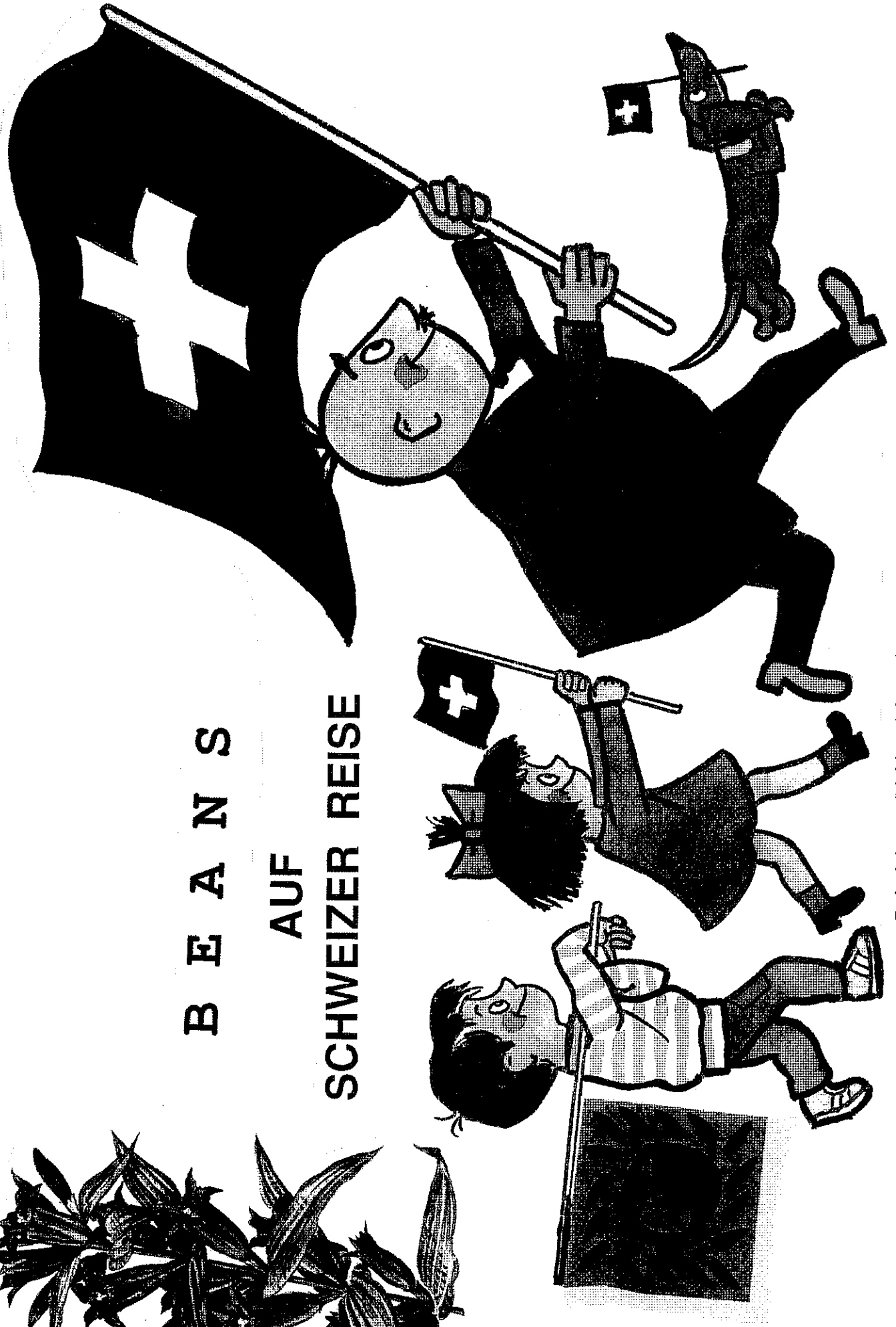




B E A N S

**AUF
SCHWEIZER REISE**



Südwürst emol andersch
Appenzeller-Bier

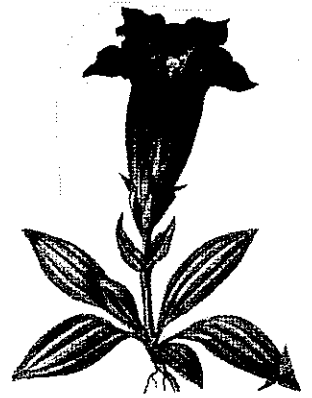
Spinatsuppe
claris Chorb Rheinau ~D Staatskellerei Zürich

