



B E A N S

. w i r k o c h e n



Le printemps – Les poissons

Für aufkommende Frühlingsgefühle eine optimale kulinarische Ergänzung.
Empfohlen von Leo und Benno für den Kochabend vom 22. April 2005

Felchen Tatar



Pikantes Mangosüppchen



Frühlingsalat



Geräucherter Lachs
an Senf – Feigensauce
Dillnudeln



Ingwerparfait auf Rhabarberragout





B E A N S

. w i r k o c h e n

Wein

Aus dem Weingut HVARPE in Argentinien

Weiss

Lancatay Chardonnay
2003

Klassisch geschmeidiger
Chardonnay mit intensiver
Frucht.

Rot

Taymente Cabernet
Sauvignon 2003
Taymente Malbec 2003

Die Klassiker des Hauses.
Fruchtig- waldbeeriger
Cabernet und würzig-saftiger
Malbec. Intensive Aromatik und
geschmeidiger Körper. Der
Barriqueausbau verleiht dem
Taymente-Duo Komplexität und
Vanillenuancen.

Energy Coctail

Aus der Kronenhalle Bar

2 -3 Reife Erdbeeren
1 TL Rohrzucker
1 TL Guaranapulver
1 cl Zitronensaft
10 cl Orangensaft
6 - 8 Eiswürfel

Fein gemahlen

Frisch gepresst

Frisch gepresst

Zutaten mit 2-3 Eiswürfeln
fein mixen und über 3 - 4
Eiswürfel giessen.

2 Pfefferminzblätter

1 Erdbeere

Zusammen mit Minzblättern
aufspiesen und ins Glas
geben. Mit Trinkhalm
servieren.



B E A N S

. w i r k o c h e n

Felchen Tatar

Als amuse bouche, finger food oder zum Dippen mit Crostinis

200 gr. Felchenfilets

Salz
Zitronenpfeffer
Orangensaft
Olivenöl
1 Baguette

Entgräten und die Gräten mit einer Zange entfernen. Mit einem grossen Messer grob hacken und in eine Schüssel geben
Leicht würzen und abschmecken.

Im Backofen oder im Toaster rösten



B E A N S

. w i r k o c h e n

Pikante Mangosuppe

1 EL Olivenöl	In der Pfanne warm werden lassen
1 Schalotte	Im Olivenöl andämpfen
150 gr Rüebli, in feinen Scheiben	
1 mehlig kochende Kartoffel	Rüebli und Kartoffel kurz mitdämpfen
½ dl Weisswein	Ablöschen und einköcheln
4 dl Gemüsebouillon	Dazugiessen, aufkochen, Hitze reduzieren. Gemüse zugedeckt ca. 20 Min. weich köcheln.
1 Reife Mango in Stücken	Mango dazugeben, alles pürieren
2 dl Kokosmilch	Dazugiessen und aufkochen
2 EL Mango-Chutney	
½ TL Sambal Oelek	
Salz	Nach Bedarf würzen, in die vorgewärmten Teller verteilen
Pfeffer	In feine Ringe schneiden und Suppe damit garnieren
1 Roter Chili	Für die grüne Farbe. Anstelle der Kerbelblätter passen auch frische Korianderblätter
Kerbelblätter	



B E A N S

. w i r k o c h e n

Frischer Frühlingsalat

200 gr. marktfrische Salate	Rüsten und auf die Teller
Schnittsalat, Rucola,	verteilen
junger Spinat,	
Radicchio, etc	
Olivenöl	Ueber den Salat giessen
SABA*	
Salz und Pfeffer	

*SABA (vom lateinische Sapa nach einem Zitat von Cato)

Das Gebiet um Modena zeichnet sich durch weitläufige und fruchtbare Ebenen aus, die von den Reben der Lambrusco und Trebbiano Trauben bewachsen sind. Diese Trauben werden sorgfältig verlesen und bilden dann den Grundstock der SABA Herstellung. Die Trauben werden sanft gepresst, der daraus entstandene Most wird 30 - 35 Stunden lang auf kleiner Flamme bei ca. 80°C in offenen Töpfen gekocht und nach dem Erkalten mindestens ein Jahr lang ohne weitere Zusätze in Kastanien- und Eichenfässern gelagert.

Der SABA ist von dunkler Farbe, riecht fruchtig und schmeckt angenehm süss. Seine Konsistenz ist leicht sirupartig und seine Aromen und Geschmacksnoten erinnern an die gutbäuerliche Tradition von früher.

Geräuchter Lachs

www.beans-wir-kochen.ch



B E A N S

. w i r k o c h e n

an Feigen - Senfsauce

400 gr. Bio Lachs

Olivenöl
Fleur de sel

1 SAVU Räuchersack

100 gr Feigensenf

½ dl Gemüsefond

½ dl Weisswein

½ dl Rahm

8 Spargeln

Dill
Petersilie

Den Lachs in 4 Tranchen schneiden,
mit Olivenöl, Fleur de sel und Pfeffer würzen und in eine Gratinform legen.

Die ganze Form in den Räuchersack legen, gut verschliessen und bei 240° C im vorgeheizten Ofen mit Unterhitze ca. 1 h backen/räuchern.

Den Senf mit Fond und Weisswein einköcheln, Anschliessend würzen und mit dem Rahm verfeinern

Die Spargeln schälen und 20 Min. im Dampf garen.

Alles auf dem vorgewärmten Teller anrichten und mit Dill und Petersilie garnieren.



B E A N S

. w i r k o c h e n

Dillnudeln

Als Beilage

300 gr Weizenmehl
Wasser
Dill

Mehl und Wasser zu einem Teig
zusammenfügen, gut kneten.
Dill klein geschnitten
ebenfalls begeben. Das Wasser
wird nur bei Bedarf beigefügt.

Teig in Klarsichtfolie
einschlagen und ca. 1 h ruhen
lassen.

Auswallen und für Nudeln in
Streifen schneiden.

Alternative

Nudeln mit Benno's
Pastamaschine zubereiten!



B E A N S

. w i r k o c h e n

Ingwerparfait auf Rhabarber-Ragout

2 Frische Eier	
3 EL Zucker	Schaumig rühren
4 EL Kandierter Ingwer	Fein hacken
1 EL Frischer Ingwer	Fein reiben
Salz	
½ TL Zitronensaft	
1 EL Zitronenschale	
¼ L Rahm	Steif geschlagen
	Alle Zutaten gut mischen. Eine längliche Form mit ca. 1L Inhalt mit Klarsichtfolie auslegen. Die Masse einfüllen und zugedeckt 4-5 Stunden gefrieren lassen.
500 gr Rhabarber	Gewürfelt
1 EL Weisswein	
½ TL Zitronenschale	Gerieben
4 EL Zucker	
1 Vanillestängel	Aufschneiden und austreichen
Grüne Pfefferkörner	Eingelegt
2 EL Wasser	Den Rhabarber mit allen Zutaten 5 - 10 Minuten knapp weich kochen und abkühlen lassen.
	Parfait in Scheiben schneiden und zusammen mit Ragout servieren.



B E A N S

. w i r k o c h e n

Southern Comfort Sour

Zum Verdauen

4 cl Southern Comfort
1 cl Rohrzuckersirup
2 cl Orangensaft

Likör

Die flüssigen Zutaten mit einigen Eiswürfeln in den Shaker geben und kräftig schütteln. Die Mischung durch das Barsieb auf weitere Eiswürfel in eine Cocktailschale abgiessen.