



Einladung zum Kochabend vom 9. Februar 2007

Peter Schelling, Seidenstrass2 29, Oberurnen, 079 605 32 89, email:peter.schelling@credit-suisse.ch

Menu

Sellerie-Limonen Suppe

**Kabis Fleischvögel
Hörnli
Apfelmus**

Orangen Tiramisù

Abmeldungen bis Mittwoch, 7. Februar an Peter Schelling

Sellerie-Limonen Suppe

400 g	Knollensellerie
200 g	mehlig kochende Kartoffeln
1	Limone
1 mittlere	Zwiebel
3-4 EL	Olivenöl
½ DI	Noilly Prat
1 DI	Weisswein
ca. 8 dl	Gemüsebouillon
50 g	Bündnerfleisch
1 Bund	Petersilie
1 ½ DI	Rahm
	Salz, Pfeffer



1. Den Sellerie und die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Schale der Limone dünn abreiben und den Saft auspressen. Die Zwiebel schälen und fein hacken.
2. In einer mittleren Pfanne das Olivenöl erhitzen. Die Zwiebel darin glasig dünsten. Dann Sellerie- und Kartoffelwürfel beifügen und Noilly Prat sowie Weisswein dazugießen. Alles auf grossem Feuer zur Hälfte einkochen lassen.
3. Die Bouillon, die Hälfte der Limonenschale und 2 Esslöffel Limonensaft beifügen. Die Suppe zugedeckt etwa 20 Minuten kochen lassen, bis das Gemüse gut weich ist.
4. Inzwischen das Bündnerfleisch in feine Streifen schneiden. Die Petersilie fein hacken.
5. Die Suppe mit dem Stabmixer oder im Mixerglas fein pürieren. Den Rahm beifügen und die Suppe nochmals aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In vorgewärmten Tellern oder Tassen anrichten und je etwas Bündnerfleisch, Petersilie und restliche Limonenschale darüber streuen.

Kabis Fleischvögel

1 grosser Kabiskopf

Füllung:

1 mittlere Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Bund Petersilie
½ Bund Majoran
1 Esslöffel Butter
500 g gehacktes Rindfleisch
1 dl Rotwein
1 Esslöffel Tomatenpüree
Salz, Pfeffer aus der Mühle



Zum Überbacken:

2 dl Gemüse- oder Fleischbouillon
2 dl Rahm

1. In einer grossen Pfanne reichlich Salzwasser aufkochen.
2. Unschöne Aussenblätter des Kabis entfernen und den Strunk keilförmig herausschneiden. Dann den ganzen Kopf ins kochende Salzwasser legen. Nach 4 – 5 Minuten herausnehmen und die erste Blätterlage sorgfältig ablösen. Den Kabiskopf wieder ins kochende Wasser geben und so weiterfahren, bis man 12 schöne Blätter abgelöst hat. Die Blätter auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Sehr dicke Mittelrippen im unteren Teil der Blätter herausschneiden.
3. Einen Teil der restlichen Kabisblätter mit dem Wiegemesser oder im Cutter fein hacken; benötigt werden für die Füllung 2 Tassen gehackter Kabis.
4. Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Petersilie und Majoran ebenfalls fein hacken.
5. In einer Bratpfanne die Butter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Die Hitze höher stellen. Das Hackfleisch beifügen und kräftig anbraten. Zuletzt den fein geschnittenen Kabis beifügen und 2 – 3 Minuten unter Wenden mitbraten. Mit dem Rotwein ablöschen. Tomatenpüree, Petersilie und Majoran beifügen und die Masse mit Salz und Pfeffer würzen. Auf mittlerem Feuer so lange kochen lassen, bis fast alle Flüssigkeit verdampft ist. Die Füllung abkühlen lassen.
6. Auf jedes Kabisblatt etwas Füllung geben, dieses zu einem Paket verschliessen und mit Küchenschnur binden. In eine Ausgebutterte Gratinform legen. Die Bouillon dazugiessen.
7. Die Kabis-Fleischvögel im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille 25 Minuten backen. Regelmässig mit Garflüssigkeit übergiessen. Damit die Pakete nicht austrocknen.
8. Nach 25 Minuten Garzeit den Rahm dazugiessen und alles nochmals etwa 15 Minuten backen. Sollten die Kabispäckli zu stark bräunen, mit Alufolie decken.

Orangen Tiramisù

3 Stk	Orangen, unbehandelt
1 Esslöffel	Zucker
250 g	Mascarpone
60 g	Puderzucker
½ Päckli	Vanillezucker
1 dl	Rahm, steif geschlagen
	dünne Löffelbiskuits



1. von einer Orange Schale dünn abreiben, beiseite stellen. Von allen Orangen Boden und Deckel, dann Schale ringsum bis auf das Fruchtfleisch abschneiden. Fruchtfillets mit einem scharfen Messer zwischen den weissen Häutchen herausschneiden. Saft auffangen, restliches Fruchtfleisch ausdrücken (ergibt ca. ½ dl), Saft beiseite stellen, Fruchtfillets in eine Schüssel geben. Zucker begeben, zugedeckt kühl stellen.
2. Mascarpone, Puderzucker, Vanillezucker sowie beiseite gestellte Orangenschale in einer Schüssel gut verrühren.
3. steif geschlagenen Rahm mit einem Gummischaber sorgfältig darunter ziehen. Masse in einen Spritzsack mit gezackter Tülle (ca. 11 mm) geben, ca. 30 Minuten kühl stellen.
4. je 2 Löffelbiskuits mit der gezuckerten Seite nach oben nebeneinander auf Teller legen, mit wenig Saft beträufeln. Di Hälfte der Mascarpone-Masse darauf spritzen, die Hälfte der Fruchtfillets darauf verteilen. Vorgang wiederholen