HERRENKOCHKURS MAENNERRIEGE ZOFINGEN 7. 3. 89

M E N U E :

Rindsschnitzel in Rotwein

*

Pommes Rissolées/ Blaukabis

***

Zitronen/Orangen-Crème "à la Grand-Marnier"

RINDSSCHNITZEL IN ROTWEIN

Zutaten für 4 Personen:

1 kleine Zwiebel (ca. 40 g)
600 g Rindsschnitzel, dünn geschnitten (zum Schmoren)
1/2 Teel. Salz
1 Prise Pfeffer
100 g Speckwürfeli
1 Essl. Erdnussöl
2 dl Rotwein
1 dl Wasser
1 Teel. Maizena
1 dl Rahm

Zubereitung:

Zwiebel schälen, fein hacken. Schnitzel würzen. Speck auf den Boden des Brattopfes geben, Oel darauf giessen. Schnitzel und Zwiebeln lagenweise einschichten, jede Lage mit Salz und Pfeffer würzen. Wein und Wasser zugiessen. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 50 Min. schmoren lassen.
Fleisch herausnehmen, auf vorgewärmter Platte anrichten.
Maizena mit Rahm anrühren, zum Fleischsaft in die Pfanne geben, aufkochen lassen, ev. mit Salz und Pfeffer abschmecken und über das Fleisch anrichten.

POMMES RISSOLEES

Zutaten für 4 Personen:
600 g Kartoffeln
2 Essl. Erdnussöl
Salz

Zubereitung:
Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden. Oel in der Bratpfanne erhitzen. Salzen und unter Wenden während ca. 15-20 Min. braten, bis die Kartoffeln goldbraun und gar sind.

BLAUKABIS

Zutaten für 4 Personen:
750 g Blaukabis
1 mittlere Zwiebel (ca. 80 g)
1 Essl. Erdnussöl
1 Apfel
1 Teel. Zucker
2 Essl. Essig, nach Belieben
3 dl Bouillon
1 Teel. Salz
1 Prise Pfeffer

Zubereitung:
Blaukabis waschen und rüsten, fein schneiden oder hobeln. Zwiebel schälen und fein hacken, beides im Oel dämpfen, bis der Kabis zusammenfällt. Apfel schälen halbieren, Kerngehäuse entfernen und an der Bircherraffel zum Rotkraut reiben. Zucker beigeben, mit Essig und Bouillon ablöschen, würzen. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 30-40 Min. kochen lassen.

ZITRONEN/ORANGEN-CREME

Zutaten für 4 Personen:

80 g Zucker (4 Essl.)
50 g Butter
Saft von 1 Zitrone
1 Essl. Maizena
2 dl Orangensaft (Saft von ca. 2 Stk.)
2 Essl. Grand Marnier
1 Becher Rahm (1,8 dl)

Zubereitung:
Zucker und Butter in Pfanne geben, schmelzen lassen. Zitrone auspressen, Maizena mit dem Saft glattrühren, zusammen mit dem Orangensaft in die Pfanne geben, alles aufkochen lassen, dann in Schüssel geben und auskühlen lassen.
Grand Marnier beigeben. Rahm steif schlagen und vorsichtig unter die Crème ziehen. In 4 Portionen anrichten und servieren.