



## Menü: 12.2.2019

Federkohl-Spinat-Suppe  
\*\*\*\*\*

Wintergemüse-Salat mit Dörrfrüchten  
\*\*\*\*\*

Randenspaghetti mit Meerrettchsauce  
\*\*\*\*\*

Hecht nach Art der Mutter  
\*\*\*\*\*

Orangen mit Orangenschaum

### **Federkohl-Spinat-Suppe**

Zutaten: 100 g Federkohl, 1 EL Olivenöl, 2 Prisen Salz

Zubereitung: Vom Federkohl dicke Blattrippen herausschneiden, in Stücke zupfen, mit Öl und Salz mischen, auf einem mit Backpapier belegtem Blech verteilen. Ca.15 Min. bei 130° im vorgeheizten Ofen backen.

Zutaten: 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 300g Federkohl, 1 EL Butter, 1¼ l Wasser, 2 TL Salz, 100g Spinat

Zubereitung: Zwiebeln, Knoblauch und Federkohl in Stücke schneiden. Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebeln und Knoblauch ca. 2 Min. andämpfen, Federkohl ca. 3 Min. mitdämpfen. Wasser dazugießen, salzen, aufkochen. Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 20 Min. köcheln, Spinat begeben, pürieren.

Zutaten: 100 g gedämpfte Marroni, 2 dl Vollrahm, wenig Pfeffer

Zubereitung: Marroni halbieren. Rahm steif schlagen, mit den Marroni und den Federkohl-Chips auf der angerichteten Suppe verteilen, würzen.

### **Wintergemüse-Salat mit Dörrfrüchten**

Zutaten: 200g Petersilienwurzeln, 200g Randen, 300g Topinambur, ½ dl Apfelessig, Salz, schwarzer Pfeffer, ½ TL Currypulver, 1/2 dl Rapsöl, 50g getrocknete Apfelringe, 50g getrocknete Ananas, ca. 50g Kresse, 25g Baumnuskerne

Zubereitung: Petersilien, Randen und Topinambur schälen und hobeln, knackig garen. Inzwischen in einer grossen Schüssel den Essig mit Salz, Pfeffer und Currypulver verrühren, dann das Öl dazuschlagen. Die Apfelringe und Ananas in mundgerechte Stücke schneiden und zur Sauce geben. Das noch warme Gemüse ebenfalls beifügen und mischen. Den Salat mindestens 10 Min. ziehen lassen. Kresse waschen und trocken-schleudern, die Baumnüsse grob hacken und beides vor dem servieren auf den Salat streuen.

### **Randenspaghetti mit Meerrettchsauce**

Zutaten: 200g Pouletbrust, Öl, Salz, Pfeffer, 30g Zwiebeln gehackt, ½ dl Weisswein, 3 dl Bratensauce, 1 Lorbeerblatt, 2EL Meerrettich-Paste aus dem Glas, 1 dl Vollrahm, 1 l Randensaft, 500g Spaghetti, 1 EL Petersilie, gehackt

Zubereitung: Pouletbrust schnetzeln und im Öl heiss anbraten, während dem Braten salzen und pfeffern, auf einem Teller beiseitelegen. In der gleichen Pfanne Zwiebeln andünsten, mit Weisswein ablöschen und etwas reduzieren. Mit Bratensauce auffüllen und Lorbeer dazugeben. Für ca. 10 bis 15 Min. köcheln lassen, Meerrettich beifügen und mit Rahm abschmecken.

Randensaft mit 1 l Wasser aufkochen und die Spaghetti im Randenswasser kochen, abschütteln und warm stellen. Die Sauce nochmals aufkochen und das Pouletgeschnitzelte samt dem Fleischsaft dazugeben, einmal aufkochen und auf die Seite stellen, bis die Pouletstücke gar sind. Über den Randenspaghetti anrichten, mit Peterli garnieren und servieren.

### **Hecht nach Art der Mutter**

Zutaten: Hechttranchen, Salzkartoffeln mit Peterli, selbstgemachte Mayonnaise

Zubereitung: Hechttranchen würzen und mehlen, im Fett schwimmend backen bis sie beidseitig goldbraun sind. Danach auf jede Tranche etwas Butter geben. Im Ofen bei ca. 100° warmstellen. Dazu servieren wir Salzkartoffeln und selbstgemachte Mayonnaise.

### **Orangen mit Orangenschaum**

Zutaten: 2 Orangen, 3-4 EL Mandelblättchen, 1 dl Orangensaft, 1 EL Zitronensaft, 2 Eier, 1 Eigelb, 4 EL Zucker, ½ l Vollrahm

Zubereitung: Orangen filetieren. In einer trockenen Pfanne ohne Fett die Mandelblättchen hellbraun rösten. Auf einen Teller geben. Orangensaft, Zitronensaft, Eier, Eigelb und Zucker in eine Chromstahlschüssel mit abgerundetem Boden geben und verrühren. Rahm steif schlagen, eine Schüssel mit Eiswasser bereitstellen. Eine mittlere Pfanne etwa 2 cm hoch mit Wasser füllen. Das Wasser aufkochen, dann die Schüssel mit der Orangen-Ei-Masse darüber setzen. Alles mit einem Schwingbesen über dem leicht kochenden Wasserbad so lange kräftig aufschlagen, bis sie cremig gebunden ist. Dann den Orangenschaum sofort vom Wasserbad nehmen, in die vorbereitete Schüssel mit kaltem Wasser stellen und unter Weiterschlagen vollständig erkalten lassen. Den geschlagenen Rahm unterziehen. Vor dem Servieren 30 Min. kühl stellen. Die Orangenfiles in Dessertgläser oder -schalen anrichten, den Orangenschaum darüber geben und mit den Mandelblättchen bestreuen.