



Tisch 2

Menu 7. Mai 2014

Französische Küche

Lauch-Kartoffel-Suppe



Salade niçoise



Kalbssteak mit geschmorten Birnen, Roquefort und Salbei



Apfel-Crêpes

Lauch-Kartoffel-Suppe



Zutaten:

Für 4 Portionen

700 g Lauch
250 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend
2 Schalotten
60 g Butter
1 Lorbeerblatt, frisch
400 ml Gemüsefond
350 ml Milch
Salz Pfeffer Muskatnuss
150 ml Schlagsahne
6 Scheiben Baguette
1 Ei Öl
1 TL Muskatblüte, gemahlen, (Macis)
1/2 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

1. Lauch putzen und der Länge nach halbieren, waschen. Nur das Weiße und Hellgrüne in 1 cm dicke Stücke schneiden. Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Schalotten fein würfeln.
2. 30 g Butter in einem Topf zerlassen, Schalotten darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Lauch und Kartoffeln zugeben und kurz mitdünsten. Lorbeerblatt mehrfach mit einer Schere einschneiden, mit Gemüsefond und Milch auffüllen und aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Bei milder Hitze 30-35 Minuten zugedeckt kochen lassen.
3. Sahne steif schlagen und kalt stellen. Baguette würfeln. Restliche Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen. Baguettewürfel darin knusprig braten. Mit Muskatblüte mischen und beiseitestellen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.
4. Lorbeerblatt aus der Suppe entfernen. Suppe mit dem Schneidstab sehr fein pürieren, dann durch ein feines Sieb streichen. Suppe erneut erhitzen, die Sahne unterheben und eventuell nachwürzen. Mit Schnittlauch und Croûtons bestreut anrichten.

Kalbssteak mit geschmorten Birnen, Roquefort und Salbei



Zutaten:

Für 4 Portionen

125 g Schalotten, groß

2 T-Bone-Steaks , vom Kalb (à 600 g beim Metzger vorbestellen)

Salz Pfeffer

100 g Butter

8 Salbeiblätter

3 El Birnengeist, (ersatzweise Birnensaft)

200 ml Cidre aus Birnen , (ersatzweise Apfel-Cidre)

200 ml Kalbsfond

80 g Roquefort

1 kg Neue-Poitau-Birnen , (ersatzweise saftige süsse Birnen)

Zubereitung:

1. Schalotten in dünne Ringe schneiden. Steaks mit Salz und Pfeffer würzen. 50 g Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Steaks darin bei starker Hitze auf jeder Seite kurz anbraten. Steaks nebeneinander in eine feuerfeste Form legen. Die Schalotten mit 4 Salbeiblättern in der Bratbutter der Steaks kräftig dünsten. Mit Birnengeist, Cidre und Fond ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Fond mit den Schalotten über die Steaks verteilen. Den Käse grob zerbröseln und auf die Steaks streuen. Im vorgeheizten Ofen bei 160 Grad (Gas 1-2, Umluft nicht empfehlenswert) auf der mittleren Schiene 30-40 Minuten garen.

3. Kurz vor Ende der Garzeit die Birnen vierteln und entkernen. Birnen in einer großen Pfanne bei starker Hitze unter Schwenken in der restlichen Butter rundum leicht anbraten, pfeffern, die restlichen Salbeiblätter zugeben und kurz mitrösten.

4. Die Birnen auf den Steaks verteilt servieren. Dazu passt Baguette.

Salade niçoise



Zutaten:

Für 4 Portionen

Vinaigrette:

2 Knoblauchzehen

2-3 El Weißweinessig

6 El Olivenöl

Salz Pfeffer Salat

120 g Prinzessbohnen Salz

1 gelbe Paprikaschote (200 g)

1/2 Salatgurke

4 Tomaten

1 Bund Radieschen (kleines Bund)

200 g Thunfisch (in Öl)

50 g Sardellen (in Öl)

4 Eier (Kl. M, hart gekocht)

50 g kleine schwarze Oliven (ohne Stein)

2 El kleine Kapern

120 g gemischter Blattsalat (Kopfsalat, Frisée, Radicchio)

3 Stiele glatte Petersilie

Zubereitung:

1. Für die Vinaigrette die Knoblauchzehen fein würfeln und mit Essig und Olivenöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und beiseite stellen.
2. Für den Salat die Bohnen putzen, halbieren und in kochendem Salzwasser 3 Minuten kochen. Dann abschrecken und in einem Sieb gut abtropfen lassen. Paprika längs vierteln, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Salatgurke in 3-4 mm dicke Scheiben schneiden. Tomaten in Spalten schneiden. Radieschen putzen und in dünne Scheiben schneiden.
3. Thunfisch in einem Sieb gut abtropfen lassen und grob auseinander zupfen. Sardellen in einem Sieb gut abtropfen lassen und schräg halbieren. Eier pellen und längs sechsteln.
4. Alles mit Oliven, Kapern und geputztem Blattsalat auf eine Platte geben. Vinaigrette über den Salat gießen. Mit Petersilienblättern bestreuen.

Apfel-Crêpes



Zutaten:

Für 6 Portionen

2 Eier (Kl. M)
150 ml Milch Salz
6 El Zucker
100 g Mehl
2 rote Äpfel
2 Tl Butter
150 g Speisequark
1 El Calvados
1 El Puderzucker

Zubereitung:

1. Eier mit Milch verrühren und mit je 1 Prise Salz und Zucker würzen. Mehl zugeben und zu einem glatten Teig verrühren. Äpfel halbieren, entkernen, in Spalten schneiden.
2. 1 Tl Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Äpfel 2 Min. darin dünsten. 2 El Zucker und 150 ml Wasser zugeben und 5 Min. bei mittlerer Hitze leise kochen lassen.
3. Eine beschichtete Pfanne mit etwas Butter ausreiben und darin nacheinander 8 dünne Crêpes backen.
4. Quark mit 4 El Zucker und Calvados verrühren. Die Crêpes damit bestreichen. Apfelspalten mit eingekochtem Sirup darauf verteilen und die Crêpes zusammenfalten. Auf Tellern anrichten, mit Puderzucker bestäuben und servieren.