Bohnensalat emol al dente
Tizerser Pinot Blanc ~ Weinbau Manfred Meier

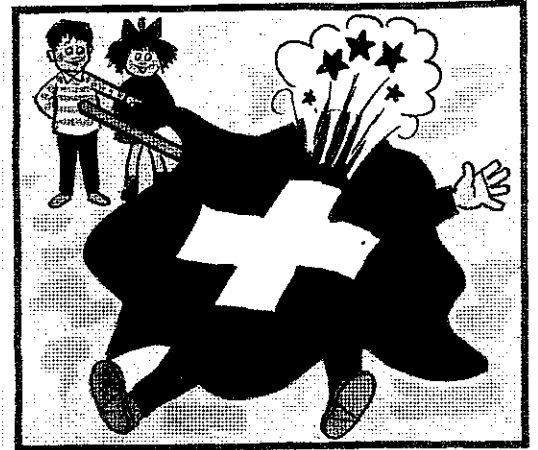
Kalbsteber mit Rösti und Frühlingsgemüse
Pankraz Zürcher Pinot Noir Prestige
Staatskellerei Zürich

Rhabarber-Portwein-Gratin

Kaffee mit Zubehöhr



Menüzauber im Appenzellerland



Südwörscht emol andersch

Zutaten für 4 Personen:
 4 Därme zum Einfüllen
 400 g Siedwurstbrät
 40 g geschnittene Nüsse
 (Pistazien oder Baumnüsse)
 1 dl flüssiger Rahm
 Gewürz

Zubereitung:
 Masse mischen und in die Därme abfüllen,
 abbinden, heiss machen, schälen und auf die
 untenstehende Sauce anrichten.

Sauce:
 1 dl sämige Kalbsrahmsauce Die feingeschnittenen Früchte in Butter dünsten, mit
 4 eingeweichte Karpfloumen Wein ablöschen und mit der Sauce leicht köcheln
 4 eingeweichte gedörrte Apfelscheiben lassen, auf Teller geben.
 0,5 dl Appenzeller Riesling

Kartoffellauchküchlein:
 20 g Butter Lauchstreifen, Schalotten in Butter dünsten, mit dem
 20 g Schalotten Rahm kurz köcheln lassen, abkühlen, geriebene
 120 g Lauchstreifen Kartoffeln beigeben, ebenfalls die Eier und das
 200 g geriebene rohe kleine Küchlein braten und mit den anderen Zutaten
 Kartoffeln auf weissem Teller schön präsentieren.
 2 Eier
 Gewürz, frischer Majoran

Spinatsuppe

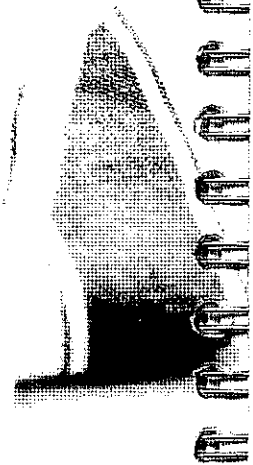
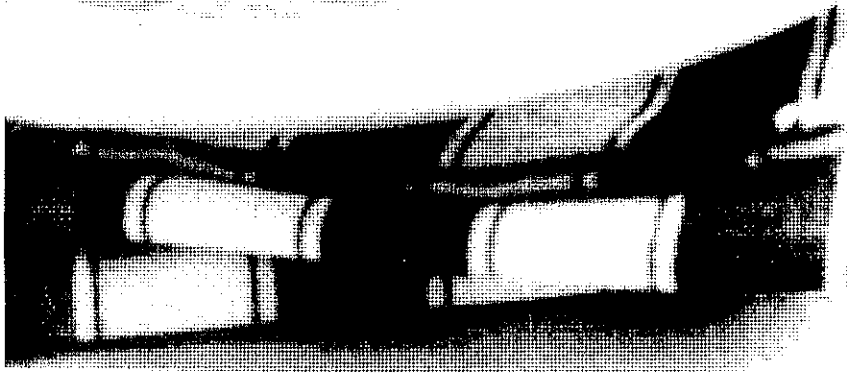
Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.
Ergibt ca. 8 dl

- 1 Esslöffel Butter*
- 1 Zwiebel, grob gehackt*
- 150 g Spinat*
- 6 dl Gemüsebouillon
- 1 Esslöffel Bratbutter
- 300 g kleine Eierschwämme
- ¼ Teelöffel Salz
- 1 dl Rahm*
- Salz, nach Bedarf

