



# B E A N S

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

Motto 2014: **festlich aufgetischt**

## menu

- **Quiche Lorraine**
- **Erbensuppe mit Gurken-Lachs-Spiess**
- **Coq au Vin**
- **Zwiebelrostbraten mit Artischocken**
- **Birne Helene mit Vanille Glace**
- **Käse aus Frankreich**

## weine

- **Le Cygne de Chateau Fonreaud 2013**  
60% Sauvignon Blanc, 25% Semillon, 15% Muscadelle
- **Chateau de Marcard 2009**  
70% Merlot, 20% Carbernet-Franc, 10% Cabernet-Sauvignon
- **Chateau CITRAN 2009**  
50% Cabernet Sauvignon, 50% Merlot
- **Chateau Château d'Agassac 2002 (Magnum)**  
47% Cabernet Sauvignon, 3% Cabernet Franc, 50% Merlot
- **Chateau Cambon la Pelouse 2001 (Double Magnum)**  
53% Merlot, 32.7% Cabernet Sauvignon, 12.3% Cabernet Franc, 2% Petit Verdot
- **Reserve – Chateau Giscours**, 3ème grand cru classé, 60% Cabernet Sauvignon, 32% Merlot, 5% Cabernet Franc, 3% Petit Verdot
- **Sautern** – Chateau Partarrieu 2011 und Chateau de Malle 1996, Sémillon-Sauvignon Blanc

märki & dani 14.11.2014

## Quiche Loirraine

Was brauche ich für ein Rundblech

200 g Mehl  
100 g Butter oder Margarine  
½ TL Salz  
etwas Wasser  
200 g Rahm  
3 Eier  
weisser Pfeffer  
200 g Emmentaler Käse  
1 Stange Lauch  
1 Zwiebel  
1 Zucchini  
2 Tomaten  
150 g Speck

Wie gehe ich vor

Aus Mehl, Butter oder Margarine und Salz mit etwas Wasser einen Mürbeteig zubereiten. Diesen 1/2 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Lauch putzen, waschen, in dünne Ringe schneiden und mit Zwiebelringen 5 Minuten andünsten.

Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, auswallen und in eine (gefettete\*) Springform legen. \* je nach Springform.

Gewürfelten Speck, evtl. kleingeschnittene Zucchini und Tomaten und andegünsteten Lauch und Zwiebeln auf dem Teig verteilen.

Rahm mit Eiern verquirlen, mit weissem Pfeffer würzen, dann mit dem Käse vermengen und ebenfalls in die Form geben.

Bei 200 Grad 40 Minuten backen. Wird der Quiche oben zu braun, mit Alufolie abdecken.

Tipp: Pizzateig geht auch. Mit Nüsslisalat servieren. Passt hervorragend zu Wein-Degustation

Dazu ein **Le Cygne de Chateau Fonreaud 2013**

## Erbsensuppe mit Gurken-Lachs-Spiess

Für 4 Personen

Mobile Rezept

### Zutaten für 4 Personen:

2 EL Butter	5 dl Hühnerbouillon
1 Zwiebel, gehackt	1 Salatgurke, geschält
250 g Erbsen, tiefgekühlt	100 g Rauchlachs
1 Bd. Pfefferminze	4 Holzspiesse
	Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

1. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln glasig dünsten, Erbsen dazugeben, mitdünsten.
2. Pfefferminzblätter abzupfen, in Streifen schneiden, zu den Erbsen geben und kurz mitdünsten. Mit Bouillon ablöschen, Suppe 15 Min. leicht sieden lassen.
3. Gurke mit dem Sparschäler in Streifen schneiden, Rauchlachs-tranchen ebenfalls in Streifen schneiden, Gurkenstreifen mit Lachs belegen, Gurkenstreifen aufrollen, wellenartig auf die Spiesse stecken, kühl stellen.
4. Suppe pürieren, abschmecken, in Gläsern anrichten, je einen Spiess obenauf legen.

**Zubereitung: 30 Min.**

Dazu frisches Brot und ein **Chateau de Marcard 2009**

# Coq au Vin

ZUBEREITEN: ca. 40 Minuten MARINIEREN: über Nacht KOCHEN: ca. 1¼ Stunden

Für 4 Personen

## Zutaten

1 Poulet oder 8 Pouletschenkel (ca. 1 kg) oder Knusperpoulet geschnitten

### Marinade:

4 Rüebli, gerüstet, in Stücken

10 Schalotten, halbiert oder geviertelt

2 Thymianzweige

1 EL Pfefferkörner

2 Lorbeerblätter

3 Knoblauchzehen, leicht zerdrückt

7 dl Rotwein, z.B. Merlot oder Pinot noir

2 EL Bratbutter oder Bratcrème

Salz, Pfeffer

ca. 15 Champignons

60 g Speckwürfel

etwas Bratbutter oder Bratcrème

Salz und Pfeffer

Petersilie, fein gehackt, zum Garnieren

## Zubereitung

1. Poulet waschen, trocken tupfen. Die Schenkel, Flügel und Brüstli mit einem scharfen Küchenmesser abschneiden, in eine Schüssel geben.
2. Marinade: Alle Zutaten bis und mit Rotwein mischen, zum Poulet geben.
3. Über Nacht im Kühlschrank marinieren.
4. Poulet und Gemüse aus der Marinade heben. Marinade durch ein Sieb giessen, beiseite stellen. Poulet trocken tupfen.
5. Poulet in der heissen Butter im Bräter anbraten. Gemüse dazugeben, kurz mitbraten, würzen. Mit Marinade aufgiessen, zugedeckt mind. 60 Minuten schmoren lassen.
6. Champignons und Speck in heisser Butter anbraten. Zum Poulet geben, unbedeckt bei geringer Hitze ca. 10-15 Minuten einkochen lassen, abschmecken, garnieren.

