

## Rinds-Carpaccio mit Beeren

Für 4 Personen



### Beeren-Sauce

100g Beeren (z.B. Himbeeren, Johannisbeeren, Heidelbeeren)  
2EL Olivenöl  
2TL Crema di Balsamico  
¼TL Salz  
½ Bio-Zitrone, abgeriebene Schale und 1 EL Saft

### Salat

20g ungesalzene geschälte Pistazien  
50g Beeren (z.B. Himbeeren, Johannisbeeren, Heidelbeeren)  
25g Rucola

### Fleisch in hauchdünne Tranchen geschnitten

200g Rindshuft

### Anrichten

25g Parmesan  
wenig gemischte Pfefferkörner  
½TL Fleur de Sel

### Beeren-Sauce

Beeren und alle Zutaten bis und mit Salz mischen, ½ Zitronenschale dazu reiben, 1 EL Saft begeben.  
Beeren mit der Gabel leicht zerdrücken.

### Salat

Pistazien in einer Bratpfanne ohne Fett ca. 2 Min. rösten, auskühlen.  
Pistazien, Beeren und Rucola in eine Schüssel geben.  
Fleischtranchen portionenweise zwischen einem aufgeschnittenen Plastikbeutel sorgfältig flach klopfen, auf Tellern anrichten.  
Salat auf dem Fleisch verteilen, Beeren-Sauce darüber träufeln.

### Anrichten

Parmesan mit dem Sparschäler in dünne Streifen schälen, auf dem Salat verteilen.  
Pfefferkörner zerstossen, Salat würzen.



Kochen vom 31. Januar 2018, Tisch 3

## Ginestrata

### Eiercremesuppe (Toskana)

Zutaten für 4 Portionen:

4 frische Eigelb

½ l abgekühlte Geflügelbrühe

2 cl Marsala oder Vin Santo (italienische Dessertweine)

50 g Butter

¼ TL Zimtpulver

1 Prise Zucker

Muskatnuß

Salz

Zubereitungszeit: 20 Min.

Pro Portion: 780 kJ / 190 kcal

1 4 Eigelb in eine Schüssel geben, nach und nach ½ l Geflügelbrühe und 2 cl Marsala einrühren, kräftig verquirlen. Mit ¼ TL Zimtpulver und 1 Prise Salz würzen. Durch ein Sieb in einen Topf umgießen (und nun am besten im Wasserbad oder Simmertopf weiterarbeiten).

2 Die Mischung unter ständigem Rühren langsam erhitzen. 50 g Butter in kleinen Flöckchen hinzugeben und kräftig einrühren. Auf keinen Fall kochen lassen, damit die Eiercreme nicht gerinnt.

3 Wenn die Suppe richtig heiß und schön cremig geworden ist, mit 1 Prise Zucker und frisch geriebener Muskatnuß abschmecken. In vorgewärmte Tassen oder Teller umfüllen und sofort servieren.

• Ein stiller Star unter den Spezialitäten aus dem Chianti-Gebiet. Der bildhafte Name dieser Suppe rührt von ihrer zart ginsterartigen Farbe her. Und geschmacklich? Ein Erlebnis - wegen des ungewöhnlich interessanten und besonders feinen Kontrastes von pikant und süß!

## Spaghetti Frutti di Mare (4 Personen)

- 32 Miesmuscheln
- 32 Venusmuscheln
- 32 Crevettenschwänze (geschält, am besten roh, gekocht geht auch, dann nicht anbraten)
- 8 Grosse Garnelen
- 4 Jakobsmuscheln
- 16 kleine Tintenfische (ganz, halbieren oder vierteln, je nach Belieben)
- 160g Seeteufel in Würfel geschnitten
- 2 Bund flachblättrige Petersilie
- 1 mittelgrosse Karotte in Streifen geraffelt
- 1 mittelgrosses Stück Lauch in Streifen geschnitten
- 3 Stück Stangensellerie fein geschnitten
- 1 grosse Büchse gewürfelte Tomaten (oder 2 kleine)
- 2 grosse Schalotten, gehackt
- 1 Knoblauchzehen in feine Scheiben geschnitten oder gehackt
- 2 Knoblauchzehen gepresst
- 50g Kochbutter
- 100g saurer Halbrahm
- Olivenöl
- 1.5dl Weisswein
- 1 Grosse Flache Pfanne, z.b. Wok für Sauce und zum Servieren



