Herrenkochkurs Männerriege Zofingen 2.5. 89

A B S C H L U S S E S S E N

M E N U E:

Spargeln auf Blätterteig

**

Flambierter Schweinsbraten "à l`Orange"

Kalbsbraten nach Schwedischer Art

***

Nudeln/Gemüseplatte

****

frische Ananas

*****

Käseplatte

SPARGELN AUF BLAETTERTEIG

Vorspeise für 4 Personen:

500 g Spargeln, weiss oder grün
250 g Blätterteig
4 Tranchen Rohschinken
2 Essl. Parmesan, gerieben
1/2 Ei
einige Kopfsalatblätter

Zubereitung:

Spargeln vom Kopf her gründlich schälen, hartes Ende abschneiden. Spargeln waschen, in Salzwasser mit wenig Zucker ca. 20 Min. knapp garkochen. Herausnehmen und sehr gut abtropfen lassen.
Ofen auf 230°C vorheizen.
Teig auswallen, in 4 gleichgrosse Rechtecke zuschneiden, auf Blech legen. (Teigresten für Garnitur behalten.)
Jedes Teigstück mit einer Schinkentranche belegen, dabei rundum einen Rand von 1 cm frei lassen.
Die Spargeln ev. zurechtschneiden und auf die 4 Teigstücke verteilen, mit Parmesan bestreuen.
Aus den Teigresten Streifen ausschneiden, diese über Kreuz auf die Spargeln legen, Ränder und Oberfläche mit Ei bepinseln.
Ca. 20 Min. backen, lauwarm auf Kopfsalat angerichtet servieren.

einschneiden und die Dörrpflaumen in die Einschnitte stecken.
Fleisch mit Senf bestreichen und würzen.
wenig Oel auf Backblech geben, Fleisch darauflegen und bei 230°C. im Ofen anbraten.
Die Hitze auf 200°C. reduzieren, Wein und Bouillon zum Fleisch giessen und den Braten während 50 Min. fertigschmoren, dabei öfters wenden.
Das Fleisch tranchieren, und mit wenig Bratenjus beträufeln.

GEMUESEPLATTE

Zutaten für 4 Personen:

ca. 1 kg versch. Gemüse je nach Saison
(z.b. Broccoli, Blumenkohl, Fenchel, Rüebli, Bohnen usw..)

Bouillon

Zubereitung:

Das Gemüse waschen rüsten und in mundgerechte Stücke zerschneiden.
Gemüse in Bouillon je nach Kochzeit 15-30 Min. garkochen, auf Platte anrichten.

FLAMBIERTER SCHWEINSBRATEN A L`ORANGE

Zutaten für 4 Personen:

800 g Schweinsbraten
Salz und Pfeffer
1 Essl. Senf
1 Teel. Rosmarinnadeln
etwas Oel
2 Orangen
1 Gläschen Cointreau oder Grand Marnier
2 dl Weisswein
1 dl Bouillon
1 Essl. Zitronensaft
1 Teel. Maizena
1 Prise Zucker

Zubereitung:

Backofen auf 230°C. vorheizen.
Den Braten mit Salz und Pfeffer einreiben. Senf mit den Rosmarinnadeln und 1 Essl. Oel vermischen, den Braten damit einstreichen.
In den Brattopf wenig Oel geben, Fleisch darauf legen und im Ofen bei 230 °C. 30 Min. anbraten.
Hitze auf 200°C. reduzieren, Weisswein und Bouillon dazugiessen, und den Braten 50 Min. fertigschmoren, dabei öfters wenden.
In der Zwischenzeit die Schale von 1 Orange abreiben, dann die weissen Häutchen entfernen und die Orange für die Garnitur in feine Scheibchen schneiden. Von der 2. Orange den Saft auspressen.
Nach Ende der Bratzeit den Brattopf auf die Herdplatte stellen, Fleisch mit dem Likör begiessen und anzünden. Fleisch herausnehmen. Maizena mit dem Zitronensaft verrühren, zusammen mit dem Orangensaft und der Orangenschale zur Sauce geben, aufkochen und abschmecken.
Das Fleisch tranchieren, mit der Sauce und den Schnitzen garnieren.

KALBSBRATEN NACH SCHWEDISCHER ART

Zutaten für 4 Personen:

800 g Kalbsbraten (Schulter)
10 entsteinte Dörrpflaumen
2 El. Branntwein
Salz, Pfeffer, Majoran
2 Essl. Senf
2 Essl. Erdnussöl
1 dl Weisswein
1 dl Bouillon

Zubereitung:

Dörrpflaumen 30 Min. im Branntwein marinieren lassen.
Backofen auf 230°C. vorheizen. Den Braten an verschiedenen Stellen