



1) Schweinsfilet      2) Früchtebeilagen      3) Reis

Zutaten 1      1 Schweinsfilet  
ca.200g Magerspeckscheiben  
1 Zitrone  
2-3 Schalotten oder Zwiebeln  
ca. 8 Scheiben Schmelzkäse  
3 dl Rahm (oder Sauerrahm)  
Petersilie frisch, etwas Butter; Maizena  
Salz, Pfeffer, Paprika und Rosmarin

Zubereitung 1: Filet in ca. 2 cm dicke Plätzchen schneiden ganz kurz anbraten, danach mit Zitronensaft beträufeln, beidseitig würzen mit Salz, Pfeffer, Paprika und Rosmarin. Lege rings um jedes Plätzchen eine Speckscheibe. Eines neben das Andere werden sie in einer mit Butter bestrichenen Gratinform platziert. Die Zwischenräume mit den feingeschnittenen Zwiebeln und Petersilie füllen. Die so fertig gefüllte Gratinform in den 220°C vorgeheizten Backofen schieben. Nach ca. 20 Min. auf jedes Plätzchen eine halbe Scheibe Käse legen. Rahm mit Maizena binden und darüber giessen. Bei mittlerer Hitze von 220°C weiter 10 Min. überbacken. Das Gericht ist servierbereit.

Zutaten 2:      1 Dose Pfirsich; Butter  
1 Dose Ananas Butter  
1 Dose Kirschen  
2 Bananen  
  
1 Teelöffel Curry etwas Zucker und Zitrone

Zubereitung 2: Pfirsiche, Ananas und Kirschen gut abtropfen. Bananen längsschneiden. Alle Früchte in eine flache Pfanne legen, mit Butter erwärmen. Zucker und Curry vermischen, die Pfirsiche damit bestreuen und etwas Butter darüber geben. Alle Früchte mit Zitronensaft beträufeln.

Zutaten 3:      2 Tassen Reis  
4 Tassen Bouillon/Salzwasser

Salat [4 Pers.]: **Gurkensalat**

19.Sept.2014,Trepte

Zutaten            400g Salatgurke  
                     1/2 Zwiebel  
                     50g Sauerrahm  
                     150g Joghurt  
                     1 EL Dill  
                     Pfeffer Salz; Kerbel

Zubereitung       Für den Gurkensalat eine Salatgurke schälen und in feine Scheiben hobeln. Eine Zwiebel halbieren, pellen, möglichst fein würfeln und mit den Gurkenscheiben vermischen. Sauerrahm in eine kleine Schüssel geben und mit Joghurt verrühren. Die Sauce für den Gurkensalat mit Pfeffer, Salz, frischem feingehackten Dill und etwas feingehacktem Kerbel verrühren. Salatsauce über den Gurkensalat geben, gut durchrühren und kurze Zeit ziehen lassen.

Vorspeise [4 Pers.]: **Weisswein-Kresse-Suppe**

19.Sept.2014,Trepte

Zutaten            120g Lauch  
                     1EL Butter  
                     2dl Weisswein  
                     8dl Gemüsebouillon  
                     2 Eigelb  
                     2dl Rahm  
                     50g Kresse  
                     Salz Pfeffer

Zubereitung       Lauch sehr fein schneiden. In Butter ca. 2 Minuten dünsten. Wein und Bouillon beigeben, ca. 5 Minuten köcheln lassen. Eigelb und Rahm verquirlen und unter Rühren zur Suppe giessen. Suppe unter Rühren bis kurz vor den Siedepunkt bringen. Achtung, sie darf nicht mehr kochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe anrichten und Kresse darauf verteilen.

Dessert [4 Pers.]: **Mango Dessert**

19.Sept.2014,Trepte

Zutaten            2 Mango (möglichst reif)  
                      400g Joghurt mit ca. 10% Fett  
                      1 Zitrone  
                      2 EL Honig  
                      ½ TL Vanillepulver  
                      Safran  
                      20g Pistazien gehackt

Zubereitung       Eine Mango schälen und das Fruchtfleisch vom Kern schneiden. Fruchtfleisch klein schneiden und in einen Mixbecher füllen. Joghurt mit 10% Fett zufügen. Zitrone auspressen und den Saft zum Joghurt geben. Honig, Vanillepulver und eine Messerspitze voll Safran zufügen. Joghurt mit dem Pürierstab fein pürieren. Mango Dessert mindestens eine Stunde im Kühlschrank kalt stellen. Zweite Mango schälen, Fruchtfleisch vom Kern schneiden und dann in kleine Würfel schneiden. Mangofleisch unter das arabische Mango Dessert mischen. Gehackte Pistazien ohne Fett in eine beschichtete Pfanne geben und auf mittlerer Temperatur leicht rösten. Arabisches Mango Dessert in Dessertschalen anrichten. Mit den gerösteten Pistazien und restlichem Safran bestreuen.