

Kochen mit Männern im Pfarrheim Spay

„Ostermenü“



Veranstalter Kfd - Spay

22.03.2012

Frittiertes Gemüse

Öl ca. 1 cm hoch in einer kleinen Pfanne erhitzen.

Gemüestreifen und Petersilienblättchen darin etwa 2 - 3 Min.
knusprig frittieren.

Auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Salz und Muskat
würzen.

Suppe nochmals schaumig aufpürieren, in tiefe Teller aufteilen
Gemüse und Petersilie darauf anrichten.

Parmesan-Süppchen mit frittiertem Gemüse

400 g Suppengrün, Sellerie, Sellerieblätter, Petersilienwurzel,
2 Möhren, Lauch, 1 Zwiebel putzen.

100 g davon in feine Streifen schneiden und beiseite stellen.

Restliches Gemüse klein schneiden, oder hacken.

2 Schalotten sowie
1 Knoblauchzehe schälen und hacken,

Suppengemüse mit Zwiebel und Knoblauch in Margarine
andünsten.

100 ml Wein angießen und zur Hälfte einkochen lassen.

750 ml Fleischrühre zugeben, aufkochen und bei kleinster Hitze
ca. 20 Min. weiterkochen.

80 g Parmesan fein reiben.

Suppe pürieren.

150 ml Sahne und den Parmesan zufügen und mit Salz und
Pfeffer abschmecken.

Menüauswahl

**Parmesan-Süppchen
mit frittiertem Gemüse**

**Rote-Bete-Orangen Salat
mit Lachs**

**Rotbarschfilet aus dem Päckchen
dazu Senf-Dill-Sahne Sauce**

Schweinefilet im Lauchmantel

Grüne Bohnen-Kasserolle

Kartoffelgratin

Apfel-Tarte mit Quarkcreme

Rote-Bete-Orangen-Salat mit Lachs

400 g Rote Bete (vorgekocht) in kleine Würfel schneiden.
(Tipp: dabei am besten Küchenhandschuhe tragen)

4 kleine Orangen so schälen, dass die weiße Innenhaut entfernt ist.

Filets zwischen den Trennwänden herausschneiden, dabei den Saft auffangen.

1 rote Zwiebel schälen und fein würfeln.

4 EL Olivenöl	mit
3 EL Orangensaft	und
1 TL Senf	
1 TL Honig	verquirlen, mit
Salz, Pfeffer	gut abschmecken.

Salat mit der Marinade vermischen, nochmals abschmecken.

Salat auf Teller verteilen.

200 g Räucherlachs in Streifen schneiden und mit Kresse darauf anrichten.

Dill-Senf-Sahne Sauce

3 Schalotten schälen, fein hacken, in der Pfanne in Butter andünsten, mit Mehl bestäuben.

Mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen lassen,

200 ml Sahne einrühren, mit
2 TL Dijonsenf

1 Bund gehacktem Dill
Salz, Pfeffer aus der Mühle würzen und pikant abschmecken.

Schweinefilet im Lauchmantel

Aus 2 dicken Stangen Lauch 10 Lauchblätter nehmen, blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken.

800 g Schweinefilet mit
Salz, Pfeffer aus der Mühle würzen in

1 TL Butterschmalz anbraten.

1 Schweinenetz (Metzger bestellen)

300 g Kalbsbrät / Mett

Lauchblätter auf dem Schweinenetz verteilen, Kalbsbrät darauf streichen, darauf das Filet legen, zusammenrollen.

Nochmals rundum anbraten mit

¼ l Bratensaft
¼ l Fleischbrühe angießen,

1 Lorbeerblatt
Pfefferkörner
Wachholderbeeren dazu geben.

Bei 200° ca. 15 Min. garen, ab und zu mit Sauce übergießen.

Rotbarschfilet aus dem Päckchen

1 Bund Blattpetersilie und
1 Bund Thymian
Kräuter waschen, trocknen und abzupfen.

2 unbehandelte Zitronen waschen und eine in Scheiben schneiden, die andere auspressen und mit

2 TL Senf
3 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer verrühren.

4 Rotbarschfilets waschen und trocknen.

4 Bogen Backpapier ausbreiten, Filets in die Mitte legen und mit der Marinade beträufeln.

Erst die Kräuter und dann die Zitronenscheiben auf dem Fisch verteilen.

