Herrenkochkurs Männerriege Zofingen 2.2.88

M E N U E:

Insalata mista (gemischter Salat)

*

Lasagne al forno

**

Tira mi su

INSALATA MISTA
Zutaten für 4 (3) Personen:

250 g (200) g Blattsalate, z.Bsp. Cicorino, rosso, Lattich und Nüsslisalat
1/2 (1/3) Gurke
1 grosse (mittlere) Tomate
200 g (150) weisse Bohnen aus der Dose

Sauce:
3 (2) Essl. Rotweinessig
1/2 Teel. Salz
1 Prise Pfeffer
3-4 Essl. Oel
1/2 Teel. Salatkräuter

Zubereitung:

Blattsalate rüsten, zerkleinern, Gurke schälen und in Scheiben schneiden. Tomate in Schnitze schneiden.
Bohnen abtropfen lassen.
Alle Zutaten in Schüssel geben oder in Portionen anrichten.
Für die Sauce alle Zutaten verrühren, erst vor dem Servieren über den Salat geben.

LASAGNE AL FORNO
Zutaten für 4 (3) Personen:

250 g (200) breite grüne Lasagnenudeln

Käsesauce:
1 (3/4) Essl. Butter
1,5 (1) Essl. Mehl
2 dl (1,5) Milch
wenig Salz und Muskat
1 dl (3/4) Rahm
50 g (35) Sbrinz, gerieben

Fleischsauce:
1 Teel. Oel
250 g (200) g Rindfleisch, gehackt
1 (3/4) Zwiebel
1 (3/4) kleine Büchse Pelati (geschälte Tomaten)
2 dl (1,5) Bouillon
Salz. Pfeffer, Oregano

Zubereitung:

Ofen auf 200°C vorheizen.
Käsesauce:
Butter in Pfännchen schmelzen, Mehl dazurühren, mit Milch ablöschen und mit Salz und Muskat würzen.
Rahm und Reibkäse beigeben, nicht mehr kochen.

Fleischsauce:
Oel in Bratpfanne erhitzen, Fleisch beigeben, Zwiebel fein hacken, beigeben, kurz mitdämpfen, Tomaten beigeben, mit Bouillon ablöschen und pikant würzen. Sauce 5-10 Min. köcheln lassen.

Gratinform befetten, den Boden mit Nudeln bedecken, etwas Fleischsauce, dann Käsesauce daraufgeben. Dies wiederholen, bis alle Zutaten aufgebraucht sind.
Gratin im Ofen ca. 30 Min backen.

TIRA MI SU

Zutaten für 4 (3) Personen:

5 (4) Eier
50 g (35) Zucker
500 g (350) Mascarpone, nature
1 (3/4) Paket Löffelbiscuits
1 (3/4) Essl. Sofortkaffee
4 (3) Essl. heisses Wasser
2 Essl. Cognac oder Rum oder Cointreau
1 Essl. Kakaopulver

Zubereitung:

Eier teilen, Eigelb mit zucker schaumig rühren. Mascarpone zufügen. Eiweiss zu Schnee schlagen, darunterziehen.
Kaffee im heissen Wasser auflösen.
In eine Form eine Lage Löffelbiscuits legen, mit Likör beträufeln. 1/2 cm dick Crème darüberstreichen. Wieder mit Biscuits belegen, mit 2 Essl. Kaffee beträufeln, dann wieder Crème usw, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Oberste Lage soll Crème sein, die mit Kakao bestäubt wird.
Bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.