Kochkurs Männerriege Zofingen, 07.12. 2004

MENUE:

gemischter Salat

***

Italienischer Hackbraten
*
Rüebli-Kartoffelgemüse

***

Zabaglione (Weinschaumcrème)

ITALIENISCHER HACKBRATEN

Zutaten für 4 Personen:

1 Stück Brot (ca. 50 g)
1 kleine Zwiebel
1 EL Peterli, gehackt
1 TL Oregano, getrocknet
1 EL Erdnussöl
300-400 g Rindfleisch, gehackt
150 g Kalbsbrät
Pfeffer, Paprika
½ TL Salz

Sauce:
2 EL Tomatenpürée
1 Prise Zucker
wenig Pfeffer und Salz und etwas Oregano, getrocknet
1 dl Wasser

Zubereitung:

Ofen auf 180°C vorheizen.
Eine mittelgrosse Cakeform mit Oel ausstreichen.
Brot in Würfel schneiden, dann mit heissem Wasser begiessen und etwas quellen lassen.
Zwiebel fein hacken, mit dem Peterli im Oel kurz andämpfen, Pfanne vom Herd nehmen.
Brot gut ausdrücken, mit Hackfleisch, Brät, Zwiebeln/Peterli und Gewürzen in Schüssel geben und alles gut verkneten.
Masse in die Cakeform geben, glattstreichen, Form in Ofenmitte schieben und Hackbraten ca. 1 Std. backen.
Sauce: Tomatenpürée mit Wasser und Gewürzen verrühren, 15 Min. vor Ende der Backzeit über den Braten giessen und fertigbacken.

RÜEBLI-KARTOFFELGEMÜSE

Zutaten für 4 Personen:

1 kleine Zwiebel
400 g Rüebli
400 g Kartoffeln
50 g Speckwürfeli
1 TL Rosmarin, gehackt
2 dl Wasser
1 Würfel Bouillon
Schnittlauch, gehackt

Zubereitung:

Zwiebel fein hacken.
Rüebli schälen, in ½ cm dicke Scheiben schneiden, Kartoffeln schälen, in nicht zu grosse Würfel schneiden.
Speckwürfeli in Pfanne anbraten (nicht Bratpfanne!), Zwiebel und Rosmarin zufügen, kurz mitdämpfen, dann Rüebli und Kartoffeln zufügen, mit Bouillon ablöschen und alles ca. 30 Min. köcheln lassen, dabei hie und da Flüssigkeit kontrollieren.
Vor dem Servieren mit etwas gehacktem Schnittlauch bestreuen.

ZABAGLIONE

Zutaten für 4 Personen:

2 frische Eier
4 EL Zucker
2 dl Weisswein
oder 1 dl Weisswein und 1 dl Marsala

Zubereitung:

Eier mit dem Zucker in Schüssel schaumig schlagen. Wein (oder Wein und Marsala) langsam dazugiessen, dabei die Schüssel in ein heisses Wasserbad stellen und alles mit dem Schwingbesen so lange rühren, bis die Masse dicklich wird.
Die Crème sofort in Schälchen anrichten und servieren.