1. **Tomatensauce:** Zwiebeln und Knoblauchscheiben mit Karotten, Lauch und Stangesellerie andünsten anschliessend Tomaten dazugeben und ca 1 Std auf kleinem Feuer einkochen lassen. Am Ende 1 Bund gehackte Petersilie begeben anschliessend den sauren Halbrahm einmischen.
2. **Tintenfische:** Kochbutter schmelzen, gepresste Knoblauchzehen, 1 Bund gehackte Petersilie und kleine Tintenfische begeben, ca. 50Min auf kleinem Feuer schmoren lassen. Anschliessend mit Flüssigkeit in die Tomatensauce geben und gut vermischen. Tomatensauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. **Muscheln:** Die geschlossenen Muscheln mit 1.5dl Weißwein ca. 5 Minuten in einem geschlossenen Topf dünsten, dann je etwa die Hälfte der geöffneten Muscheln aus den Schalen lösen und in die Tomatensauce geben. Die andere Hälfte als Dekoration mit den Schalen abgedeckt zur Seite stellen. Die nicht geöffneten Muscheln wegwerfen.
4. **Crevetten & Garnelen:** Die großen Garnelen in Olivenöl anbraten, nach ca. 3 Minuten die Kleinen hinzugeben und noch etwa 1 Minute weiter braten, leicht salzen, pfeffern. Die Kleinen Crevetten zur Sauce geben. Die Grossen als Deko kurz zur Seite stellen.
5. **Fischwürfel:** Jetzt die Fischwürfel kurz, ca. 1 Minute anbraten, salzen, pfeffern und zur Sauce geben.
6. **Jakobsmuscheln:** kurz scharf anbraten, 1 Min auf jeder Seite, leicht salzen und pfeffern und zur Sauce geben
7. Sauce nochmal kurz gut warm werden lassen
8. Al Dente **Spaghetti** zur Sauce geben und gut mischen
9. Spaghetti in der Servierpfanne mit Muschelschalen und grossen Garnelen garnieren

## Panna cotta Für 4 Personen

4 Förmchen von je 1,5 dl Inhalt

- 5 dl Vollrahm
- 1 dl Milch
- 2-3 EL Zucker
- 1 Vanillestängel, ausgeschabtes Mark und Stängel
- 3 Blatt Gelatine, in kaltem Wasser eingeweicht (5-10 Minuten)

1. Rahm mit Milch, Zucker, Vanillemark und -stängel in einer Pfanne aufkochen. Auf 5 dl einkochen (ca. 10 Minuten).
2. Durch ein Sieb in einen grossen Massbecher giessen.
3. Gelatine gut ausdrücken. Unter Rühren mit dem Schwingbesen dazugeben.
4. In die Förmchen füllen.
5. Zugedeckt 4–5 Stunden kühl stellen.
6. Förmchen kurz in warmes Wasser tauchen. Panna cotta mit einem spitzen Messer vom Förmchenrand lösen und stürzen.



## Orangensauce

- 3 unbehandelte Orangen
  - 60 g Zucker
  - 2 EL Orangenlikör
7. Für den Belag von den Orangenschalen Zesten abziehen. 1 EL Zucker leicht caramolisieren, Zesten und Orangenlikör dazugeben. Mit einer Gabel etwas auflockern, herausheben und auf dem restlichen Zucker verteilt trocknen lassen. Die verwendete Pfanne aufbewahren.
  8. Für die Sauce von den Orangen oben und unten einen Deckel abschneiden. Schale rundum mit dem Messer wegschneiden. Orangenfilets vorsichtig zwischen den Trennhäutchen auslösen. Einige Filets beiseitestellen.
  9. Getrocknete Zesten aus dem Zucker heben und beiseitestellen. Den Zucker mit den restlichen Filets in das beiseitegestellte Pfännchen geben, den Saft der Orangenreste dazupressen, aufkochen und auf die Hälfte einköcheln lassen.
  10. Den oberen Rand der Panna cotta mit einem Messer vorsichtig lösen. Förmchen kurz in warmes Wasser tauchen und Panna cotta auf Teller stürzen. Mit der Sauce, den beiseitegestellten Orangenfilets und Orangenzesten anrichten.