



**B E A N S**

. . . . . w i r k o c h e n

## für Jung und alte Jahrgänge



\* **Chicken Nuggets für die jungen Jahrgänge** \*  
mit Cocktailsauce und jungem Spinat

\* **Spargel an Bärlauchsauce** \*  
mit Parmaschinken

\* **Gebeizter Sauerbraten** \*  
mit Kartoffelstock Bohnen und Rüeblì

\* **Klassisches Meringue** \*

\* **Ab-Gang für Junggebliebene** \*  
mit getrockneten Birnen von der Farb, Käse, Honig und La Bomba

\* die Jahrgänge: 2007 Palliser, 2005 DEHESA LaGranja, 2000 ALION,  
2008 LaBomba Domini Veneti, 1970 GRAHAMS,

## Sauce Hollandaise

### Zutaten

Für etwa 2 dl Sauce

Reduktion:

4 EL Weisswein

1 EL Weissweinessig

1 EL Wasser

½ Zwiebel, fein gehackt

1 Petersilienstängel

6 Pfefferkörner, grob zerdrückt

1 Lorbeerblatt

2 Eigelbe

100g Butter, kalt, in Stücken

Salz

Pfeffer

einige Tropfen Zitronensaft

### Zubereitung

1. Wein bis und mit Lorbeerblatt aufkochen, Hitze reduzieren, die Flüssigkeit bis auf 2 EL einkochen, auskühlen lassen.
2. Eigelbe und Flüssigkeit in einer Chromstahlschüssel verrühren. Unter ständigem Rühren über dem heissen Wasserbad schaumig schlagen.
3. Butter portionenweise unter Rühren dazugeben, bis die Sauce cremig ist.
4. Sauce würzen, mit Zitronensaft abschmecken und sofort servieren.

Passt zu Spargeln, Fisch und Salzkartoffeln Info Gerinnt die Sauce, 2 EL eiskaltes Wasser oder einen Eiswürfel dazugeben. Rühren, bis die Sauce wieder cremig ist.

#### Kalbs- und Schweinekotlette

- 1 Löffel Fett
- 1 Löffel Mehl
- 1 Kotelette
- ¼ Tasse Wasser
- ½ Kaffeelöffel Salz

Die Kotelette im Mehl wenden, das Fett heissmachen, die Kotelette darin mit beiden Seiten braten, salzen, das Wasser beifügen und die Kotelette nicht ganz zugedeckt weildämpfen. Kochzeit: 15—20 Minuten.

#### e) Sauerbraten

Das Fleisch und eine Bratengamitur in heissem Fett auf allen Seiten braten, grosse Fleischstücke werden herausgenommen. Im zurückgebliebenen Fett das Mehl schön braun rösten, das nötige Wasser beifügen, salzen und das Fleisch mit der Gamitur darin weildkochen.

#### Braunes Kalbs-, Schweins- und Hindsvoressen

- 1 Löffel Fett
- 3 Löffel Mehl
- 400 g Mochen
- 2 Tassen Wasser
- 1 besteckte Zwiebel
- 1 Kaffeelöffel Salz
- 1 Rübli

Das Fleisch in 2—3 cm grosse Würfel schneiden und im heissen Fett braten. Die Bratengamitur mitbraten, das Mehl beigeben und hellbraun rösten. Dann das Wasser zugossen, die Sauce glattrühren, salzen und zugedeckt weildkochen. Kochzeit: 1—1½ Stunden.

#### Fleischbeize

- 1 Tasse Wasser
- 4—6 Pfefferkörner
- 1 Tasse Essig
- 2 besteckte Zwiebelhälften

Fleisch, Pfeffer und die besteckten Zwiebeln in eine glasierte Schüssel legen. Wasser und Essig zusammen aufkochen, erkalten lassen und darübergossen. Die Beize muss das Fleisch bedecken. Die Schüssel mit einem Porzellaneller zudecken und während 4—6 Tagen an einem kühlen Ort stehenlassen. Das Fleisch jeden Tag wenden.

#### Schnellbeize

Die Beize wie oben heiss über das Fleisch gossen und während 2—3 Tagen stehenlassen. Sie wird in denjenigen Fällen verwendet, wenn nur kurze Zeit zum Beizen zur Verfügung steht.