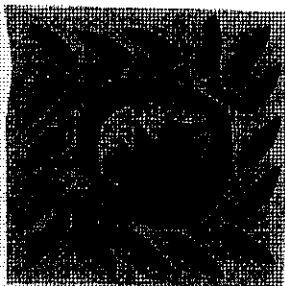
1. Butter warm werden lassen. Zwiebel andämpfen, Spinat zugedeckt ca. 3 Min. mitdämpfen. Bouillon dazugießen, aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 10 Min. köcheln. Suppe fein pürieren, in die Pfanne zurückgiessen.
2. Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Eierschwämme ca. 5 Min. braten, salzen.
3. Rahm in die Suppe giessen, nur noch heiss werden lassen, mit dem Mixstab schaumig rühren, salzen. Suppe in vorgewärmte Suppenteller giessen, Eierschwämme darauf verteilen.

Tipp

Spinat mit Butter und Zwiebel 2 Min. bei 100 Grad im Imperial Steamer oder im Miele Dampfgarer dämpfen. 5 dl heisse Gemüsebouillon dazugießen, fein pürieren.



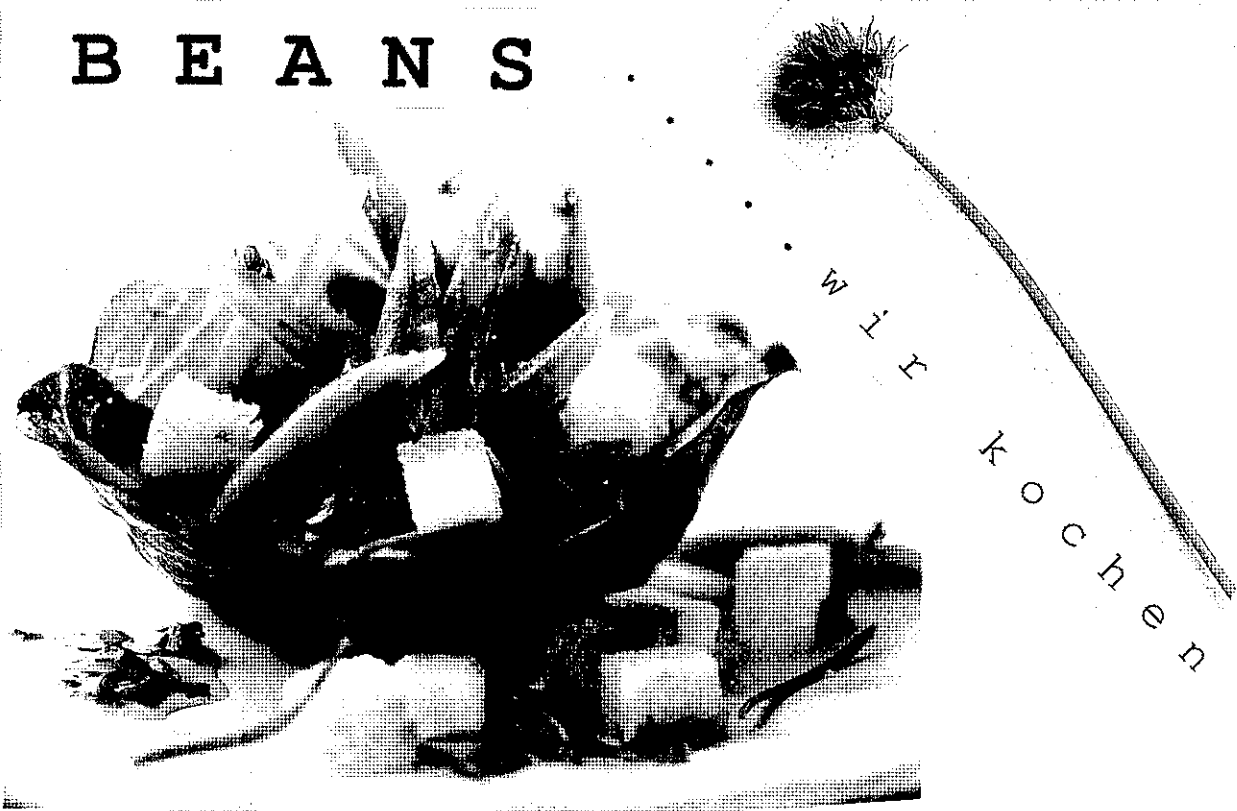
BEANS



... wir kochen



BEANS



Backen: ca. 10 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, auf einem Gitter kurz abkühlen. Bresaola-Schalen sorgfältig von den Förmchen heben, umdrehen, je ein kleines Glas in die Mitte stellen (Bild unten, Mitte und rechts), auskühlen.

