Kochkurs MRZ, 13. Feb. 2001

GEMISCHTER SALAT

****

VERSCHIEDENE GEMÜSE-GRATINS
SCHWEINS-KOTELETEN
NÜDELI

****

BLÄTTERTEIG-BEEREN-KISSEN

ITALIENISCHER ZUCCHINI-GRATIN

Zutaten für 4 Personen:

700 g Zucchini
etwas Butter für die Form
Pfeffer, Salz
Italienische Kräutermischung, getrocknet
Ca. 120 g Parmesan, gerieben
1 Becher Halbrahm
½ Kugel Mozzarella

Zubereitung:

Backofen auf 180°C vorheizen.
Zucchini waschen, Enden abrüsten.
Eine grosse Gratinform mit etwas Butter ausstreichen.
Die Zucchini in dünne Scheibchen schneiden oder hobeln.
Lagenweise in die Form geben, jede Lage pfeffern und salzen, etwas Kräutermischung und wenig Parmesan darüberstreuen.
Zum Schluss den Halbrahm darübergiessen.
Mozzarella in Scheibchen schneiden, über den Gratin verteilen und mit dem restlichen Parmesan bestreuen.
Gratin in die Ofenmitte schieben und während 40-50 Min. backen.

BLUMENKOHL-TOMATEN-GRATIN

Zutaten für 4 Personen:

1 Blumenkohl (ca. 750 g)
etwas Butter für die Form
1 mittlere Zwiebel
1 EL Erdnussöl
1 Dose geschälte Tomaten (Pelati), netto 400 g
Pfeffer, Salz
1 Prise Zucker
100 g Emmentaler, am Stück

etwas Peterli, zum Bestreuen

Zubereitung:

Ofen auf 220°C vorheizen.
Gratinform mit etwas Butter ausstreichen.
Blumenkohl rüsten, waschen, in Röschen zerteilen. Röschen in kochendem Salzwasser
Während ca. 10 Min. halbgar kochen, abtropfen lassen, in die Gratinform geben.
Zwiebel schälen, fein hacken, im Oel andämpfen, Pelati zufügen, aufkochen lassen,
würzen und über den Blumenkohl giessen.
Den Käse grob reiben, über die Tomaten streuen.
Form in den Ofen schieben, Gratin während ca. 25 Min. überbacken.
Vor dem Servieren etwas grehackten Peterli darüberstreuen.

BLÄTTERTEIG-BEEREN-KISSEN

Zutaten für 4 Personen:

1 Blätterteig, ausgewallt, viereckig
½ Btl. Vanille-Backcrème
ca. 2 dl Milch (laut Zubereitungsanleitung auf der Backcrème)
ca. 250 g Gartenbeeren, frisch oder tiefgekühlt
ca. 1 dl Schlagrahm

Zubereitung:

Backofen auf 200°C vorheizen.
Den Teig ausbreiten und in 4 gleich grosse Rechtecke zerschneiden.
Nun von jedem Rechteck rundum ca. 1 cm Rand abschneiden und diesen
als Rand auf die Rechtecke kleben.
Teig mit Kaffeerahm oder Milch bepinseln, Boden mit Gabel gut einstechen.
Teigstücke mit Backpapier auf Blech geben und die Bödeli während 10-15 Min.
goldbraun backen.
Herausnehmen und abkühlen lassen.
Die Backcrème nach Anweisung zubereiten, bis zum Servieren kühl stellen.
Vor dem Servieren die Backcrème auf die Teigbödeli streichen, dann die Beeren
darauf geben. (Die tiefgekühlten Beeren müssen nicht aufgetaut werden).
Zum Schluss mit etwas Schlagrahm garnieren.

