



**B E A N S**

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

---

**+ 04 . 04 . 2008 | noch 64 Tage -**

**Das Kochduell - rot gegen weiss**

---

### Menu

- Die Trainer eröffnen mit dem **Amuse Bouch aus Ostschweizer Fleischqualität**
- **Vorspeise Rot: Goldbutt mit frischen Spargeln**
  - Selbstbewusst aber ohne Rezept macht sich Mannschaft **rot** an den 1. Gang
- **Vorspeise Weiss: Teigwaren zum selber machen**
  - Die Mannschaft ist ebenfalls rezeptlos aber Gut ausgerüstet für den 2. Gang
- **Hauptgang Rot: Rumpsteak an Schokoladen-Chili-Butter mit Rösti**
- **Dessert weiss: FRIOLINOS - Cooles aus dem Ofen**

### Pausentee

- **Weisswein:** 2007 Chardonnay Valais AOC Gérald Clavien-Cave Les Deux Crête
- **Rotwein:** 2006 Zweigelt Föllikberg Burgenland Weingut Kollwenz Römerhof GmbH  
2005 Steinzeiler Burgenland Weingut Kollwenz Römerhof GmbH

---

**- Viel Spass wünscht Richy und dany +**

## Goldbutt auf Spargeln mit Zitronenschaum

### Zutaten Für 4 Personen:

pro Person ca. 1365 kJ/326 kcal

3 EL Weisswein

1/2 Zitrone, nur Saft

600 g Goldbuttfilets

1 kg grüne Spargeln\*, unteres Drittel geschält

Salzwasser, siedend

3/4 TL Salz

Butterflöckli

1 unbehandelte Zitrone,

nur abgeriebene Schale

1 EL Butter (ca. 15 g)

1 Schalotte\* (ca. 60 g), fein gehackt

1 EL Weissmehl (ca. 10 g)

1 dl Weisswein

1/2 Zitrone, nur Saft

1 TL Salz

1 dl Rahm, steif geschlagen

1 unbehandelte Zitrone,

nur abgeriebene Schale

### Vor- und Zubereitungszeit

ca. 45 Minuten

Marinieren: ca. 30 Min.

Garen im Ofen: ca. 20 Min.

für eine ofenfeste Form von

ca. 2 1/2 Litern, gefettet

### Zubereitung

Fisch: Weisswein und Zitronensaft verrühren, Filets beidseitig damit beträufeln, zugedeckt im Kühlschrank ca. 30 Min. marinieren. Spargeln: Schräg dritteln, im knapp siedenden Salzwasser ca. 10 Min. knapp weich kochen, 1 1/2 dl Spargelsud beiseite stellen. Spargeln abtropfen, in die vorbereitete Form verteilen. Fischfilets trockentupfen, salzen, mit der Hautseite nach innen zur Hälfte falten, auf die Spargeln legen. Butterflöckli und Zitronenschale darauf verteilen, 1/2 dl beiseite gestellten Spargelsud darüber giessen, mit Alufolie bedecken. Garen im Ofen: ca. 20 Min. in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Schaum: Butter warm werden lassen, Schalotte beigeben, mit Mehl bestäuben, andämpfen. Wein, restlichen Spargelsud und Zitronensaft dazugiessen, aufkochen. Flüssigkeit auf ca. die Hälfte einkochen, durch ein Sieb in die Pfanne zurückgiessen, aufkochen. Hitze reduzieren, Sauce unter Rühren ca. 1 Min. köcheln, bis sie sämig ist, leicht abkühlen, salzen. Rahm und Zitronenschale darunter ziehen.

■ **Tipp:** Statt Wein Gemüsebouillon verwenden.

## Schlutzkrapfen

Die "Schluzer" sind gefüllte Teigtaschen aus Südtirol (oder Tirol)

Die Schlutzkrapfen, im Dialekt auch liebevoll "Schluzer" genannt, sind ein typisches Gericht der regionalen Küche, mit Wurzeln im Pustertal (wahrscheinlich). Das Wort "schluzen" heißt außerdem soviel wie rutschen oder gleiten. In früheren Zeiten wurden die Schlutzkrapfen nämlich richtig genussvoll geschlürft :-)

Nach dem originalen Rezept, sind diese Teigtaschen mit Spinat und Topfen gefüllt. Aber mit der Zeit und den verschiedenen Geschmäckern wurde dieses Gericht auch leicht abgeändert, so dass es heute verschiedene Füllungen gibt. Mit Fleisch, Käse,...

