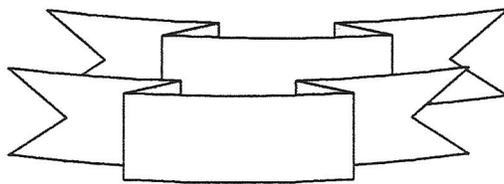


MENU VOM 28. APRIL 99

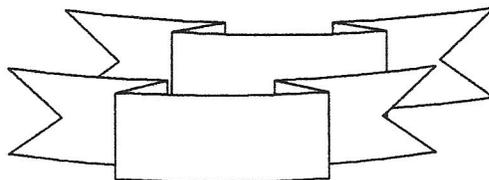
Grüner Spargel mit pikanter Sauce



Rindersteak „alla Pizzaiola“

Rosenkohl mit Mandelbutter

Gefüllte Gorgonzola-Kartoffeln



Flammbierte Bananen

GRUENER SPARGEL MIT PIKANTER SAUCE

Zutaten (für 4 Portionen)

1 kg grüner Spargel
2 TL Salz
1 TL Zucker
1 Ei

Für die Sauce

1 Bund Kerbel (siehe Zutatentip)
1 frisches Eigelb
1 TL scharfer Senf
2 EL Weinessig
2 EL Rotwein
4 EL Olivenöl
1 EL kleine Kapern
Salz, schwarzer Pfeffer

Zutatentip

Statt des Kerbels können Sie auch sehr gut Schnittlauch oder gemischte Kräuter für die Sauce verwenden. Ebenso lecker ist es, wenn Sie in feine Ringe geschnittene Frühlingszwiebeln zufügen.

Zubereitung

1. Den Spargel waschen, mit Küchenpapier trockentupfen, putzen und nur im unteren Drittel dünn mit einem Spargel- oder Sparschäler abschälen. 2 l Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, Salz und Zucker zufügen. Den Spargel darin 15 Min garen. Dann mit einem Schaumlöffel herausheben und etwas abkühlen lassen.
2. Das Ei in einen kleinen Topf mit Wasser geben und in etwa 10 Min. hart kochen. Abschrecken, schälen und mit dem Eierschneider oder einem Messer kleinwürfeln. Auf einem Teller beiseite stellen.
3. Für die Sauce den Kerbel kalt abbrausen und trockenschütteln. Einige Blättchen zum Garnieren beiseite stellen, den Rest hacken. Das Eigelb und den Senf mit einem Schneebesen verquirlen. Nach und nach den Essig und den Rotwein zugeben. Das Oel einrühren, die Kapern und den Kerbel unterheben. Salzen und pfeffern.
4. Den lauwarmen Spargel auf 4 Teller verteilen, die Sauce darübergießen und alles 30 Min. kalt stellen. Das gehackte Ei darüberstreuen und mit Kerbel garnieren.

RINDERSTEAK " ALLA PIZZAIOLA "

Zutaten (für 4 Portionen)

- 4 kleine Rindersteaks (z.B. Hüftsteaks)
- 1 kg Flaschentomaten (siehe Zutatentip)
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 4 EL Olivenöl
- Salz, schwarzer Pfeffer
- 2 TL frischer od. 1 TL getrockneter Oregano
- 1 Bund Basilikum

Zutatentip

Die länglichen Flaschen- oder Eiertomaten sind eine ganz besonders saftige und aromatische Tomatensorte. Ersatzweise eignen sich auch italienische Strauchtomaten oder 1 grosse Dose ganze Tomaten.

Zubereitung

1. Den Stielansatz der Tomaten entfernen und die Haut kreuzweise einritzen. Die Tomaten kurz überbrühen, enthäuten und in grobe Würfel schneiden.
2. Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen und in hauchdünne Scheiben schneiden. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebeln und den Knoblauch darin goldgelb anbraten.
3. Die Tomaten dazugeben, mit Salz und Pfeffer und Oregano würzen und alles bei mittlerer Hitze in etwa 20 Min. zu einer dicklichen Sauce einkochen lassen.
4. Das restliche Öl in einer grossen Pfanne erhitzen. Die Steaks auf beiden Seiten pfeffern und scharf anbraten. Die Steaks salzen und bei reduzierter Hitze auf jeder Seite noch 2 - 4 Min. braten.
5. Das Basilikum waschen und trockenschütteln. Einige Blättchen zum Garnieren beiseite legen, die restlichen hacken und unter die Tomatensauce rühren. Die Sauce abschmecken und mit den Steaks auf Tellern anrichten. Mit Basilikum garnieren.

