



*Kochen vom 4. September 2013, Tisch 3*

## **Blattsalat mit Schabzigermousse**

### **Für 4 Portionen**

Kopfsalat  
Sprossen  
Kürbiskernen  
Sonnenblumenkernen  
Toastbrot

### **Vinaigrette**

2 EL Balsamico  
Kräutermeersalz  
Pfeffer  
2 EL Kürbiskernenöl

### **Schabzigermousse**

200 g „Glerner Grüessli“  
30 g Zigerbutter (ZIBU)  
Pfeffer  
½ unbehandelte Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)  
20 g Kräuter

„Glerner Grüessli“ und Zigerbutter verrühren, mit Pfeffer, Zitronensaft und Zitronenschale abschmecken, Kräuter unterrühren. Kühl stellen.

Kürbis- und Sonnenblumenkerne in einer Bratpfanne trocken rösten, bis sie fein duften.

Salatblätter waschen, trocken schleudern, grosse Blätter zerlegen.

Salat auf Teller legen und mit der Vinaigrette beträufeln, Schabzigermousse mit einem Esslöffel portionieren, auf den Salatblättern anrichten. Mit Sprossen und Kernen garnieren. Getoastetes Brot separat servieren.



*Kochen vom 4. September 2013, Tisch 3*

## **Risotto mit Erbsen und Belper Knolle**

### **Für 4 Portionen**

2 Schalotten  
250 g Risotto-Reis  
1 grosser Schluck Weisswein  
ca. 7 dl heisse Gemüsebrühe  
140 g tiefgekühlte Erbsen  
100 g Taleggio (Luzerner Rahmkäse)  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
ca. 25 g Butter  
Olivenöl  
1 Lorbeerblatt  
Belper Knolle

Schalotten fein würfeln und in einem Topf in Olivenöl glasig schwitzen. Reis dazu geben und unter Rühren solange mit dünsten, bis die Reiskörner ebenfalls glasig sind. Jetzt mit dem Weisswein ablöschen, rühren, bis der Wein eingekocht ist und der Reis wieder anfängt am Topfboden zu kleben. Lorbeerblatt beifügen. Nun ein bisschen heisse Gemüsebrühe begeben, rühren, einkochen lassen, bis der Reis wieder am Topf klebt. So nach und nach fortfahren: Brühe dazu giessen, rühren, einkochen lassen...

Wenn die Hälfte der Brühe im Risotto ist, die gefrorenen Erbsen in die restliche Brühe geben und diese nochmals erhitzen. Ab jetzt die Erbsenbrühe nach und nach zum Risotto geben.

Wenn der Reis noch leicht Biss hat, den Taleggio (oder eben den Luzerner Rahmkäse) würfeln und in das Risotto rühren. Butter dazu und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einem Suppenteller anrichten und mit der feingehobelten Belper Knolle bestreuen.



*Kochen vom 4. September 2013, Tisch 3*

## **Kalbssteak mit Steinpilz-Baumnuss-Butter und leichtem Bierjus.**

### **Für 4 Portionen**

#### **Buttermischung:**

20 g Steinpilze, getrocknet  
1 Stück Schalotte  
1 Stück Knoblauchzehe  
50 g Baumnusskerne  
8 Zweig Thymian  
1 Teelöffel Butter, (1)  
100 g Butter, weich, (2)  
1 Teelöffel Cognac  
1 Teelöffel Senf  
Salz, Pfeffer, aus der Mühle

#### **Fleisch**

4 Stück Kalbssteak  
1 Esslöffel Bratbutter  
0.5 dl Bier  
1.5 dl Gemüsebouillon

1. Die Steinpilze in lauwarmem Wasser einweichen.
2. Schalotte und Knoblauch schälen und fein hacken. Baumnüsse nicht zu fein hacken. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen.
3. Die Steinpilze abtropfen lassen, gut ausdrücken und fein hacken. Das Einweichwasser beiseite stellen.
4. In einer kleinen Pfanne die Butter (1) erhitzen. Schalotte und Knoblauch darin glasig dünsten. Die Steinpilze beifügen, kurz mitdünsten, dann mit dem Einweichwasser ablöschen. Alles dicklich einkochen, dann abkühlen lassen.
5. Die Butter (2) rühren, bis sich Spitzchen bilden. Steinpilze, Baumnüsse, Thymian, Cognac und Senf nacheinander untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
7. In einer Bratpfanne die Bratbutter kräftig erhitzen. Das Fleisch auf jeder Seite ca. 5 Minuten braten, dann warm stellen. Den Bratensatz mit Bier und Bouillon ablöschen und gut zur Hälfte einkochen lassen.
8. Die Kalbssteaks auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit etwas Sauce beträufeln, dann je 1 Nocke Steinpilz-Baumnuss-Butter darauf setzen. Sofort servieren.



*Kochen vom 4. September 2013, Tisch 3*

## **Portwein- Zwetschgen**

### **Für 4 Portionen**

800 g Zwetschgen  
3 dl Portwein, rot  
2 Päckli Vanillezucker, Bourbon  
4 Esslöffel Zucker  
1 dl Rahm  
100 g saurer Halbrahm

Die Vorbereitungen:

1. Die Zwetschgen waschen, halbieren und entsteinen.
2. Den Portwein, den Vanillezucker und den Zucker in eine Pfanne geben, aufkochen und 2–3 Minuten kochen lassen.
3. Die Zwetschgen in den Sud legen. Die Früchte zugedeckt auf kleinem Feuer knapp weich garen. Mit einer Schaumkelle herausheben, gut abtropfen lassen und in 4 Dessertgläser oder –schalen verteilen.
4. Den Sud ungedeckt bei grosser Hitze auf etwa 1 dl einkochen lassen. Die Hälfte des Suds über die Zwetschgen träufeln. Abkühlen lassen, dann wenn nötig kühl stellen. Den restlichen Sud in eine Tasse giessen und ebenfalls abkühlen lassen.

Die Zubereitung:

5. Unmittelbar vor dem Servieren den Rahm steif schlagen. Den sauren Halbrahm unterrühren. Dann den beiseite gestellten Portweinsud leicht unterrühren, sodass die Rahmmischung marmoriert aussieht. Als «Haube» über die Zwetschgen geben und diese sofort servieren.