

menu



crazy-kitchen-club

vorsicht: männer wollen kochen

martin_P | michi_H | andy_L

Dienstag, 30.08.2022 – W_Mampf

Würzige Ofen-Rüebli mit Eglifilets



2 Portionen

40 Min

500 g Rüebli, 1 TL Kreuzkümmelsamen, 1 TL
Korianderkörner, 1/2 TL Pimentkörner
1/2 TL Chiliflocken, 1 TL Meersalz
4 EL Olivenöl

150 g saurer Halbrahm, Salz,
schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 1/2 Bund Dill oder glatte
Petersilie
300 g Eglifilets, 1 EL Mehl, 2 EL Bratbutter, 20 g Butter

Zubereitung

Fortsetzung nächste Seite

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.
2. Die Rüebli schälen, quer halbieren und je nach Dicke der Länge nach halbieren oder vierteln. In eine Schüssel geben
3. Alle Gewürze mitsamt dem Salz in einen Mörser geben und fein zerstoßen. Mit dem Olivenöl mischen. Über die Rüebli träufeln und diese gründlich mischen. In eine Gratinform geben; die Rüebli sollten nicht allzu hoch aufeinanderliegen, also eine eher weite Form wählen.
4. Die Rüebli im 180 Grad heißen Ofen mit Umluft auf der zweituntersten Rille etwa 25 Minuten goldbraun backen.
5. Inzwischen den sauren Halbrahm mit Salz und Pfeffer glattrühren. Dill oder Petersilie hacken und untermischen.
6. Die Eglifilets mit den Fingern nach Gräten abtasten und diese wenn nötig mit einer Pinzette herausziehen. Die Eglifilets kurz kalt spülen und auf Küchenpapier trocken tupfen. Auf einem Schneidebrett mit der Haut nach unten auslegen
7. Am Ende der Backzeit die Eglifilets mit Salz und Pfeffer würzen. Das Mehl in ein feines Siebchen geben und über die Eglifilets stäuben, dabei überschüssiges Mehl abschütteln. In einer beschichteten Pfanne die Bratbutter kräftig erhitzen. Die Eglifilets je nach Grösse der Pfanne eventuell in 2 Portionen zuerst auf der Hautseite, dann auf der Fleischseite je 1½–2 Minuten braten. Herausnehmen und auf einer Platte anrichten. Die Butter in der Pfanne aufschäumen lassen und über die Eglifilets träufeln. Sofort mit den Rüebli und der Sauerrahmsauce servieren

Quelle: <https://www.wildeisen.ch/rezepte/wuerzige-ofen-rueebli-mit-eglifilets-0421>

Momos (tibetische Teigtaschen)



6 Portionen **15 Min + 35 Min Kochen**

240 g Mehl, 1,5 dl heisses Wasser; Öl zum Braten 375 g Hackfleisch (Rind), 1,5 hart gekochtes Ei, 37,5 g Ingwer, 1,5 EL Sojasauce, 1,5 EL Aceto balsamico	Sauce: 4,5 EL Sojasauce, 1,5 EL Aceto balsamico, 1,5 TL flüssiger Honig 15 gr Ingwer
---	--

Zubereitung

1. Die Spargelstangen an den Enden um gut $\frac{1}{3}$ kürzen, dann grosszügig schälen. Die Spargeln in eine flache Schale legen.
2. Mehl und Wasser mischen, zu einem geschmeidigen, glatten Teig kneten, zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 20 Min. quellen lassen.
3. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Hackfleisch ca. 2 Min. braten, in eine Schüssel geben, etwas abkühlen. Ei schälen, grob hacken, begeben. Ingwer schälen, fein dazureiben, mit der Sojasauce und dem Aceto unter das Hackfleisch mischen.
4. Teig zu einer Rolle von ca. 30 cm Länge formen. Rolle in 16 gleich grosse Stücke schneiden. Teigstücke auf wenig Mehl zu Rondellen von je ca. 10 cm \varnothing auswallen.
5. Je ca. 1 EL Füllung auf die Mitte der Teigstücke geben, eine Teighälfte über die Füllung legen, andrücken. Mit Daumen und Zeigefinger die Teigränder zusammendrücken.
6. Momos in die Bambuskörbchen stellen. Eine Pfanne ca. 2 cm hoch mit Wasser füllen, Wasser aufkochen, Hitze reduzieren. Körbchen mit den Momos hineinstellen, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. dämpfen. Position der Körbchen wechseln, das untere kommt nach oben, das obere nach unten, ca. 5 Min. fertig dämpfen.
7. Sojasauce, Aceto und Honig verrühren. Ingwer schälen, dazureiben, Sauce zu den Momos servieren.

