

Menu vom 08. Juni 2007

Fisch – Spargel – Päckli

Grüner Saisonsalat

Zitronenpoulet in Salzkruste
gebacken mit Tomatenrisotto

Rhabarber-Quarkcreme

Fisch – Spargel – Päckli

Zutaten:

2 Esslöffel Butter, flüssig
1 Esslöffel Estragonblättchen
500 g weisse Spargeln (geschält, längs halbiert, schräg in 6 cm langen Stücken)
¼ TL Salz

wenig Pfeffer
4 Lachsforellenfilet
¼ TL Salz

Wenig Pfeffer

Zubereiten.

1. Backpapiere ausbreiten. Butter und Estragon verrühren. Die Hälfte davon mit den Spargeln mischen, würzen, auf die Backpapiermitten verteilen.
2. Fischfilets würzen, auf die Spargeln legen. Mit der restlichen Butter bestreichen.
3. verschliessen: Papier oben 2-mal zusammenfalten, dann die seitlichen Ränder wie ein Bonbon zusammendrehen. Päckli auf ein Backblech legen.

Dämpfen:

15 – 17 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.
Herausnehmen, Päckli auf einen Teller legen, Papier öffnen

Sauce:

Zutaten:

1.8 dl Saucenrahm
1 frisches Eigelb
1 Esslöffel Estragonblättchen
¼ Teelöffel Salz

Wenig Pfeffer

Zubereiten:

Rahm, Ei und Estragon in einer Pfanne mit dem Schwingbesen gut verrühren. Unter Rühren bei mittlerer Hitze bis vors Kochen bringen. Pfanne von der Platte nehmen ca. 2 Min. weiterverrühren. Sauce würzen zum Fisch servieren.

Zitronenpoulet, in der Salzkruste gebacken (je Poulet)

Zutaten:

- 1 Freilandpoulet
- 1 Unbehandelte Zitrone
- 4 Rosmarinzweige
- 4 ungeschälte Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 2 kg Feines Meeressalz
- 250 ml Wasser
- 2 EL Rosmarinnadeln, grob gehackt
- 4 Knoblauchzehen; gepresst

Zubereiten:

Den Ofen auf 220 Grad vorheizen

Das Poulet unter fliessendem kaltem Wasser innen und aussen gründlich waschen und mit dem Küchenpapier trockentupfen. Die Zitrone mit einer Gabel mehrmals einstechen. Dann das Poulet mit der Zitrone, den Rosmarinzweigen und den Knoblauchzehen füllen und mit Olivenöl einreiben. Das Meersalz mit Wasser, Rosmarin und gepresstem Knoblauch mischen. Ein Drittel auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Das Poulet darauf setzen und mit dem restlichen Salz bedecken. In der Mitte des Ofens siebzig Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und noch zehn Minuten ziehen lassen. Die Salzkruste mit einem Löffelrücken aufbrechen, entfernen und das saftige Poulet ohne Haut servieren.

Tomatenrisotto (4 Personen):

Zutaten:

50 gr Butter
1 Zwiebel, schälen, fein hacken
2 Zucchini, waschen und in 1,5 cm grosse Würfel schneiden
1 kleine Aubergine
1 gelbe Peperoni
30 gr eiskalte Butter zum Montieren
1,5 dl Weisswein
1 lit Bouillon
400 gr Risotto - Reis
4 Tomaten, blanchieren, schälen und entkernen, in kleine Würfel schneiden
Oder 1 Büchse gehackte Pelati
100 gr schwarze Oliven, entkernen und klein schneiden
1 Bund Basilikum, in Streifen schneiden
4 EL geriebener Parmesan

Zubereitung:

In einem Topf 50 gr Butter zerlassen, Zwiebel darin glasig braten. Den Reis dazugeben und ebenfalls glasig braten. Mit Weisswein ablöschen, einkochen lassen. Unter ständigem Rühren nach und nach den heissen Hühnerfond zugeben. Ca. 18 Minuten garen. Dabei nach etwa 12 Minuten Garzeit das Tomatenfruchtfleisch und die Zucchiniwürfel dazu mischen.

Frisch geriebenen Parmesan und die restliche Butter einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch kurz rasten lassen. So kann der Risotto besser eindicken, wodurch er noch cremiger wird.

Vor dem Servieren 2 EL geriebenen Parmesan, Basilikumstreifen, Oliven und restliche Butter unterrühren. Das Risotto in tiefe gut vorgewärmten Tellern anrichten und mit geriebenem Parmesan bestreuen.

Rhabarber-Quarkcreme:

Zutaten:

400 g Rhabarber
1 dl Grenandine – Sirup
4 EL Zucker
1 EL Wasser
1 unbehandelte Zitrone
250 g Halbfettquark
1 TL Vanillezucker
1 dl Rahm

Zubereiten:

Rhabarber schälen und in Würfel schneiden und in Pfanne geben.
Grenadinesirup, Zucker und Wasser, wenig abgeriebene Zitronen und 2 EL Zitronensaft begeben, gut mischen, Rhabarber zugedeckt weich köcheln, etwas abkühlen, pürieren und in einer Schüssel auskühlen. Quark und Vanillezucker darunter rühren. Rahm steif schlagen und darunter rühren und 2 Stunden kühl stellen.