ROSENKOHL MIT MANDELBUTTER

Zutaten (für 4 Portionen)

50 g Mandelblättchen
1/2 Bund Petersilie
500 g Rosenkohl
Salz, schwarzer Pfeffer
60 g Butter
gerieben Muskatnuss nach Belieben

Zubereitung

1. Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett einige Minuten rösten, bis sie duften. Dabei mit dem Kochlöffel ständig rühren, denn die Mandeln können leicht verbrennen.
2. Die Petersilie abrausen, trockenschütteln und fein hacken. Die äusseren Blätter der Rosenkohlröschen entfernen und den Strunk kreuzweise einschneiden. Grosse Röschen ev. halbieren. Anschliessend waschen.
3. Den Rosenkohl in kochendes Salzwasser geben und 10 Minuten garen. Dann den Topfinhalt in ein Sieb abgiessen und die Röschen darin gründlich abtropfen lassen.
4. Die Butter in einer grossen Pfanne aufschäumen lassen. Den Rosenkohl hineiengeben und in etwa 5 Minuten fertiggaren. Dabei den Topf immer wieder schwenken, so dass die Butter die Röschen überzieht. Mit Salz, Pfeffer und Muskat pikant abschmecken.
5. Das Rosenkohlgemüse in einer vorgewärmten Servierschüssel anrichten oder auf Teller verteilen und mit Mandelblättchen und der gehackten Petersilie bestreuen.

GEFUELLTE GORGONZOLA KARTOFFELN

Zutaten (für 4 Personen)

8 mittlere Kartoffeln, mehligkochende Sorte
125 g Gorgonzola al Mascarpone
2 - 3 EL Crème fraîche
2 Bund schnittlauch
Salz, schwarzer Pfeffer
einige Butterflöckli

Zubereitung

1. Die Kartoffeln in der Schale in nicht zuviel Wasser weich kochen. Abschütten.
2. Die Kartoffeln noch heiss sorgfältig schälen. Dann von jeder Kartoffel einen flachen Deckel abschneiden und das Kartoffelfleisch mit einem kleinen Löffel bis auf einen kleinen Rand sorgfältig herauslösen. Die ausgehöhlten Kartoffeln in eine Gratinform setzen.
3. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.
4. Das Kartoffelfleisch mitsamt Deckel mit einer Gabel zerdrücken. Den Gorgonzola al Mascarpone sowie die Crème fraîche beifügen und alles gut mischen. Den Schnittlauch mit einer Schere in Röllchen dazuschneiden. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bergartig in die Kartoffeln füllen und mit je einer Butterflocke belegen.
5. Die Kartoffeln im 220 Grad heissen Ofen während 12-15 Minuten überbacken.

FLAMBIERTE BANANEN

Zutaten (für 4 Portionen)

50 g Rosinen
10 cl weisser Rum (40 Vol.%)
4 gleich grosse Bananen
50 g brauner Zucker
50 g Butter
100 g Mangogelees (siehe Zutatentip)
Saft von 1 Limette oder Zitrone
2 cl brauner Rum (40 Vol.%)
Kokosraspel zum Bestreuen
4 Rumeiskugeln

Zubereitung

1. Rosinen mit der Hälfte des weissen Rums beträufeln und marinieren. Den Backofen auf 190 Grad vorheizen. In der Zwischenzeit die Bananen schälen, der Länge nach halbieren und mit den Schnittstellen nach unten in eine grosse feuerfeste Form legen.
2. Die Bananenhälften mit dem braunen Zucker bestreuen, die Butter in Flöckchen darübergerben und die Bananen in der Form für etwa 10 Minuten in den Ofen schieben.
3. Das Mangogelees mit dem Limetten- oder Zitronensaft und dem restlichen weissen Rum leicht in einem Topf erwärmen. Die Rosinen unterrühren und die Mischung esslöffelweise über die Bananen geben. Das Dessert weitere 5 Minuten im Ofen garen.
4. Die Form aus dem Ofen nehmen und die Bananen auf dem Tisch vor den Gästen flambieren. Dazu den braunen Rum in eine Schöpfkelle giessen und diese von aussen kurz über einer Flamme erwärmen. Den Rum über die Bananen in der Form giessen und mit einem langen Zündholz anzünden. Kokosraspel darüberstreuen und je 2 Bananenhälften mit 1 Rumeiskugel servieren.

Zutatentip

Mangogelees erhalten Sie in Spezialitäten- oder Asienläden. Ersetzen lässt es sich durch jedes andere Gelee, etwa aus Aprikosen, oder durch Marmelade.