfrohe Farbtupfen sprenkeln unsere Wiesen. Diese Jahreszeit beschehrt uns nicht nur köstliche Spargeln, sondern auch viel anderes Gemüse, welches unsere Gaumen und auch die Seele erfreut.

Wir gestalten uns ein leichtes Menü mit zwei Vorspeisen und einem Hauptgang. Ich möchte mit euch in den Vorspeisen eher ungewöhnliche Kombinationen kochen, die bei meinen Gästen bisher immer gut angekommen sind. Beim Hauptgang wagen wir uns an einen frischen, ganzen Fisch: Einen Wolfsbarsch auf einem Gemüsebeet. Ein Gericht, das sich auch auf dem Grill (mit einer Schale) sehr gut zubereiten lässt.

Mit einem guten Mise en Place und einer passenden Zeiteinteilung kann man praktisch einen Gang nach dem anderen auftischen und man ist schnell fertig.

Ablauf	Zeit ca.
Besprechung/Apéro	19.00
1. Vorspeise	20.00
2. Vorspeise	20.30
Hauptgang	20.50

Zur Besprechung bringe ich einen vorbereiteten Arpéro mit

Maibowle

7 dl *trockener Weisswein*
3.5 dl *halbtrockener Sekt (oder Mineralwasser)*
1 *handvoll Waldmeister*
 Flüssigzucker Eiswürfel (nach Bedarf)

Frisch gepflückter Waldmeister zu einem Bündel binden und über Nacht trocknen lassen. Das enthaltene Cumarin entwickelt sich im Waldmeister nach einer Trocknungszeit von ca. 2 Stunden. Anschliessend das Waldmeister-Bündel in den Weingeben, darauf achten, dass die Schnittstellenwenn möglich nicht in den Wein gelangen (Bitterstoffe) und etwa 30 Minuten ziehen lassen.

In Cocktailgläser geben und Sekt zufüllen. Mit etwas Waldmeister garnieren.

Frischkäse-Bruscetta

Grundmasse

100 g *französischer Frischkäse*
50 g *Hüttenkäse*
30 g *Mayonnaise*
1 *gekochtes, hartes Ei*

Mischung 1, Mediterran

½ *der obigen Mischung*
6-7 *Oliven*
2-3 *getrocknete Tomaten*
 Frische Kräuter
1 El *Olivenöl*
 Salz, Pfeffer

Mischung 2, Primavera

½ *der obigen Mischung*
1 *Frühlingszwiebel*
1 *handvoll frische Küchenkräuter*
1 Tl *Essig*
 Salz, Pfeffer

Für die Grundmasse das harte Ei in möglichst kleine Würfel schneiden und mit den anderen Zutaten zu einer festen Paste rühren. Die Mischungen klein schneiden unter die Grundmasse rühren und pikant abschmecken. In Weckgläser füllen und zusammen mit gerösteten Brotscheiben auf dem Tisch verteilen.

Variante: mit geröstetem Speck und knusprigen Zwiebeln

Asparagi mare-funghi

1 kg	Grüenspargel (oder weisser Spargel)
120 g	Cocktailcrevetten (TK)
100 g	Champignons
1	Knoblauchzehe
1	Frühlingszwiebel
1 El	fein geschnittener Fenchel
40 g	Butter
1 El	gehackter Schnittlauch
3 El	Paniermehl
	Salz, Pfeffer

Spargeln schälen, Enden abschneiden, in Salzwasser weich, jedoch noch bissfest kochen, abtropfen lassen.

Paniermehl ohne Fettzugabe braun rösten.

Knoblauch in Stifte schneiden und in aufschäumender Butter andünsten. Die gerüsteten und blättrig geschnittenen Champignons dazu geben sowie fein gehobelter und in kleine Stücke geschnittener Fenchel und solange braten, bis die Pilzflüssigkeit verdampft ist. Frühlingszwiebel in 2-3 mm breite Ringe schneiden und unter die Pilze mischen. Nochmals 2-3 Minuten weiterbraten. Geröstetes Paniermehl sowie die Cravetten darunter mischen, wenden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten

Spargeln auf Teller legen, die Enden mit der Mare-Funghi Mischung belegen und mit Schnittlauch bestreuen.



Kopfsalat–Risotto

160 g	Baldo oder Ribe
40 g	Zwiebel
	Butter
0,5 dl	Weisswein
3.5 dl	Hühnerbouillon
120 g	Kopfsalat (nach Belieben auch mehr)
	frisch geriebener Parmesan
	Salz und Pfeffer

Zwiebel schälen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Reis zugeben und unter ständigem Rühren glasig werden lassen. Mit dem Weisswein ablöschen und unter Rühren garen, bis die Flüssigkeit verdampft ist.

Etwa $\frac{3}{4}$ der Hühnerbouillon angiesen und das Risotto bei mittlerer Hitze köcheln lassen, gelegentlich rühren. Gegen Ende der Kochzeit allenfalls nochmals Flüssigkeit nachgiessen.

Inzwischen Kopfsalat putzen, waschen und in Chiffonade schneiden. $\frac{3}{4}$ des Kopfsalates nach der halben Garzeit unter das Risotto heben und mitgaren.

Pfanne vom Herd nehmen, die restliche Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten

Risotto in Teller verteilen, mit Parmesan und der restlichen Chiffonade bestreuen.

Variante

Anstatt Parmesan einige Brocken Gorgonzola über dem Reis verteilen. Einige in Stücke geschnittene Grünspargeln ab Kochbeginn dazu geben, etc.



Mit Parmesan



Mit Gorgonzola



Mit Belperknolle



Mit Parmesan und Datteltomaten

Wolfsbarsch auf Röstgemüse

1	<i>ausgenommener Wolfsbarsch à ca. 360 g pro Person</i>
400 g	<i>kleine Kartoffeln</i>
1 kleine	<i>Zwiebel</i>
3	<i>Knoblauchzehen</i>
2	<i>rote Peperoni</i>
½	<i>Fenchelknolle</i>
3 El	<i>Olivenöl</i>
6	<i>Sardellen</i>
	<i>Safranfäden (ersatzweise Pulver)</i>
2 dl	<i>Fisch oder Krebsfond</i>
3	<i>frische Tomaten</i>
	<i>Oregan</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>

Gratinform oder Blech in den auf 200 Grad C vorgeheizten Backofen schieben und erhitzen. Kartoffeln schälen, in 1 cm breite Scheiben schneiden und in Salzwasser 4-5 Minuten sprudelnd kochen. Zwiebeln in Spalten und Knoblauch in Stifte schneiden. Peperoni gründlich waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Fenchel waschen und quer zu den Fasern sehr dünn schneiden. Olivenöl in die heisse Form leeren und die Gemüse (ohne Tomaten) darin verteilen. Mit dem Fond übergießen, die Sardellen darüber legen, mit Oregan bestreuen und im Ofen etwa 15-20 Minuten garen lassen.

Wolfsbarsch gründlich waschen, falls nötig nochmals schuppen und die Haut beidseitig einschneiden. Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und die Oberseite leicht mit Olivenöl einstreichen. Fische auf das Gemüse legen und zuerst mit Umluft bei 200 Grad C 5-8 Minuten garen lassen.

Tomaten häuten, entkernen und in Spalten scheiden. Nach der obigen Zeit neben den Fisch zum Gemüse geben und den Backofen auf Ober-Unterhitze umstellen. Nochmals 12-15 Minuten weitergaren. (insgesamt 20-22 Minuten, je nach Grösse der Fische).



Gemüse vor dem Servieren nochmals mit Salz abschmecken.