KOCHKURS
M R Z

5. Kursabend

14. Mai 1968

**********

M e n u :

GOLDEN TOAST

Salatplatte:

Rindfleischsalat Marianne
Fischmayonnaise
Maissalat
Kopfsalat
Gefüllte Tomaten
Spargeln

-.-.-.

## FISCHMAYONNAISE ( 5 Pers. )

500 Gramm Süss- oder Meerwasserfische gekocht ) in grosse Stücke schneiden

2 Essl. Essig
1 Teel. Salz ) mischen, über die Fische giessen
½ Std. stehen lassen

2 Portionen Mayonnaise
(2 Eigelb, 3-4 dl. Oel)

1-2 Blatt Gelatine, aufgelöst ) mit der Mayonnaise mischen

Die Gelatine kann auch weggelassen werden .

Die Fischstücke leicht erhöht anrichten, mit Mayonnaise überziehen .

Nach Belieben mit Sardellenfilets, Kapern, Cornichons und gekochten Eiern garnieren .

Kochen von Fischen : ( Filets, ca. 1 Kg. )

Sud 2 Ltr. Wasser
1½ Essl. Salz
1 besteckte Zwiebel ) in die Pfanne geben, 10 - 15 Min. kochen

1 Glas Weisswein
1 Glas Wasser ) beigeben

Die Fische in den Sud legen. (sie müssen vom Sud bedeckt sein)

Bei schwacher Hitze abgedeckt ziehen lassen . Dauer 4 - 6 Min.

Sorgfältig anrichten und erkalten lassen .

---

## MAISSALAT ( 5 - 6 Pers. )

1 mittlere Dose Maiskörner
3-4 Tomaten, in Schnitzen
je 1 gelbe, grüne & rote Peperoni, in Streifchen ) mischen

Sauce :

1 kleine Zwiebel, gehackt
2 Sardellenfilets, gehackt
1 Büschel Peterli, gehackt
2 - 3 Essl. Essig
5 - 6 Essl. Oel
Salz, Pfeffer, Aromat ) mischen, über den Salat giessen

---

## SPARGELN ( 4 - 5 Pers. )

1 Kg. Spargeln ) sorgfältig waschen, schälen bis zum Köpfchen, untern Teil etwas dicker abschälen

Spargeln zu Bündeln zusammenbinden . Dünne Spargeln gesondert .

1½ Ltr. Wasser )
2 Teel. Salz ) in weiter Pfanne aufkochen
½ Teel. Zucker )

Spargelbündel ) beigeben, auf mässigem Feuer kochen lassen

Kochzeit : Dünne Spargeln = 20 Min.
Dicke Spargeln = 30 - 40 Min.
(Dünne Spargeln später beigeben.)

---

## GEFUELLTE TOMATEN (12 Stück)

12 mittlere Tomaten ) waschen, oben einen Deckel wegschneiden Das Mark mit einem Löffel entfernen

Füllung:

1 Dose Champignons, sehr fein schneiden )
150 Gramm Schinken, in kleinen Würfeli )
1 dl. Mayonnaise ) Alle Zutaten mischen, in die Tomaten einfüllen . Den Deckel darauflegen .
½ Teel. Curry )
1 Essl. Peterli , gehackt )
evt. Salz, Pfeffer & Aromat )

---

## Käseschnitte BUTTERFLY ( gem. beil. Rezept)

---