

Spargel und andere Köstlichkeiten
08.05.2013

Menü

Gebratener grüner Spargel
mit Saiblingfilet

Spargelcremesuppe mit Pfannkuchen-Spinatroulade
und Riesengarnele

Kalbsrückensteak mit Kräuterhaube
Tettnanger Spargel mit Sauce Hollandaise
und Ofenkartoffeln

Topfenocken mit Tonkabohnen-Parfait
und Erdbeeren an Karamel-Vanillesauce

Gebratener grüner Spargel mit Saiblingfilet

(4 Personen)

Saiblingfilet	4	St (a 100g)
Spargel grün	12	Stangen
Butter		
Salz, Zucker		
Olivenöl	20	ml
Schalotten	10	g
Tomaten Concasse	40	g

Zubereitung:

Spargel auf der unteren Hälfte schälen, in gleichlange Stücke schneiden. In einer heißen Pfanne mit Butter, Zucker und Salz glasieren.

Lachsforellenfilets entgräten, würzen, auf der Hautseite melieren. In einer Bratpfanne die Hautseite kross braten und vor dem anrichten wenden.

Das Olivenöl erhitzen, die feingeschnittenen Schalotten andünsten, das Concasse kurz darin durchschwenken und etwas abschmecken.

Spargelcremesuppe mit Pfannkuchen-Spinatroulade und Riesengarnele

(4 Personen)

Spargelschalen und Abschnitte	800	g
Butter	50	g
Mehl	25	g
Hühnerbrühe		
Sahne	200	g
Pfannkuchen	2	Stk.
Hähnchenfleisch	50	g
Spinat		
Sahne	50	
Garnelen	4	Stk.

Zubereitung:

Die Spargelreste mit Wasser bedecken und knapp unter dem Siedepunkt ca. ½ Std. ziehen lassen und passieren. Die Butter in einem Topf schmelzen, Mehl einrühren (nicht bräunen), mit Spargelfond ablöschen, etwas Hühnerbrühe dazugeben und am Schluss mit Sahne verfeinern.

Das Hähnchenfleisch mit etwas Blattspinat zusammen mixen, würzen, Sahne dazugeben und weitermixen bis es fein ist. Die Farce auf die Pfannkuchen verstreichen, in Klarsichtfolie einwickeln und im Wasserbad oder Dampfgarer garen. Kurz vor dem anrichten die Garnelen in Heißer Pfanne mit etwas Olivenöl und frischen Kräutern anbraten, anschließend im Ofen bei ca. 110°C für 3-4 Min. ruhen lassen.

Kalbsrückensteak mit Kräuterhaube
Spargel mit Sauce Hollandaise
und Ofenkartoffeln
(4 Personen)

Kalbsrücken	600 g
Butter	100 g
Kräuter	
Panierbrot	
Eigelb	1 Stk.
Weißer Spargel	12 Stangen
Butter	100 g
Wein	50 ml
Schalotten fein geschnitten	½ Stk.
Pfefferkörner Weiß	1 Stk.
Eigelb	2 Stk.
Kartoffeln neu	300 g
Olivenöl	
Salz	

Zubereitung:

Spargel schälen, in Salz-Zuckerwasser abkochen und nach gewünschtem Garpunkt in kaltes Wasser legen. Nach dem auskühlen sofort herausnehmen und auf ein Blech legen. Später im Spargelsud wieder heiß machen.

Schalotten und Pfeffer mit Wein auf die Hälfte einkochen und passieren. Die Butter auf dem Herd bei mäßiger Hitze zerlassen. Den Schaum abschöpfen. Die geklärte Butter abkühlen lassen. In einem Topf, der ins Wasserbad passt, die Eigelbe mit Weinreduktion schaumig schlagen, bis eine dickcremige Masse entsteht. Dann aus dem Wasserbad nehmen und die lauwarmer flüssige Butter Löffelweise darunter schlagen.

Die Kartoffeln gut waschen, halbieren und mit Olivenöl und Salz marinieren. Auf einem Blech bei 200°C ca. ½ Stunde backen.

Die weiche Butter in einer Schüssel mit gehackten Kräutern verrühren. Das Eigelb einrühren und so viel Panierbrot dazugeben, bis die gewünschte dicke erreicht ist. Kalbssteak würzen, anbraten, mit Kräuterhaube bedecken und im Ofen bei 110°C garen.

Topfennocken mit Tonkabohnen-Parfait und Erdbeeren an Karamel-Vanillesauce (4 Personen)

Tonkabohnenparfait für 10 Personen

Eier	2 Stk.
Eigelb	2 Stk.
Zucker	130 g
Sahne, geschlagen	500 g
Tonkabohne	½ Stk.

Zubereitung:

Eier, Eigelb, Zucker und fein geriebene Tonkabohne über dem Wasserbad steifschlagen, in kaltem Wasser kaltschlagen, Sahne unterheben, Kürbisöl einrühren. Abfüllen und Einfrieren.

Topfenocken für 4 Personen

Quark	250	g
Zucker	3	El
Panierbrösel	4	El
Eier	1	Stk.
Zitrone	1	Spritzer
Rum	1	Schuss
Erdbeeren	12	Stk.

Zucker
Orangensaft
Vanille
Mondamin

Zubereitung:

Quark mit Zucker in einer Schüssel mit Brösel mischen.
Die Eier in die gut durchgerührte Masse einarbeiten.
Zitronenspritzer und Rum einrühren und gleich verarbeiten.
Mit zwei Esslöffeln die Nocken ins simmernde Wasser geben
Wasser während des garen auf dem Siedepunkt halten, bis sie oben auf schwimmen.
Zucker karamellisieren, mit Orangensaft ablöschen, Vanille dazugeben und einköcheln lassen. Ev. Mit Mondamin abbinden
Erdbeeren waschen und in feine Scheiben schneiden.

Hippe

Ei
Zucker
Butter
Mehl

Zubereitung:

Von allen Zutaten gleichviel nehmen. Also zuerst das Ei in eine Schüssel geben und abwiegen. Vom Mehl einen halben Teelöffel mehr nehmen. Alles glatt rühren und entweder über eine Schablone auf eine Backmatte streichen, oder mit einer Spritztüte auf die Backmatte dressieren. Bei 180°C backen. In noch heißem Zustand formbar.