Quelle: www.bettybossi.ch/de/Rezept/ShowRezept/BB_BBZB210215_0007A-40-de

Whisky-Schweinsfilet mit Risotto Milanese



4 Portionen

35 Min

Le Colonne Bolgheri Superiore DOC 2016, Tenute Le Colonne, Italia

2 EL Butter, 2 EL brauner Zucker
2 EL körniger Senf, 2 EL milder Senf
2–3 EL Whisky, 4 Zweige Oregano oder
Majoran, 4 Zweige glatte Petersilie,
1 grosses Schweinsfilet, ca. 500 g,
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
12 dünne Tranchen Bratspeck, ca. 140 g,
0.5 EL Bratbutter, 1 dl Whisky (2), 0.5 dl Rahm

Risotto Milanese:

1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 EL Olivenöl;
400 g Risottoreis (z. B. Arborio)
2 Briefchen Safran, 4 dl Weisswein
1 l Gemüsebouillon, heiss
50 g geriebener Parmesan, 1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, nach Bedarf

Zubereitung

Fortsetzung nächste Seite

Zubereitung

1. Den Ofen auf 80 Grad vorheizen und 1 kleine Platte sowie 2 Teller mitwärmen.
2. In einer kleinen Pfanne die Butter schmelzen. Den Zucker, die beiden Senfsorten und die erste Portion Whisky (1) beifügen. Alles kurz aufkochen, dann abkühlen lassen.
3. Inzwischen den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.
4. Die Kräuter fein hacken. Zur Marinade geben.
5. In das Schweinsfilet der Länge nach tief ein-, aber nicht durchschneiden. Die unter Hälfte mit $\frac{1}{4}$ der Marinade dick bestreichen, das Filet wieder zuklappen und das spitze Filetende umklappen, damit es nicht zu schnell durchgart.
6. Ein grosses Stück Klarsichtfolie auslegen. Darauf die Specktranchen nebeneinander leicht überlappend in der Länge des Filets auslegen. Das Filet am unteren Ende darauflegen, rundum mit einem weiteren Viertel der Marinade bestreichen und im Speck aufrollen. Mit Küchenschnur binden.
7. In einer Bratpfanne die Bratbutter kräftig erhitzen. Das Schweinsfilet mit der Speck-Verschlussseite nach unten hineinlegen und auf dieser Seite 2 Minuten anbraten. Dann rundum 2 weitere Minuten braten. Sofort in die vorgewärmte Platte legen und im 80 Grad heissen Ofen $1\frac{1}{2}$ Stunden nachgaren lassen.
8. Überschüssiges Bratfett abgiessen. Mit der zweiten Portion Whisky (2) den Bratensatz auflösen, kräftig aufkochen und durch ein feines Sieb in eine kleine Pfanne giessen. Beiseitestellen.
9. Die restliche Marinade mit dem Rahm verrühren und ebenfalls beiseitestellen.
10. Unmittelbar vor dem Servieren die Ofentemperatur auf 230 Grad erhöhen und das Schweinsfilet in aufsteigender Hitze 5–6 Minuten Temperatur annehmen lassen. Gleichzeitig den Bratenjus aufkochen. Die Marinade-Rahm- Mischung beifügen, aufkochen und die Sauce wenn nötig mit Salz und Pfeffer nachwürzen.
11. Das Schweinsfilet herausnehmen, die Küchenschnur entfernen und das Fleisch in Scheiben schneiden. Mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten.
12. Das Schweinsfilet wird mit einer Whisky-Senf-Marinade gefüllt, rundum eingestrichen und anschliessend zum Braten in eine zugleich würzende und schützende Speckhülle gewickelt. Damit sich diese nicht löst, fixiert man sie am besten mit Küchenschnur.

