Kochkurs Männerriege Zofingen

14. März 1995

M E N U :

KRÄUTER-RAHMSUPPE

*

QUICHE LORRAINE OD. QUICHE MIT GEMÜSE

***

PFLAUMEN-MOUSSE

alle Rezepte für 4 Personen!

KRÄUTER-RAHMSUPPE

Zutaten:

Je einige Zweige Peterli, Schnittlauch, Kerbel Basilikum usw...
6 dl Wasser
2 Gemüsebouillon-Würfel
2 TL Maizena
1 Becher Vollrahm (1,8 dl)
1 Ei
wenig Pfeffer und Muskatnuss

Zubereitung:

Die Kräuter waschen, fein hacken.
6 dl Wasser aufkochen lassen, Bouillon-Würfel darin auflösen.
Das Maizena mit dem Rahm anrühren, das Ei beigeben und gut verrühren und in Schüssel geben. Nun die heisse Bouillon langsam zu der Maizena-Rahm-Ei-Mischung giessen und dabei stetig rühren. Nun die Masse zurück in die Pfanne geben und kurz bis zum Kochpunkt erhitzen. Pfanne vom Herd ziehen, Kräuter beifügen und die Suppe würzen, dann sofort servieren.

QUICHE LORRAINE / QUICHE MIT GEMÜSE

(Rezept gilt für ein Wähenblech von ca. 24 cm Durchmesser)

Teig:
200 g Weissmehl
1/2 TL Salz
100 g Butter
knapp 1 dl Wasser

QUICHE LORRAINE

Belag:
200 g Speck, am Stück

QUICHE MIT GEMÜSE

Belag:
ca. 400 g tiefgekühltes od. frisches Gemüse, z.B. Broccoli
90 g Greyerzer, gerieben

Guss:
1 Becher Rahm (1,8 dl)
1/2 dl Milch
3 Eier
1/2 TL Salz
je 1 Messerspitze Pfeffer und Muskat

Zubereitung:

Teig: (gilt für beide)
Das Mehl mit dem Salz in Schüssel vermischen. Die kalte Butter in Stücke schneiden, zum Mehl geben und mit den Fingerspitzen fein verreiben. Nach und nach das Wasser beifügen und das Ganze zu festem Teig verarbeiten, **nicht kneten, wird sonst zäh!!!**
Teig ca. 30 Min. kühl stellen.
Wähenblech befetten und bemehlen, Teig als Kugel in die Mitte geben und von Hand das Blech damit auslegen. Boden mit Gabel einige Male einstechen.

QUICHE LORRAINE

Belag:
Den Speck in sehr kleine Würfeli schneiden. Speckwürfeli in Bratpfanne, ohne zusätzliches Fett, langsam knusprig braten. Flüssiges Fett abgiessen, Speck etwas abkühlen lassen, dann auf den Teigboden verteilen.

QUICHE MIT GEMÜSE

Belag:
Frisches Gemüse waschen rüsten, in mundgerechte Stücke zerschneiden.
ca. 1 Liter schwach gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, Gemüse hineingeben (Tiefgekühltes Gemüse muss nicht aufgetaut werden) und während 4-5 Min. vorkochen (Tiefgekühltes Gemüse ca. 2 Min. länger). Gemüse gut abtropfen und etwas abkühlen lassen. Geriebenen Greyerzer auf den Teigboden streuen, Gemüse darauf verteilen.

Guss: (gilt für beide)
Rahm, Milch und Eier mit dem Schwingbesen gut verrühren, würzen. Den Guss vorsichtig über den Speck/das Gemüse giessen und die Quiche auf die unterste Rille des auf 180°C vorgeheizten Backofens schieben.
Während ca. 40 Min. backen, vor dem Servieren etwas abkühlen lassen.

PFLAUMEN-MOUSSE

Zutaten:

1 Beutel Dörrpflaumen, ohne Stein
3 dl Wasser
2 EL Branntwein (am Besten Zwetschgenwasser)
1 EL Zitronensaft
40 g Butter, weich
2 EL Zucker
1/2 Tl Zimt, gemahlen
1 Becher Halbrahm (1,8 dl)

Zubereitung:

Die Dörrpflaumen mit dem Wasser in Pfanne geben, aufkochen lassen, dann in der Kochflüssigkeit abkühlen lassen.
Pflaumen in Sieb gut abtropfen lassen, zusammen mit dem Branntwein, dem Zitronensaft, der weichen Butter, dem Zucker und dem Zimt in hohes Gefäss geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren.
Den Rahm steif schlagen, sorgfältig unter die Pflaumenmasse ziehen.
Das Mousse im Kühlschrank einige Stunden fest werden lassen.
Zum Servieren Kugeln abstechen.