#### Sauerbraten

- 1 Löffel Fett
- 2 Tassen Beize und Wasser
- 500 g Mochen
- 3 Löffel Mehl
- 1 Kaffeelöffel Salz

Das vorher eingebeizte Fleisch gut vertropfen lassen, eventuell abtrocknen. Im heissen Fett das Fleisch braten. Das Fleisch herausnehmen und das Mehl hellbraun rösten, mit Beize und Wasser zu einer glatten Sauce anrühren, salzen und das Fleisch zugedeckt weildkochen. Kochzeit: 1½ Stunden.

#### Herz als Sauerbraten

- 1 Löffel Fett
- 2 Tassen Beize und Wasser
- 1 Kalbsherz
- 1 Kaffeelöffel Salz
- 3 Löffel Milch

Das vorher gereinigte und eingebeizte Herz gut vertropfen lassen, eventuell abtrocknen. Im heissen Fett braten, herausnehmen und das Mehl hellbraun rösten, mit Beize und Wasser zu einer glatten Sauce anrühren, salzen und das Herz zugedeckt weildkochen. Kochzeit: 1½—2 Stunden.

#### Kaninchen-, Schweins- und Hinds Pfeffer

- 1 Löffel Fett
- 2 Tassen Beize und Wasser
- 500—600 g Fleisch
- 3 Löffel Mehl
- 1 Kaffeelöffel Salz

Das Fleisch in gleichmässige Würfel schneiden und während 3—4 Tagen in die Beize legen. Das eingebeizte Fleisch gut vertropfen lassen, eventuell abtrocknen. Im heissen Fett das Fleisch braten. Das Mehl kurz mitrösten, mit Beize und Wasser zu einer glatten Sauce anrühren, salzen und zugedeckt weildkochen. Kochzeit: ¾—1½ Stunde. Je nach Würfelgrösse und Fleischart.

#### Fleischresten-Verwendung

##### Fleischhaché (Gehäck)

- 1 Löffel Fett
- 1 Löffel Mehl
- 1 Zwiebel
- Brühe oder Wasser
- Zirka 250 g Fleischresten
- Salz

Die feingehackte Zwiebel im Fett dämpfen, die gehackten Fleischresten und das Mehl mitdämpfen; Brühe beifügen, salzen und aufkochen. Kochzeit: 5—10 Minuten.

Verwendung: Als Gericht oder als Füllung von Kohl, Rüb Kohl, Tomaten, Kartoffeln, Omeletten, Kräppli, Kuchen usw.

##### Schnitzfleisch

Gleiche Zubereitung wie Fleischhaché. Die Fleischresten in Scheibchen schneiden. Nach Beifügen vor dem Anrichten etwas Beigeben.

##### Fleischomeletten

- Omeletenteig
- Fleischresten
- Fett zum Backen

1. Art. Die gehackten Fleischresten mit dem Teig vermischen und Omeletten backen.

2. Art. Gebackene Omeletten mit Fleischhaché bestreuen und aufrollen.

## **Kartoffelstock:**

1 kg mehligkochende Kartoffeln, z.B. Agria, geschält, in Stücke geschnitten

2,5 dl Milch

40 g Butter

Salz

Pfeffer aus der Mühle

Muskatnuss

Lorbeer zum Garnieren

Kartoffelstock: Kartoffeln in siedendem Salzwasser oder im Dampfkochtopf weich kochen, abgiessen. In die Pfanne zurückgeben, kurz ausdampfen lassen. Milch und Butter erwärmen. Kartoffeln durch das Passevite dazutreiben. Gut verrühren, abschmecken.

## Meringue mit Rahm und Beeren

3 Eiweiss

50 g Zucker

1 EL Maisstärke

1 dl Rahm

1 Beu Vanillezucker

250 g Beeren, z. B. Heidelbeeren, Johannisbeeren, Brombeeren

Backofen auf 90 °C vorheizen. Eiweiss mit Zucker steif schlagen. Maisstärke einrieseln lassen. Weiterschlagen, bis die Masse fest ist und glänzt. Blech mit Backpapier belegen. Mit einem Löffel Eiweissmasse portionenweise auf das Blech geben und zu ca. 1 cm dicken Rondellen austreichen. Im Ofen ca. 2 Stunden trocknen. **Ofentür mithilfe eines Holzlöffels leicht geöffnet halten.** Meringues aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen. Vor dem Servieren Rahm mit Vanillezucker steif schlagen. Meringues mit Rahm bestreichen. Beeren darauf anrichten.

TIPP: Eiweissmasse mit einem Spritzsack aufs Blech auftragen

Zubereitung ca. 10 Min. + ca. 2 Stunden trocknen