

# MÄNNER - KOCHKLUB 82 - HEIMBERG

Kochabend vom 26. April 2013

Küchenchef Beat Rupp

## MENU

Bärlauchbratwurstli  
dreifarbige Peperoni

Spargelsalat  
an Sauce Vinaigrette

Rindsfiletstreifen Stroganoff mit Champignons  
Nüdeli und überbackene Tomate

Pink-Grapefruit-Mousse

## Weine

Leukersonne Apero 2011

Rabucolo Toscana 2008

### Bärlauchbratwurstli mit dreifarbigen Peperoni

Wurstli	anbraten
Peperoni	in Olivenöl anbraten

### Spargelsalat an Sauce Vinaigrette

1 Bund Spargeln (weiss)	waschen, sehr gut schälen
1 Bund Spargeln (grün)	waschen
1 Stück	Zucker

Spargeln in Bouillon weichkochen. Bouillon bei Seite stellen. Aus der Pfanne nehmen und leicht abkühlen lassen. In der Sauce Vinaigrette ca. 10 Minuten ziehen lassen und lauwarm anrichten. Ei darüber verteilen.

### Sauce Vinaigrette

je 2 EL	Sonnenblumenöl und Aceto di Balsamico Di Modena
1 EL	fettfreie Bouillon
je 1/2	gehackte Zwiebel resp. gepresste Knoblauchzehe
je 1 Prise	Salz, Pfeffer, milder Paprika und Estragon
je 1 TL	Kapern, gehackter Peterli und Schnittlauch
1	gehackte Cornichon
1	gehacktes hartgesottenes Ei (als Garnitur)

Essig mit Bouillon und Öl gut verrühren. Dann die übrigen Zutaten zugeben und gut mischen.

## Rindsfiletstreifen Stroganoff

500 gr	Rindsfiletstreifen (1 cm breit, 6 cm lang geschnitten)
250 gr	Champignon rüsten, blättrig schneiden
1 mittlere Zwiebel	schälen, fein hacken
3 EL	Bratfett
1 EL	Mehl
(3 dl	Bouillon (warm anrühren)
1 EL	Tomatenpüree
1/2 TL	Senf
2 TL	Zucker
1 TL	Worcestershiresauce
2 EL	Sherry)
1 dl	Rahm
400 gr	Nüdeli
2	Tomaten
1 EL	Provençal-Kräuter, Salz
2 EL	Käsekuchenmischung

Backofen auf 80°C vorheizen. Teller und Kochgeschirr darin vorwärmen.

Zwiebeln und Champignon im Fett kurz dämpfen. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Fleisch würzen und portionenweise in heissem Bratfett je 1 Minute anbraten, bemehlen und im Backofen warmhalten.

Restliche Zutaten (ohne den Rahm) gut vermischen und damit den Bratensatz ablöschen und ca. 15 Minuten einkochen lassen. Rahm dazugeben und Sauce abschmecken. Champignonwasser abschütten und Champignon und Fleisch in die Pfanne zurückgeben, vermischen und sofort auf den vorgewärmten Tellern anrichten.

Nüdeli gemäss Verpackung im Salzwasser kochen.

Tomaten waschen, halbieren, leicht salzen, Kräuter und Käsekuchenmischung darüber streuen und im Backofen bei 180°C in einer befetteten Gratinform überbacken.

## Pink-Grapefruit-Mousse

150 gr	Himbeeren (frisch oder aufgetaut)
4 TL	Puderzucker (1)
2 grosse	rosa Grapefruit
1 Beutel	Gelatine express
2 sehr frische	Eier, getrennt in Eiweiss und Eigelb
150 gr	Puderzucker (2)
2 dl	Vollrahm

Von den Himbeeren ein paar möglichst schöne für die Dekoration aussuchen. Den Rest mit Puderzucker (1) ansetzen.

Die Grapefruits halbieren und vorsichtig auspressen. 2,5 Deziliter des Saftes abmessen, absiehen und mit der Gelatine anrühren, den Rest als Vitaminbombe zu sich nehmen. Die Hälften vorsichtig von der inneren weissen Hauf befreien.

Die Eigelbe mit dem Puderzucker (2) schaumig rühren. Mit der Gelatine-Saft vermengen und in den Tiefkühler stellen.

Eiweiss und Schlagrahm getrennt steif schlagen. Beides vorsichtig unter die Ei-Saft-Masse mengen.

Zuletzt ebenfalls vorsichtig die Himbeeren unterheben. Das ganze eine Viertelstunde im Kühlschrank anziehen lassen, dann in die Grapefruihälften einfüllen und im Tiefkühler kalt stellen.