



Datum : Freitag, 20 April 2018

Zeit : 19.00 Uhr

Wo : Rautischulküche in Oberurnen

Menü

Spargelsalat mit weissen Bohnen.

Schweinskarree mit Rosmarinkartoffeln

Weisse Schokoladencreme

Abmeldung bitte bis Mittwochabend 18.04.2018 bei Cosimo

Telefon Privat : 079 427 55 36

Telefon Geschäft . 079 386 48 17

E-Mail : c.sergi@fust.ch

Spargelsalat mit weissen Bohnen

Zutaten für 4 Personen:

400 g grüner Spargel
Salz
100 g getrocknete Tomaten
1 El Weissweinessig
40 g Pinienkerne
60 g Chicoree
250 g weisse Bohnen
(aus der Dose)
1 Zitrone
1-2 El Olivenöl
Pfeffer



1. Den grünen Spargel im unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. Anschliessend in ausreichend Salzwasser 5-10 Minuten bissfest garen und danach abgiessen. Den Spargel in ca. 3 cm lange Stücke schneiden; einige Spitzen auf die Seite legen für die Dekoration.
2. Die getrockneten Tomaten in einem kleinen Topf mit kochendem Wasser, versetzt mit einem Schuss Weissweinessig, ca. 5 Minuten kochen, dann abgiessen und in kleine Würfel schneiden. Die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer beschichteten Pfanne unter Rühren rösten, dann auf einen Teller geben und auskühlen lassen.
3. Brunnenkresse und Chicorée waschen, in einer Salatschleuder trocken schleudern und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Bohnen in einem Sieb unter kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.
4. Die Zitrone auspressen. Den Saft mit Pesto und Olivenöl verrühren sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alle Zutaten in eine Schüssel geben, mit dem Dressing vermischen und 15 Minuten ziehen lassen. Dann den Salat auf 4 Tellern anrichten und mit den Spargelspitzen garnieren.

Schweinskarree mit Fenchel und Zitronen



Zutaten für 4 Pers.

1 Fenchelknollen (200 g)
Salz
1 unbehandelte Zitrone
1 kg Schweinekarree (mit Knochen)
2 Knoblauchzehen
1 TL Fenchelsamen
1 TL zerstoßener schwarzer Pfeffer
2-3 EL Öl
100 ml trockener Weisswein
150 g Sahne

1. Den Fenchel putzen und waschen. Längs in feine Scheiben schneiden, salzen und 30 Minuten ziehen lassen. Die Zitrone heiss waschen, abtrocknen und in Scheiben schneiden.

2. Den Backofen auf 190°C vorheizen. Das Fleisch so vom Knochen lösen, dass es noch damit verbunden bleibt. Den Knoblauch schälen, fein hacken und mit Fenchelsamen, Pfeffer und Salz mischen. Das Karree damit von allen Seiten einreiben und im Bräter im Öl rundum anbraten.

3. Fenchel- und Zitronenscheiben zwischen Fleisch und Knochen legen. Das Karree mit Küchengarn wieder in Form binden. Das Fleisch im Backofen etwa 1 1/4 Stunden schmoren. Dabei nach und nach insgesamt 1 Tasse Wasser dazugeben.

4. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen und warm halten. Den Bratensatz mit Wein ablöschen. Durch ein Sieb gessen, die Sahne hinzufügen und etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Küchengarn entfernen, das Fleisch vom Knochen lösen und in Scheiben schneiden. Dazu Rosmarinkartoffeln servieren.

Weisse Schokoladencreme.



Zutaten.

216	g	weisse Kuvertüre
255	g	Schlagsahne
2/3	Pck.	Sahnefestiger
133	g	Himbeeren

Zubereiten.

Von der Kuvertüre mit einem Sparschäler einige Späne (ca 25 g.) abziehen zum späteren Verzieren. Schokospäne kalt stellen. Übrige Kuvertüre grob hacken. 200g.