Backpapier über dem Fisch zusammenfalten.

Päckchen auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 200° ca. 25 Minuten garen.

Fischpäckchen leicht geöffnet mit einer Senf-Dill-Sahne Sauce servieren.

Kartoffelgratin

1 kg Kartoffeln

1 – 2 Knoblauchzehen

200 g geriebenen Käse (Emmentaler oder Gouda)

Salz, Pfeffer, Muskat

200 g Sahne

Kartoffeln schälen, waschen und in nicht zu dicke Scheiben schneiden.

In eine ausgefettete Form eine gepellte und ganz fein gewürfelte Knoblauchzehe verteilen.

Kartoffelscheiben ziegelartig in die Form verteilen.

Gut mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. 150 g geriebenen Käse darüber streuen.

Form etwas schütteln, um den Käse schön zwischen die Kartoffeln zu schichten.

Restlichen Käse verteilen und die Sahne gleichmäßig darüber gießen.

Im Backofen bei 180° ca. 1 Std. überbacken, wenn die Kartoffeln zu braun werden, Temperatur früh genug auf 150° reduzieren.

Apfel-Tarte mit Quarkcreme

150 g Butter, 50 g Puderzucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 1 Ei, 1 Prise Salz glatt rühren.

250 g gesiebttes Mehl darin zu einem Mürbeteig verkneten und mindesten 1 Std. kühl stellen.

800 g säuerliche Äpfel schälen, säubern, in Spalten schneiden und in der Pfanne mit 50 g Butter 1 - 2 Min. andünsten.

125 g Apfelgelee mit Calvados darüber verteilen und 2 - 3 Minuten schmelzen lassen.

Apfelscheiben mit einer Schaumkelle herausheben und in eine gefettete Tarteform geben.
Das Apfelgelee etwas karamellisieren lassen, dann gleichmäßig über den Apfelspalten verteilen.

Mürbeteig auf etwas Mehl so ausrollen, dass er über die Äpfel gelegt werden kann, Ränder etwas andrücken.
Im Backofen bei 180° ca. 30 Min. backen.
Tarte mit Hilfe einer Tortenplatte vorsichtig aus der Form stürzen und 10 Minuten ruhen lassen

250 g Quark, 1 Päckchen Vanillezucker, 80 g Apfelgelee glatt rühren.
75 g Sahne steif schlagen und unterheben

Tarte warm mit der Creme servieren.

Bohnen mit Tomaten

500 g grüne Bohnen, waschen putzen.

In kochendem Salzwasser circa 10 Min. bissfest garen und mit kaltem Wasser abschrecken.

Bohnen in eine gefettete Auflaufform schütten.

3 Schalotten schälen, in breitere Ringe schneiden, mit Puderzucker bestreuen, in der Pfanne mit Butter andünsten und zu den Bohnen geben.

In der Zeit 3 Tomaten waschen, kreuzweise einschneiden.
Mit kochendem Wasser übergießen.
Enthäuten, Kerne entfernen, in Streifen schneiden und zu den Bohnen geben.

100 g Dörrfleisch in feine Streifen schneiden und über den Bohnen verteilen.

Mit Salz, Pfeffer aus der Mühle und Bohnenkraut würzen.
einmal leicht alles verrühren.

Bei 180° im Backofen ca. 15 Minuten fertig garen

*Parmesan-Süppchen
mit frittiertem Gemüse*

*Rote-Bete-Orangen-Salat
mit Lachs*

*Rotbarschfilet aus dem Päckchen
mit Senf-Dill-Sahne Sauce*

Schweinefilet im Lauchmantel

Grüne Bohnen-Kasserolle

Kartoffelgratin

Apfel-Tarte mit Quarkcreme

Weine

*2010er Rivaner, trocken,
Bopparder Hamm
Weingut Walter Perl*

*2011er Rheinschiefer Riesling, trocken
Mittelrhein
Weingut Matthias Müller*

*2010er Weißer Burgunder, trocken
Bopparder Hamm
Weingut Volk*

*2006er Riesling Kabinett, halbtrocken
Bopparder Hamm
Weingut Felsenkeller*

*2009er Riesling Spätlese edelsüß
Bopparder Hamm
Weingut Volk*