Dazu passen Ofenkartoffeln (Festkochend) oder Kartoffelpüree und ein **Chateau CITRAN 2009**

# Zwiebelrostbraten mit Artischocken

## Zutaten

Für 4 Portionen – Zeit 1 h 25 min

*Fleisch:* 2 El Olivenöl, 4 Rumpsteaks (à 200 g), Salz und Pfeffer  
*Artischocken:* 4 Artischocken (à 200 g), Saft von 1 Zitrone, 5 El Olivenöl, Salz,  
*Sauce:* 250 g Zwiebeln, 3 El Olivenöl, 1 Sternanis, 1 Tl Tomatenmark, 200 ml Rotwein,  
1 Lorbeerblatt, 250 ml Rinderfond, 1 Tl Speisestärke, Salz und Pfeffer

## Zubereitung

1. Artischocken putzen, dabei zwei Drittel vom Stiel und die äußeren harten Blätter entfernen. Artischocken rundherum mit einem Messer bis zum Boden putzen und mit einem Löffel das innere Heu entfernen. Artischockenböden sofort in Zitronenwasser legen.
2. Artischockenböden mit Küchenpapier abtupfen. Das Öl in einem Topf oder einer Pfanne mit dickem Boden erhitzen. Artischocken mit dem Stiel nach oben ins Öl geben und zugedeckt bei mittlerer Hitze 20-25 Minuten garen. In den letzten 5 Minuten die Artischockenböden offen zu Ende garen. Dabei ständig auf die Öltemperatur achten, eventuell die Hitze herauf- oder hinunterschalten: Die Artischockenböden sollen am Ende goldbraun und knusprig sein. Mit Salz würzen.
3. Für die Sauce die Zwiebeln fein schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Sternanis darin bei starker Hitze 3-5 Minuten goldbraun dünsten. Tomatenmark unterrühren und 30 Sekunden mitrösten. Rotwein und Lorbeerblatt zugeben und stark einkochen lassen. Fond zugießen und 4-5 Minuten offen einkochen. Sternanis und Lorbeer entfernen. Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren, die Sauce damit binden und 2-3 Minuten leise kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Für die Steaks das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, das Fleisch darin bei starker Hitze 1 Minute auf jeder Seite anbraten, dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch herausnehmen, auf ein mit Alufolie belegtes Backblech legen und im vorgeheizten Backofen auf der 2. Schiene von unten bei 160 Grad weitere 4-5 Minuten garen (Gas 1-2, Umluft 4-5 Minuten). Rumpsteaks herausnehmen, in Alufolie wickeln und 5 Minuten ruhen lassen. Sauce erwärmen. Fleisch und Artischocken auf vorgewärmte Teller geben, die Sauce extra dazu servieren.

Dazu passen Bratkartoffeln, wir servieren aber es nur mit Artischocken und ein **Chateau Château d'Agassac und/oder Chateau Cambon la Pelouse**

## Birne Hélène mit Vanille Glace

Für 4 Portionen

2 feste große Birne, 2 EL Zitronensaft, 4 TL Zucker, 80 g Zartbitterschokolade, 250 g Sahne, 4 TL Butter, 2 EL Bourbon-Vanillezucker, 200 ml Vanilleeis

### Schritt 1

Die Birne schälen, halbieren und das Kerngehäuse mit einem spitzen Messer entfernen. Die Birnenhälften in einen Topf geben, mit Zitronensaft und Zucker sowie 6 EL Wasser aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 5 Min. dünsten. Dann die Birnenhälften auf ein Sieb geben, abtropfen und abkühlen lassen.

### Schritt 2

Für die Sauce die Schokolade klein hacken, mit 50 g Sahne in einen Topf geben und bei geringer Hitze und unter Rühren langsam schmelzen lassen. Sobald eine glatte Masse entstanden ist, die Butter unterrühren und den Topf vom Herd nehmen.

### Schritt 3

Die übrige Sahne mit dem Vanillezucker steif schlagen. Je 1 Birnenhälfte auf einen Dessertteller legen. Mit einem Portionierer Kugeln vom Vanilleeis abstechen und neben den Birnen anrichten. Schokoladensauce darübergießen und mit Sahnetupfern garnieren.

## Vanille Glace

Zubereitungszeit: 45 Min.

1,5 dl Vollrahm, 2 dl Vollmilch, 4 Eier, 65 g Kristallzucker, 5 g Vanillezucker, 2 Vanilleschoten Mark auskratzen

Eigelb, Zucker und Vanillin-Zucker in eine Schüssel umrühren mit dem Mixer, bis das Eigelb weiss ist. Erwärmen (nicht kochen) Sie langsam die Milch. Schlagen Sie den Rahm unter das Eigelb und geben Sie es nach und nach in die Milch. Wenn alle Zutaten gut vermengt sind, giessen Sie die Mischung in einen Topf. Erhitzen Sie die Mischung unter ständigem Rühren bei mässiger Temperatur etwa 2 Min. lang. Die Mischung darf nicht aufkochen. Lassen Sie die fertige Mischung bis zu Kühlschrank-Temperatur abkühlen. Danach ab in die Glace-Maschine für ca. 40 Min.

Dazu ein **Chateau de Malle 1996**