KOCHKURS
MRZ

15. Kursabend

3. Juni 1969

Menu:

Salatteller

Forellen blau gekocht

Salzkartoffeln

Kaninchen comme à la "Résidence des Maréchaux"

Kartoffelstock

Omelette soufflée od. Coupe Princesse

Salatteller: Kopfsalat, Champignonssalat, Gurkensalat mit Peperoni, Radieschen

Die Salate auf einen Teller anrichten, mit Radieschen garnieren.

CHAMPIGNONS-SALAT

150 gr. frische Champignons) rüsten, waschen, in einem Tuch trocknen, möglichst rasch blättrig schneiden und mit der Sauce mischen

Sauce:

3 Essl. Oel)
1½ Essl. Weinessig) mischen
1 Prise Salz)
Pfeffer, wenig Aromat

Schnittlauch, Peterli
Basilikum, Kresse) fein hacken, beigeben

GURKEN-SALAT

1 Schlangengurke) schälen, in Scheiben schneiden, anrichten, mit der Sauce übergiessen (kurz vor dem Servieren)

Sauce:

½ Yoghurt nature)
¼ Teel. Kräutersalz)
1 Msp. Pfeffer, ½ Zitrone, Saft) mischen
½ Teel. Pfefferminzflocken)
½ Teel. Dillkraut

¼ - ½ rote Peperoni) fein schneiden, über den Salat verteilen

---

SALZKARTOFFELN (4 Pers.)

6 - 8 Kartoffeln	) waschen, schälen, in Schnitze schneiden
1½ dl. Wasser	) aufkochen
¾ Teel. Salz	) beigeben
Kartoffeln	) beigeben, auf kleinem Feuer 15 - 20 Min. kochen

Wasser abgiessen, die Kartoffeln anrichten und mit gehackten Peterli bestreuen. Evt. wenig heisse Butter darübergiessen.

FORELLEN BLAU gekocht

Forellen ganz frisch verwenden. Flossen nicht stutzen, nicht entschuppen.

Menge für 4 Pers. = 750 gr. - 1 Kg.

Zubereitung:

Sud

2 lt. Wasser 1½ Essl. Salz 1 Zwiebel besteckt	) kalt aufsetzen, aufkochen) 10 - 15 Min. kochen
½ Glas Weisswein, oder 1 dl. Essig 1 Glas kaltes Wasser	)) zum Abschrecken beigeben)

Die Fische in den Sud legen, sie müssen von Flüssigkeit bedeckt sein.

Bei schwacher Hitze abgedeckt ziehen lassen.

Kochzeit

Fische à ca. 1 Kg.	= 20 - 30 Minuten
Fische à 100 - 150 gr.	= 4 - 6 Minuten
Fische à 200 - 300 gr.	= 6 - 10 Minuten

Probe Das Fleisch soll weiss sein und die Rückenflosse lässt sich leicht lockern.

Die Fische auf eine warme Platte anrichten, mit Zitronenscheiben und Peterli garnieren. Mit klarer Butter servieren.

KLARE BUTTER

Frische Butter in kleiner Pfanne schmelzen, dann erhitzen bis sie steigt und schäumt. Vom Feuer nehmen, stehen lassen bis sich die Druse gesetzt hat. Die klare Butter in eine vorgewärmte Saucière anrichten.

KANINCHEN comme à la "Résidence des Maréchaux"

1 mittelgrosses Kaninchen	) in Vorlegestücke zerteilen, gut trocknen und reiben
1 - 2 Msp. Pfeffer 1 - 2 Msp. Cayennepfeffer ¼ Teel. Majoran 1 Essl. Season All 2 Essl. Senf	) Fleisch damit gut einreiben
Bratpfanne einölen 4 - 5 Essl. Oel	Kaninchen hineingeben Fleisch beträufeln

Pfanne in den heissen Ofen schieben, ca. 40 - 50 Minuten braten.

300 gr. Champignons, klein	) rüsten, waschen, ganz zum Fleisch geben, 5 - 6 Minuten dämpfen lassen
1 - 2 Glas Bouillon 1 Glas Weisswein	) ablöschen, Jus 5 Minuten kochen lassen
1 - 2 Essl. Cognac 2 dl. leicht saurer Rahm, leicht geschlagen	) beigeben, Sauce evt. nachwürzen

---

KARTOFFELSTOCK (4-5 Pers.)

1 Kg. Kartoffeln	) waschen, schälen, schneiden Salzkartoffeln herstellen
3 - 4 dl. Milch Kartoffeln	) in die Pfanne geben, passieren, den Stock auf gutem Feuer luftig schwingen .
Muskat, Salz 1 Stück Butter ½ - 1 dl. Rahm	) zum Verfeinern, den Stock nochmals gut) schwingen, anrichten .

OMELETTE soufflé, flambiert (4 Pers.)

4 - 5 Eigelb
125 gr. Zucker
1 Essl. Rum
) mit dem Schwingbesen 10 Minuten schaumig rühren

6 Eiweiss
) sehr steif schlagen, mit der Eigelbmasse sorgfältig mischen

Die Eiermasse in eine mit Butter ausgestrichene, feuerfeste Form geben, 20 Minuten im vorgeheizten, mittelheissen Ofen backen. Mit 1 Essl. Puderzucker bestreuen, 5 - 8 Minuten fertig backen.

Während des Backens die Ofentüre nicht öffnen !

Nach dem Backen die Omelette mit 1 Essl. Zucker bestreuen, mit 1 - 2 Essl. Rum übergiessen, anzünden und sofort servieren.

COUPE PRINCESSE (4-6 Pers.)

4 Eigelb
80 - 100 gr. Zucker
) sehr gut schaumig schlagen

3 Essl. Zitronensaft
½ abgeriebene Zitronenschale
) beigeben

4 Blatt Gelatine
) einweichen, auflösen, mit der Eimasse mischen, Crème kühl stellen, bis sie leicht fest wird.

2 Eiweiss, steif geschlagen
2 dl. Rahm, geschlagen
) mit der Crème mischen

4 Pfirsiche
) in Würfeli schneiden, mit der Crème mischen

evt. mit Schlagrahm servieren .
