

Frühlingsmenü vom 31.03.2008

Frühlingsuppe

Bärlauchnudeln an Rüeblisauce

Lammrücken "Bocuse d'Or"

mit

Wildreis-Gemüsegratin

Beeren-Rhabarber-Süppchen

Frühlingsuppe



Für 4 Personen

Zubereitungszeit: ca. 15 Min. + 20 Min. köcheln lassen

Aufwand: einfach

Zutaten:

0,4 dl Sherry

1 cm Ingwer frisch

1 EL Butter

1 TL Zucker

1,5 dl Doppelrahm

1,5 dl Prosecco oder Perldor

2 Knoblauchzehen

2 Stangen Stangensellerie samt Grün, ca. 150 g

4 dl Gemüsebouillon

Salz, Cayennepfeffer

1 Selleriegrün abschneiden und fein hacken. Beiseite stellen. Sellerie in feine Scheiben schneiden. Ingwer und Knoblauch hacken. Alles in Butter andünsten. Mit Zucker bestreuen. 2–3 Minuten weiterdünsten. Mit Sherry und Bouillon ablöschen. 20 Minuten köcheln lassen.

2 Suppe fein pürieren und in eine andere Pfanne sieben. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren aufkochen. Prosecco und Selleriegrün dazugeben. Rahm löffelweise zugeben, dabei die Suppe mit dem Stabmixer aufschäumen. Sofort in vorgewärmte Gläser oder Tassen giessen und servieren.

Bärlauchnudeln mit Rüeblisauce



Für 4 Personen

 **Zubereitungszeit:** ca. 20 Min.
 **Aufwand:** einfach

Zutaten:

1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
2 Schalen Tagliatelle à 200 g
40 g Bärlauch

Sauce:

1 EL Butter
1 Schalotte
200 g Rüebl
2 dl Gemüsebouillon
2 EL Noilly Prat (trockener Wermut) oder Weisswein
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Für die Sauce Rüebl in Rädchen schneiden. Schalotte hacken. Beides in Butter andünsten. Mit Noilly Prat und Bouillon ablöschen. 15 Minuten köcheln lassen. Mit dem Pürierstab sämig mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Warm stellen.

2 Wenig Bärlauch für die Garnitur in Streifen schneiden. Rest mit Knoblauch sehr fein hacken oder cuttern. Mit Olivenöl vermischen. Beiseite stellen. Nudeln in reichlich siedendem Salzwasser al dente kochen. Abgiessen. Tropfnass zurück in die Pfanne geben. Bärlauchpaste dazugeben, gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Servieren die Nudeln auf vorgewärmte Teller verteilen. Mit Rüeblisauce umgiesen. Mit beiseite gestellten Bärlauchstreifen bestreuen. Sofort servieren.

Lammrücken «Bocuse dOr»



Hauptgericht für 4 Personen

🕒 **Zubereitungszeit:** ca. 30 Min. + 12–15 Min. backen

👉 **Aufwand:** einfach

Zutaten:

2 EL Paniermehl ungewürzt

2 Lammnierstücke à ca. 200 g

3 EL Sonnenblumenöl

3 grosse Kartoffeln fest kochend, ca. 400 g

4 Zweige Petersilie glatt

feines Meersalz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1 Backofen auf 200 °C vorheizen. Fleisch mit Salz und Pfeffer gut würzen. Mit Paniermehl bestreuen. Petersilie grob hacken.

2 Kartoffeln schälen. An einem Küchenhobel in 2 mm feine, aber möglichst lange Streifen reiben. In ein Küchentuch geben und gut ausdrücken. Von den Kartoffeln zwei feine Kartoffelküchlein backen. Dazu in einer beschichteten Bratpfanne von 26–28 cm Ø Öl erhitzen. Die Hälfte der Kartoffelstreifen darin ausstreuen. Nur auf einer Seite knusprig und goldbraun backen. Auf ein Backpapier gleiten lassen. Mit der Hälfte der Petersilie bestreuen. Das eine Fleischstück darauf legen und darin einrollen. Die Enden gut andrücken. Zweites Fleischstück auf die selbe Weise einpacken.

3 Fleisch auf einen Gitterrost legen und darauf in den Ofen schieben. Eine Tropfschale darunter einschieben. Das Fleisch 12–15 Minuten rosa garen. Mit einem scharfen Messer in 3 cm dicke Tranchen schneiden. Sofort servieren.

Es ist sehr wichtig, dass die Kartoffeln fein geschnitten werden, damit sie rasch gar und schön kross werden. Ist kein entsprechender Gemüsehobel vorhanden, Kartoffeln zuerst in feine Scheiben, dann in sehr feine Streifen schneiden.

Wildreis-Gemüse-Gratin



Beilage für 4 Personen

🕒 **Zubereitungszeit:** ca. 30 Min. + 30 Min. gratinieren
🔪 **Aufwand:** braucht etwas Zeit

Zutaten:

½ TL Salz
1 TL Butter
1 TL edelsüßer Paprika
1 TL Oregano getrocknet
1 Zwiebel
1,5 dl Milch
2 Eier
2 EL Parmesan gerieben
200 g Sauer-Halbrahm
250 g Wildreismix
250 g Gemüsemischung tiefgekühlt, z. B. Bretagne
Butter für die Form
Salz

1 Reis in Salzwasser 15 Minuten bissfest garen. Abgiessen und gut abtropfen lassen. Zwiebel hacken, in Butter andünsten. Gemüsemischung noch tiefgekühlt begeben und 5 Minuten mitdünsten. Mit dem Reis mischen. Eine ofenfeste Form ausbuttern. Reis-Gemüse-Mischung hineingeben.


2 Backofen auf 180 °C vorheizen. Sauerrahm, Milch und Eier verquirlen. Guss mit Salz, Paprika und Oregano würzen. Parmesan dazurühren. Den Guss über den Gratin giessen. In der Ofenmitte 30 Minuten gratinieren.

TIPP Als vegetarisches Hauptgericht mit einem Salat servieren oder als Beilage zu Grilladen.

Beeren-Rhabarber-Süppchen



Für 4 Personen

 **Zubereitungszeit:** ca. 20 Minuten

 **Aufwand:** einfach

Zutaten:

1 Vanilleschote

je 250 g Beerenmischung und Rhabarber tiefgekühlt,
vor Gebrauch aufgetaut

80 g Fruchtzucker oder Puderzucker

1 dl Schaumwein halbtrocken

150 g Crème fraîche

2–3 EL Milch

einige Beeren tiefgekühlt, aufgetaut

Puderzucker für die Garnitur

1 Vanilleschote halbieren, Mark herauskratzen. Mit Beeren, Rhabarber (die Rhabarber sollten vorher blanchiert werden), Zucker und Schaumwein fein pürieren. Durch ein Sieb in tiefe Teller giessen.

2 Crème fraîche mit etwas Milch verrühren. Spiralförmig auf das Süppchen träufeln. Mit einem dickeren Holzstäbchen (z.Bsp. asiatisches Essstäbchen) durch kreisende Bewegung marmorieren. Süppchen mit Beeren garnieren. Mit Puderzucker bestreuen.