Kochkurs Männerriege Zofingen, 6. Januar 1998

AVOCADO-HÄLFTE MIT COCKTAIL-SAUCE AUF BRÜSSELER
***
FISCHFILETS IM WEIN-TEIG ODER
BASLER-SALM
WEISSER REIS
***

3-KÖNIGS-KUCHEN

AVOCADO-HÄLFTE MIT COCKTAIL-SAUCE AUF BRÜSSELER

Vorspeise für 4 Personen:

2 Avocados, gut reif
2 EL Zitronensaft
1-2 Brüsseler-Stangen

Sauce:
2 EL Mayonnaise
2 EL Rahm
1-2 TL Tomatenpurée
1 EL Tomatenketchup
wenig Senf, Pfeffer, Paprika, Salz
2-3 EL Essig
ev. 1-2 EL Milch

Zubereitung:

Die Avocados halbieren, (nicht schälen!) und vorsichtig den Stein heraus lösen.
Das Fruchtfleisch sofort mit Zitronensaft beträufeln.
Den Brüsseler waschen, rüsten, die Blätter ganz lassen.
Für die Sauce die Mayonnaise mit dem Rahm, Tomatenpurée, Ketchup und den Gewürzen verrühren. Zuletzt den Essig beimischen.
Wenn die Sauce zu dick ist, etwas Milch zufügen.
Die Brüsseler-Blätter auf 4 Teller sternförmig anrichten, die Avocadohälften in die Mitte geben und die Sauce in die Vertiefungen einfüllen. Ebenfalls etwas Sauce auf die Brüsseler-Blätter geben.

FISCHFILETS IM WEIN-TEIG

Zutaten für 4 Personen:

500 - 600 g Eglifilets oder andere kleine Fischfilets (tiefgekühlt oder frisch)

Marinade:
2 dl Weisswein
Saft von ½ Zitrone
½ TL Salz
1 Prise Pfeffer

Weinteig:
150 g Weissmehl
½ TL Salz
2 Eier
1 EL Erdnussöl
knapp 2 dl Weisswein

1 Liter Erdnussöl oder Fritiermischung, zum Fritieren

Zubereitung:

Die vollständig aufgetauten Fischfilets trockentupfen, dann auf Platte oder in Schüssel legen.
Für die Marinade alles verrühren, über die Fischfilets giessen und mind. 30 Minuten zugedeckt an kühlem Ort marinieren lassen.

Teig:
Das Mehl mit dem Salz in Schüssel geben und mischen.
Die Eier trennen, die Eigelbe mit dem Esslöffel Oel verrühren, zusammen mit dem Weisswein zum Mehl geben und alles zu glattem Teig verrühren. Den Teig zugedeckt mind. 30 Min. ruhen lassen.
Eiweiss zu Schnee schlagen, kurz vor dem Gebrauch vorsichtig unter den Teig ziehen.
Die Fischfilets aus der Marinade nehmen und sehr gut abtropfen lassen.
Das Erdnussöl oder die Fritiermischung auf ca. 180 °C erhitzen, die Fische durch den Teig ziehen, portionsweise ins heisse Oel geben und darin während einigen Minuten schwimmend backen, bis sie goldbraun sind.
Fischfilets mit der Schaumkelle aus dem Oel nehmen, sehr gut abtropfen lassen, auf Platte anrichten und warm stellen.

BASLER SALM

Zutaten für 4 Personen:

4 Lachstranchen (à ca. 200 g) frisch od. tiefgekühlt
Pfeffer, Salz
Saft von ½ Zitrone
1-2 EL Weissmehl
1-2 EL Bratbutter
120 g Zwiebeln (1 Grosse)
1-2 EL Butter
1 dl Weisswein

Zubereitung:

Tiefgekühlte Lachstranchen auftauen lassen.
Lachstranchen auf Platte legen, beidseitig mit Pfeffer und Salz würzen, dann mit Zitronensft beträufeln. Das Mehl auf einen Teller geben, Lachstranchen darin wenden, dann das Mehl gut abklopfen.
Bratbutter erhitzen, die Lachstranchen darin auf jeder Seite ca. 5 Min. goldbraun braten, herausnehmen, auf Platte geben und im Backofen warm stellen.
Die Zwiebel schälen, in Ringe schneiden.
Die Butter in der Bratpfanne heiss werden lassen, die Zwiebelringe hineingeben, mit etwas Mehl bestäuben, goldbraun backen, zum Lachs geben.
Den Bratfond mit dem Weisswein auflösen, aufkochen lassen, kurz vor dem Servieren über die Lachstranchen giessen.

3-KÖNIGS-KUCHEN

Zutaten für eine Springform von ca. 24 cm Durchmesser:

½ Würfel Frischhefe oder 1 Btl. Trockenhefe
80 g Zucker
500 g Weissmehl
1 TL Salz
50g Butter
2 ½ -3 dl Milch
1 Plastikfigur oder 1 getrocknete, weisse Bohne
wenig Oel oder Butter für die Form
2 EL gehobelte Mandeln, für die Garnitur

Zubereitung:

Hefe mit 1 TL Zucker bestreuen und flüssigrühren.
Mehl mit dem Salz und restlichem Zucker (+ ev. Trockenhefe) mischen.
Butter schmelzen, Milch zugiessen, Ei separat verrühren. ¾ davon mit der Milch verrühren (Rest zum Bepinseln behalten). Milch, Ei, Butter und Hefe zum Mehl geben, mischen, Sultaninen zufügen und alles zu einem weichen Teig verarbeiten und diesen kurz kräftig durchkneten.
Teig zugedeckt während ½ - 1 Std. aufgehen lassen.
Die Springform befetten und bemehlen. Den Teig in 8 gleiche Stücke teilen. Auf wenig Mehl aus 2 Stücken eine grosse Kugel formen und diese in die Mitte der Form legen. Aus den restlichen Stücken je eine kleine Kugel formen, in eine davon die Plastikfigur (oder die Bohne) stecken.
Die kleinen um die grossen Kugeln anordnen (die Stellen, wo sich die Kugeln berühren, mit etwas Wasser befeuchten).
Restliches Ei mit 1 TL Wasser verrühren, Teig damit bepinseln, Mandeln darüberstreuen.

Form in die Mitte des kalten Ofens schieben, Temp. auf 220°C einstellen, während ca. 30 Min. backen.