Risotto Milanese

1. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken.
2. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Knoblauch andämpfen. Risotto und Safran begeben, unter Rühren dünsten, bis er glasig ist. Die Hälfte des Weins dazugiessen, vollständig einkochen, restlichen Wein dazugiessen, vollständig einkochen. Bouillon unter häufigem Rühren nach und nach dazugiessen, sodass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist, ca. 20 Min. köcheln, bis der Reis cremig und al dente ist.
3. Käse und Öl unter den Reis mischen, würzen.

Mousse Cassis



4 Portionen

60 Min + 4 Std kühlen

Mousse:

150g Sahne, 20g Puderzucker, 5g Gelatine (ca. 3 Blatt), 150g Cassispüree

Deko:

60g Cassispüree, 10g Puderzucker, einige frische Beeren

Zubereitung

Mousse:

1. Die Sahne mit dem Puderzucker mit dem Schneebesen oder in der Rührmaschine halb aufschlagen. Die geschlagene Sahne im Kühlschrank kalt stellen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
2. Ca. 50g Cassispüree in der Mikrowelle erwärmen und die eingeweichte Gelatine darin auflösen. Nun mit dem restlichen Cassispüree angleichen. Die geschlagene Sahne unterheben. Die Mousse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen. Die Mousse in vier bis fünf Gläschen füllen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Deko:

3. Das Cassispüree mit dem Puderzucker verrühren und auf die feste Mousse geben und mit einigen frischen Beeren garnieren.

Quelle: //lapati.eu/mousse-cassis/

Poschti-Zättel – umrächnä, halt im Chöpfli, gäll!

Würzige Ofen-Rüebli mit Eglifilets

2 Portionen – als Hauptspeise!!

500	g	Rüebli
1	TL	Kreuzkümmelsamen
1	TL	Korianderkörner
1/2	TL	Pimentkörner
1/2	TL	Chiliflocken
1	TL	Meersalz
4	EL	Olivenöl
150	g	Saurer Halbrah
300	g	Eglifilets
2	EL	Bratbutter
20	g	Butter

Momos (tibetische Teigtaschen)

6 Portionen

EL	g	Mehl
1.5	dl	Heisses Wasser
375	g	Hackfleisch (Rind)
1.5	EL	Hart gekochtes Ei
37.5	g	Ingwerr
1.5	EL	Sojasauce
		Für die Sauce:
4.5	EL	Sojasauce
1.5	EL	Acetobalsamico
1.5	TL	flüssiger Honig
15	g	Ingwer

Whisky-Schweins-Filet mit Risotto Milanese

4 Portionen !!

		Wkisky-Schweinsfilet:
1	gr	Schweinsfilet (ca 500g)
2	EL	Butter
2	EL	brauner Zucker
2	EL	körniger Senf
2	EL	milder Senf
2-3	EL	Whisky (1)
4		Zweige Organo oder Majoran
4		Zweige glatte Peterli
12		Dünne Tranchen Bratspeck (ca 140 g)
½	EL	Bratbutter
1	DL	Whisky (2)
½	DL	Rahm
		Risotto Milanese
400	g	Risottoreis (zB Arborjo)
1		Zwiebel
1		Knoblauchzehe
1	EL	Olivenöl
2		Brielchen Safran
4	dl	Weisswein
1	L	Gemüsebouillon, heiss
50	g	Geriebener Parmesan
1	EL	Olivenöl

Mousse Cassis

4 Portionen

		Mousse:
150	g	Cassispüree
150	g	Sahne
20	g	Puderrucker
5	g	Gelantine (ca 3 Blatt)
		Deko:
60	g	Cassispüree
10	g	Puderrucker
		Einige frische Beeren