Servieren: Bohnensalat in die Bresaola-Schalen verteilen, Croûtons darüber streuen.

Pro Person: 20 g Fett, 6 g Eiweiss, 14 g Kohlenhydrate, 1118 kJ (267 kcal)

Bohnensalat in Bresaola-Schale

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.

Ziehen lassen: ca. 30 Min.

Backen: ca. 10 Min.

für 4 ofenfeste Förmchen von je ca. 1 ½ dl, aussen gefettet

300 g **Bohnen**
Salzwasser, siedend

Bohnen offen knapp weich kochen, kalt abspülen, abtropfen, schräg in ca. 4 cm lange Stücke schneiden, in eine Schüssel geben

Portwein-Sauce

1 dl **roter Portwein**
2 Esslöffel **Aceto balsamico**
1 **Knoblauchzehe**, gepresst
1 Zweiglein **Rosmarin**

zusammen in einer kleinen Pfanne aufkochen, auf die Hälfte einköcheln. Pfanne von der Platte nehmen, abkühlen, Rosmarin herausnehmen

4 Esslöffel **Olivenöl**
1 **Schalotte**, fein gehackt
nach Bedarf **Salz**, Pfeffer aus der Mühle

beigeben, gut verrühren
würzen, Sauce über die Bohnen giessen, mischen, zugedeckt ca. 30 Min. ziehen lassen

1 Esslöffel **Olivenöl**

in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren

2 Scheiben **Toastbrot**, ohne Rinde, in Würfeli
1 Esslöffel **Rosmarinnadeln**

beigeben, ca. 3 Min. rösten, bis die Brotwürfeli goldbraun sind, herausnehmen, auskühlen

Bresaola-Schalen

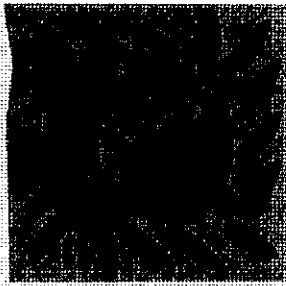
12 Tranchen **Bresaola**

je 3 Tranchen sternförmig über die vorbereiteten Förmchen legen, am Boden gut andrücken (Bild unten, links).

1 Esslöffel **Olivenöl**

Bresaola damit bestreichen





BEANS

. w i r k o c h e n

Geschnetzelte Kalbsleber

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Kalbsleber, von Hand geschnetzelt
- 2 Zwiebeln
- 1 Bund Petersilie
- 2 EL eingesottene Butter
- 1 EL Marsala (nach Belieben)
- Salz und Pfeffer
- 1 Stück frische Butter (zimmerwarm)

Zubereitung:

- Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Petersilie waschen und feinhacken.
- 1 EL eingesottene Butter erhitzen, die Zwiebeln unter gelegentlichem Wenden bei kleiner Hitze in 5-10 Minuten weichdünsten. Auf eine Platte geben und auf

dem Plattenwärmer warmhalten.

- Noch etwas Butter nachgeben. Hitze grossstellen. Leber in zwei Malen unter Wenden rasch anbraten, bis sie nicht mehr rot ist. Zwiebeln, Petersilie und alle Leber rasch miteinander mischen. Mit Salz, Pfeffer und Marsala würzen, die frische Butter beifügen und sofort anrichten.

Dazu passt: Rösti oder Reis mit einem grünen Salat.