Die Zubereitung der "Schluzer" ist ganz einfach und auch das Kochen ist kinderleicht. Dabei gibt es einen Trick: Zum Kochen werden die "Schluzer" ins kochende Wasser gegeben. Sobald diese oben schwimmen sind sie fertig. Ganz einfach also! Serviert werden die Schlutzkrapfen mit etwas geriebenem Parmesankäse und geschmolzener Butter!

### **Teig:**

400 gr. Roggenmehl

100 gr. Weizenmehl

1 Ei

Salz

3 Esslöffel Öl und etwas lauwarmes Wasser nach Bedarf

### **Füllung**

100 gr. Spinat

100 gr. Topfen ( Quark )

kleine Zwiebel

Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Schnittlauch

2 EL Parmesankäse

1 gekochte Kartoffel

### **Zubereitung Füllung**

Feingehackte Zwiebel anschwitzen

mit gekochten passierten Spinat, Topfen, zerdrückter Kartoffel

Käse, Schnittlauch und Gewürzen gut mischen.

### **Zubereitung Teig**

Mehl, Ei, Salz, Öl und Wasser zu einem glatten Teig verkneten

20 Minuten ruhen lassen, dünn auswellen

mit einem runden Ausstecher Scheiben ausstechen

Fülle draufgeben zusammenklappen und gut zusammendrücken

in Salzwasser einige Minuten köcheln lassen

Mit Parmesankäse und brauner Butter servieren. Guten Appetit!!

## Rumpsteak an Schokoladen-Chili-Butter mit Rösti

### Für 10 Personen

60 g dunkle Schokolade  
250 g weiche Butter  
2 Peperoncini  
3 Esslöffel Vieille Prune oder Cognac  
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
2.5 Teelöffel getrockneter Majoran  
0.5-1 Teelöffel Currypulver  
0.5-1 Teelöffel ungesüßtes Kakao-Pulver  
8 Esslöffel Öl  
10 Rumpsteaks

1. Die Schokolade über einem heißen Wasserbad langsam schmelzen. Etwas abkühlen lassen.
2. Die Butter durchrühren, bis sich kleine Spitzchen bilden. Die geschmolzene Schokolade untermischen.
3. Den Peperoncino längs halbieren, entkernen und fein hacken. Die Hälfte davon zur Buttermischung geben. Diese mit Vieille Prune oder Cognac Parfümieren und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Die Butter auf Alufolie zu einer Rolle formen oder in einen Spritzsack mit Sterntülle füllen. Kurz in den Tiefkühler geben. Dann entweder in dicke Scheiben schneiden oder zu Rosetten spritzen. Bis zur Verwendung kühl stellen.
4. Für die Gewürzmischung den restlichen gehackten Peperoncino mit dem Majoran, dem Curry, dem Kakaopulver und dem Öl im Mörser zu einer Paste mischen. Die Rumpsteaks dünn damit bestreichen. Werden diese nicht innerhalb 1 Stunde zubereitet, kühl stellen.
5. Eine Bratpfanne leer erhitzen. Die Rumpsteaks salzen und ohne weitere Fettzugabe bei mittlerer Hitze auf jeder Seite je nach gewünschter Garstufe und Fleischdicke 1 1/2-2 Minuten braten. Mit der Schokoladen-Chili-Butter belegen und sofort servieren.

## FRIOLINOS - Ofenküchlein

### Rezept fuer ca. 20 kleine Ofenküchlein

*Cooler aus dem Ofen*

#### **Zutaten**

2 dl Wasser. 1 Prise Salz

60g Butter

125g Weissmehl

3-4 Eier

20g Zucker

1 Kugel Frisco Rahm Glace nach belieben

#### **Zubereitung**

Mehl auf ein Papier sieben. In einem Pfaennchen Wasser, Salz, und Butter zusammen aufkochen und das Mehl direkt vom Papier in die siedende Fluessigkeit schuetten.

Den Teig auf kleinem Feuer fest mit der Teigkelle klopfen, bis er glatt und glaenzend ist und sich vom Pfaennchen loest. Vom Feuer nehmen.

Eier gut verquirlen und mit Zucker vermischen nach und nach unter tuechtigem Klopfen dem Teig beigeben. Teighaufchen auf ein befettetes Blech setzen, ¼ Std. kalt stellen.

Mit Ei bestreichen und etwas Zucker bestreuen. 30 – 40 Min. bei mittlerer Hitze backen.

Besonders am Anfang nicht zu heiss backen, damit die Kuechlein gut aufgehen koennen.

Den Ofen waerend des Backen nicht oeffnen, da sie sonst zusammenfallen.

Die Ofenkuechlein nach dem erkalten in der Haelfte aufschneiden und 1 kl. Kugel Frisco Rahmglace nach belieben in die Kuechlein fuellen.