Kochkurs MRZ, 13. 03. 01

MENUE:

Nüsslisalat

***

Cassoulet oder Chili con carne

Frisches Brot

***

Himbeer-Mousse

CASSOULET

Zutaten für 4 Personen:

250 g weisse, getrocknete Bohnen
1 grosse Zwiebel
1-2 Knobblauchzehen
2 Rüebli
1 Stück Knollensellerie
1 kleiner Lauch
250 g Schweinefleisch, vom Hals
1 Saucisson (ev. Neuenburger oder Waadtländer)
1 EL Erdnussöl
1 dl Wasser
1,5 dl Rotwein
1 Bouillonwürfel
2 EL Tomatenpurée
Paprika, Pfeffer,Salz
Ein paar Butterflöckli
2 EL Paniermehl

Zubereitung:

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen.
Am Zubereitungstag das Wasser abschütten, Bohnen in Pfanne geben, soviel frisches Wasser zufügen, bis die Bohnen bedeckt sind, dann (ohne Salz) während ca. 30 Min. vorkochen.
Backofen auf 180°C vorheizen.
Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein hacken. Rüebli und Sellerie schälen, beides fein würfeln, Lauch waschen, rüsten, in dünne Streifen schneiden.
Schweinefleisch in ca. 1,5 cm grosse Würfel, Wurst ungeschält in Scheiben schneiden.
Zwiebel und Knoblauch im Oel (im Brattopf) kurz andämpfen, dann Rüebli, Sellerie und Lauch zufügen, kurz mitdämpfen.
Schweinefleisch und Wurst zufügen, kurz anbraten, dann mit Wasser und Wein ablöschen, Bouillonwürfel und Tomatenpurée beigeben.
Die Bohnen gut abtropfen lassen, erst jetzt leicht salzen, dann zum Gericht geben, alles gut mischen und würzen. Butterflöckli und Paniermehl darübergeben, Topf auf die unterste Rille in den Backofen schieben, das Gericht während ca. 40 Minuten backen.

CHILI CON CARNE

Zutaten für 4 Personen:

200 g Borlottibohnen, getrocknet
1 grosse Zwiebel
2-3 Knoblauchzehen
600 g Tomaten
1 rote Peperoni
1 Peperoncino (scharf!)
1 EL Erdnussöl
400 g Rindfleisch, gehackt
1 EL Paprika, edelsüss
2,5 dl Wasser
2,5 dl Rotwein
1 Bouillonwürfel
Salz
1 Dose Indianerbohnen, gekocht (abgetropft 290 g)
Chilipulver, Cayenne-Pfeffer

Zubereitung:

Die getrockneten Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen.
Am Zubereitungstag das Wasser abschütten, Bohnen in Pfanne geben, soviel frisches Wasser zufügen, bis die Bohnen bedeckt sind, dann (ohne Salz) während ca. 30 Min. vorkochen.
Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein hacken.
Tomaten nach Belieben schälen, dazu über Kreuz einschneiden und für ca. 20 Sek. In kochendes Wasser tauchen, dann in kleine Würfel schneiden.
Peperoni und Peperoncino halbieren, entkernen und beides in feine Streifchen schneiden.
Zwiebeln und Knoblauch im Oel kurz andämpfen, Fleisch zufügen und anbraten.
Tomaten, Peperoni und Peperoncino zufügen, Mit Paprika würzen.
Mit Wasser und Wein ablöschen, Bouillonwürfel zufügen und noch leicht salzen.
Borlottibohnen abtropfen lassen, zum Fleisch geben und alles zugedeckt ca. 30 Minuten leise köcheln lassen.
Die Indianerbohnen in ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abspülen, zum Gericht geben und 10 Min. weiterköcheln lassen.
Das Gericht vor dem Servieren abschmecken.

HIMBEER-MOUSSE

Zutaten für 4 Personen:

3 Blatt Gelatine
ca. 200 g Himbeeren, frisch oder tiefgekühlt
60-80 g Zucker
1 EL Zitronensaft
1 Becher Vollrahm (1,8 dl)

Zubereitung:

Gelatine in kaltes Wasser einlegen.

Beeren mit dem Zucker und Zitronensaft mischen und mit einer Gabel zerdrücken (tiefgekühlte Beeren vorher auftauen lassen).
Gelatine gut ausdrücken, in Pfännchen geben und mit wenig Wasser aufkochen und unter Rühren auflösen.
Gelatine vom Herd nehmen, dann die Beerenmasse unter Rühren zu der Gelatine geben und alles gut mischen.
Die Masse kurz in den Kühlschrank stellen.
In der Zwischenzeit den Rahm steif schlagen, vorsichtig unter das Beerenpürée mischen.
Im Kühlschrank fest werden lassen.