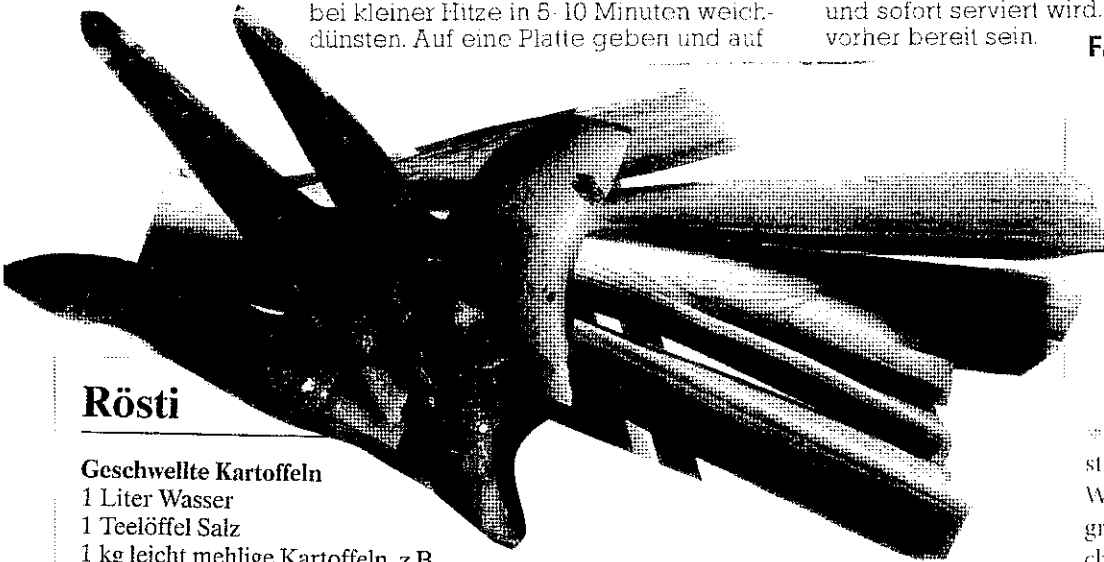
Tip: Auf diese Art kann jede Leber zubereitet werden. Wichtig ist, dass Leber immer erst in letzter Minute gebraten und sofort serviert wird. Beilagen müssen vorher bereit sein.

Frühlingsgemüse

Für 4 Personen

- 15 g getrocknete oder 150 g frische Morcheln
- 150 g Karotten
- 1 Kohlrabi
- 8-10 kleine Frühlingszwiebeln
- 50 g Butter
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

- * Getrocknete Morcheln mindestens 1 Stunde in lauwarmem Wasser einweichen. Anschliessend gründlich spülen. Frische Morcheln nur ganz kurz waschen. Grosse Pilze halbieren oder vierteln.
- * Die Karotten und den Kohlrabi schälen und in Stengelchen oder kleine Stücke schneiden. Das Gemüse in wenig Salzwasser oder über Dampf knapp weich kochen.
- * Von den Frühlingszwiebeln den Wurzelansatz wegschneiden. Die Zwiebeln mitsamt schönem Grün in Stücke schneiden.
- * Die Butter in einer weiten Pfanne erhitzen. Die Frühlingszwiebeln beifügen und kurz andünsten. Dann die Morcheln beifügen und 5 Minuten mitdünsten.
- * Die Karotten und Kohlrabi beifügen und alles weitere 5 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



Rösti

Geschwellte Kartoffeln

- 1 Liter Wasser
- 1 Teelöffel Salz
- 1 kg leicht mehliges Kartoffeln, z.B. Urgenta, Granola, Charlotte

Rösti

- ausgekühlte Kartoffeln
- 2 1/2 Esslöffel Schweineschmalz (siehe Produkte-Info, S. 152) oder Bratbutter

3/4 Teelöffel Salz

1 Esslöffel Margarine oder Butter

zusammen aufkochen, dann ca. 20 Minuten köcheln, Wasser abgiessen, Kartoffeln gut auskühlen

schälen, an der Röstiraffel reiben

in der Bratpfanne erwärmen, Kartoffeln begeben

darüberstreuen, Kartoffeln auf kleinem Feuer unter gelegentlichem Wenden leicht anbraten (Bild 1) zu Kuchen formen (Bild 2), nicht mehr bewegen, zudecken, auf kleinem Feuer weiterbraten, bis sich nach 15 Minuten eine goldgelbe Kruste gebildet hat

in kleinen Stücken ringsum am Pfannenrand verteilen, schmelzen lassen, 5 Minuten weiterbraten, Rösti auf Platte stürzen

