

# Nollenköche Unterägeri

---

Kochabend vom 06. November 2002  
Tisch 3

---

Schmankerl - Brot

Salatbouquet mit Lachstartar  
an Kräutervinaigrette

Kalbsbraten Toskana  
mit Korallenbohnen und Pommes risolé

Fischpastetchen  
an Chardonnaysauce

Birnen mit Baumnuss-Füllung

---

En Guete !

# Schmankerl - Brot

## Zutaten :

(für 4 - 6 Portionen)

- 400 g Frischkäse
- 1 EL Paprikapulver (edelsüß)
- 250 g gelbe und rote Paprikaschoten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Schnittlauch
- 100 g Gewürzgurken
- Salz
- Cayennepfeffer
- 1 Meterbrot

## Zubereitung :

(35 Minuten plus Kühlzeit)

- Frischkäse mit Paprikapulver glattrühren. Die Paprikaschoten vierteln, entkernen und sehr fein würfeln. Knoblauchzehe pellen und ebenfalls sehr fein würfeln. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden, die Gurken fein würfeln.
- Alles mit dem Frischkäse vermengen und mit Salz und Cayennepfeffer herzhaft würzen.
- Das Brot quer in drei Stücke schneiden, das weiche Innere jeweils mit einem Teelöffel herauslösen. Die Frischkäse-mischung in einen Spritzbeutel ohne Tülle geben, die Baguettstücke damit füllen
- Gefüllte Baguette bis zum Servieren kühl aufbewahren, dann mit einem scharfen Messer in dicke Scheiben schneiden.
- Dazu passend sind Radieschen

## Kräuter - Vinaigrette

### Zutaten :

(für 4 - 8 Personen)

- 2 EL Weinessig
- ½ TL scharfer Senf
- Salz, Pfeffer und Zucker
- 6 EL Distelöl
- 2 EL fein gehackte Schalotte  
(oder Frühlingszwiebeln oder Schnittlauch)
- 4 EL gemischte fein gehackte Kräuter  
(z.B. Petersilie, Dill, Estragon, Kerbel,  
Pimpinelle, Zitronenmelisse)

### Zubereitung :

- Essig, Senf, Salz, Pfeffer und eine gute Prise Zucker in einem Schüsselchen verrühren und abschmecken. Sollte die Mischung zu sauer sein, mehr Zucker zufügen
- Nach und nach das Oel unterrühren, bis sich die Zutaten zu einer gleichmässigen Mischung vermengen
- Kurz vor dem Servieren Zwiebeln und Kräuter unterrühren, die Vinaigrette über den Salat geben und gründlich durchmischen

# Kalbsbraten Toskana

## Zutaten :

(für 6 - 8 Personen)

- 4 Knoblauchzehen
- 8 - 10 Salbeiblätter
- 4 Rosmarinzweige
- 2 EL Olivenöl
- ca. 1.2 kg Kalbscarree (Nierstück)
- Salz
- schwarzer Pfeffer (aus der Mühle)
- 50 ml Olivenöl zum Anbraten
- 100 ml Weisswein
- ¼ l Kalbsfond

## Zubereitung :

- Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.
- Den Knoblauch schälen. Zusammen mit den Salbeiblättern und den Rosmarinadeln fein hacken. Alles mit den 2 EL Olivenöl mischen
- Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Im heissen Olivenöl von allen Seiten (auch an den Enden) 8 - 10 Minuten anbraten. Herausnehmen und mit der Kräutermischung einreiben. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im vorgeheizten Ofen bei 80 Grad 2 - 2 ½ Stunden nachgaren lassen.
- Den Bratensatz mit dem Weisswein auflösen und gut zur Hälfte einkochen lassen. Den Kalbsfond beifügen und alles nochmals etwas reduzieren. Den Jus mit Salz und Pfeffer abschmecken. Beiseite stellen.
- Unmittelbar vor dem Servieren den Jus nochmals aufkochen. Den ausgetretenen Saft vom Fleisch dazugeben. Den Braten in dünne Scheiben schneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Jus beträufeln.

## **Chardonnay - Sauce**

### Zutaten :

- 1 EL Butter
- 1 EL Mehl
- 1 ½ dl Bouillon
- 1 dl Chardonnay
- 1 Schalotte, fein gewürfelt

### Zubereitung :

- Butter schmelzen, Zwiebeln darin glasig anziehen lassen
- Mehl dazu geben und etwas rösten. Keine Farbe annehmen lassen
- ablöschen mit Bouillon und Chardonnay
- würzen mit Salz und Pfeffer (weiss)
- zum verfeinern evtl. etwas Rahm dazu geben

# Korallenbohnen

## Zutaten :

(für 4 Personen)

- 600 g Stangenbohnen
- 2 grosse Fleischtomaten
- 1 mittlere Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 3 - 4 EL Olivenöl
- 50 ml Bouillon
- 1 Bund glattblättrige Petersilie

## Zubereitung :

- Die Bohnen entfädeln und waschen
- Die Tomaten kurz in kochendes Wasser tauchen, schälen, quer halbieren, entkernen und in Würfel schneiden
- Die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Im Olivenöl andünsten
- Die Bohnen beifügen und kurz mitdünsten
- Die Tomaten und die Bouillon beifügen. 25 Minuten auf kleinem Feuer kochen lassen. Von Zeit zu Zeit die Flüssigkeit kontrollieren.
- 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Petersilie fein hacken und beifügen. Die Bohnen wenn nötig nachwürzen

# Birnen mit Baumnuss - Füllung

## Zutaten :

(für 4 - 8 Personen)

- 4 Birnen, geschält
- 1 EL Zitronensaft
- 3 dl Rotwein
- 3 dl Wasser
- 60 g Zucker
- 1 Stück Zitronenschale

## Füllung

- 100 g Baumnüsse, gerieben
- 30g Zucker
- 1 EL Vanillezucker
- ½ Birne, gerieben
- 75 g Rahmquark, abgetropft
- ½ TL Korianderpulver

Zitronenzesten zum Garnieren

## Zubereitung :

- Birnen mit Zitronensaft beträufeln
- Für den Sud Rotwein, Wasser, Zucker und Zitronenschale zusammen aufkochen, 5 Minuten köcheln lassen und die Birnen darin weichgaren. Im Sud auskühlen lassen
- Für die Füllung alle Zutaten vermischen, 2 Stunden kühl stellen
- Birnen halbieren, Kerngehäuse grosszügig mit dem Pariserlöffel entfernen
- Füllung in die Birnen spritzen, auf Tellern anrichten und mit Zitronenzesten bestreuen