B E A N S



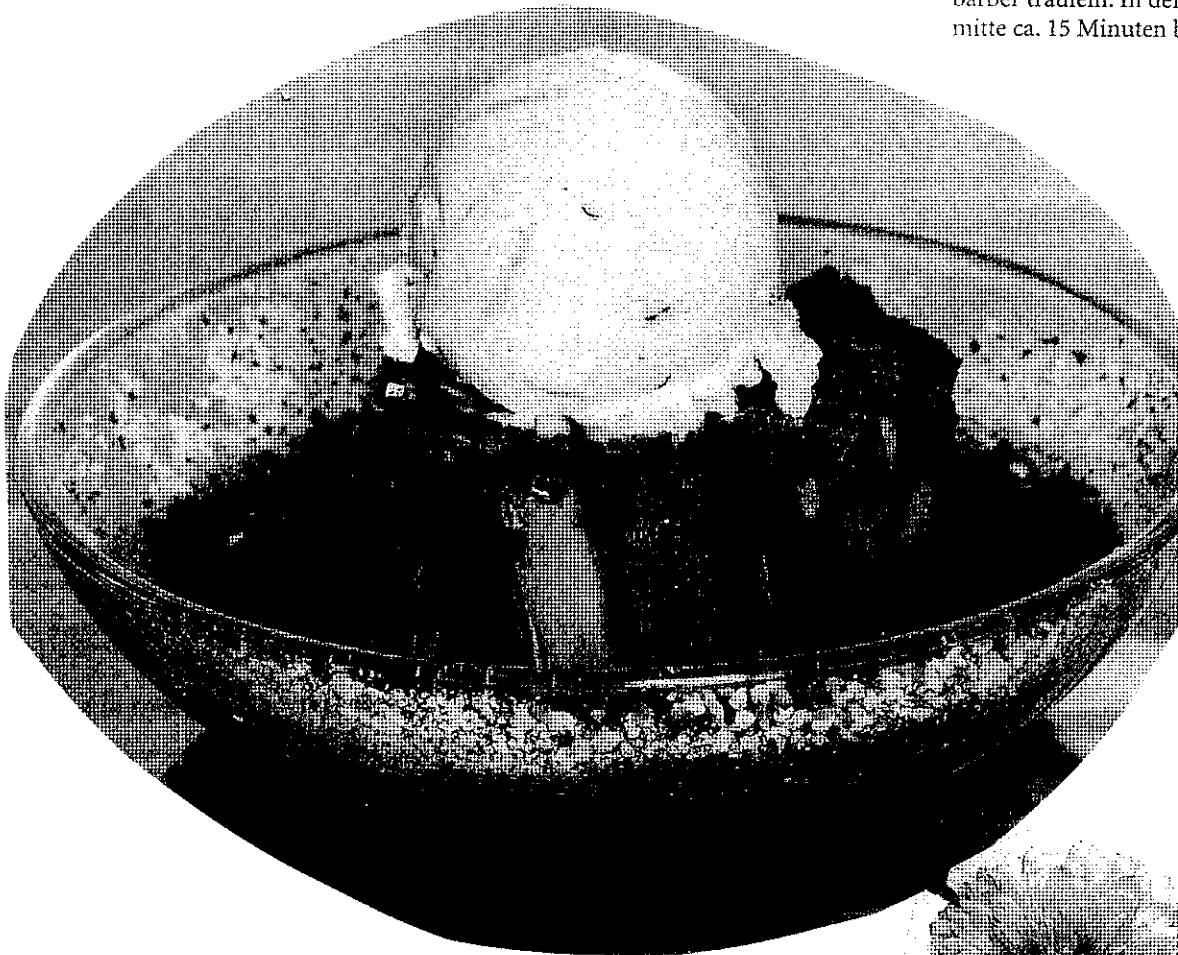
1 Vanilleschote längs aufschneiden. Samen herauskratzen. Beides mit Zucker, Portwein und Rotwein aufkochen. Bei kleiner Hitze 5 Minuten kochen. Vanilleschote entfernen.

Rhabarber- Portwein-Gratin mit Pistache-Croquante- Glace

Für 4 Personen

1 Vanilleschote
120 g Zucker *braun*
1 dl Portwein *rot*
1 dl Rotwein
500 g Rhabarber
1 EL Butter *weich*
50 g Haselnüsse *gemahlen*
4 Kugeln Glace *Pistache-
Croquante*

2 Ofen auf 170 °C vorheizen. Rhabarber schälen, längs halbieren und in ca. 4 cm lange Stücke schneiden. 4 ofenfeste Gratinförmchen mit Butter grosszügig ausstreichen. Mit Nüssen bestreuen. Rhabarber in der Förmchenmitte kreisförmig aneinander stellen. Portweinsirup über den Rhabarber träufeln. In der Ofenmitte ca. 15 Minuten backen.



3 Zum Servieren je eine Kugel Glace auf die noch warmen Gratins geben. Sofort servieren.

Je nach Sorte kann Rhabarber beim Backen leicht zerfallen.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten
+ 15 Minuten backen

Pro Person ca. 4 g Eiweiss, 16 g Fett,
47 g Kohlenhydrate, 1600 kJ/400 kcal

