**Kochkurs „Ostermenü“**

**10.04.2019**

**Menü**

Spinatsalat mit Artischocken und gebratenem Rotlachsfilet

\*\*\*\*

Kartoffelsuppe mit Kräutersaitlingen, Kresse und Wachtelei

\*\*\*\*

Lammkoteletten auf zweierlei Paprika mit Bärlauchknödel

\*\*\*\*

Mohngrießnocken auf Erdbeer-Rhabarbercoulis

**Spinatsalat mit Artischocken und gebratenem Rotlachsfilet**

(4 Personen)

Rotlachsfilet 350 g

Babyspinat 250 g

Artischocke 2 St

Zitrone 1 St

Rosmarin Thymian je 1 Zweig

Rotwein 100 ml

Balsamico 100 ml

Zwiebelwürfel 1 St

Knoblauch fein 1 St

Hühnerbrühe 50 ml

Süßer Senf 2 Tl

Salz Zucker

Olivenöl 100 ml

Zubereitung:

Den Balsamico, Rotwein, Hühnerbrühe, Zwiebel und Knoblauch zusammen kochen und reduzieren, etwas abkühlen lassen, den Senf unterrühren und das Olivenöl mit dem Zauberstab langsam einmixen, mit Salz und Zucker abschmecken.

Den Babyspinat waschen und trocken schleudern.

Die Artischocken von Blättern, Stil und Stoh befreien, in Scheiben schneiden, in heißer Pfanne mit Öl, Rosmarin und Thymian braten

Den Rotlachs säubern, entgräten und auf der Hautseite zu ¾ braten, dann auf der Fleischseite fertiggaren.

**Kartoffelsuppe mit Kräutersaitlingen, Kresse und Wachtelei**

(4 Personen)

Kartoffeln geschält 200 g

Zwiebelwürfel 1 St

Knoblauchwürfel 1 Zehe

Weißwein 100 ml

Hühnerbrühe 500 ml

Sauerrahm 200 ml

Majoran, Muskat, Salz Pfeffer zum Abschmecken

Kräutersaitlinge 150 g

Wachtelei 4 St

Kresse 1 Schale

Zubereitung:

Die Kartoffeln mit den Zwiebelwürfel und Knoblauch etwas anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und einkochen, mit Hühnerbrühe aufgießen und weichkochen, pürieren, den Sauerrahm dazugeben, abschmecken.

Die geputzten Kräutersaitlinge in Würfel schneiden, anbraten, würzen ,mit der Kresse zusammen in die Suppe geben, das Wachtelei als Spiegelei braten, als Garnitur dazugeben.

**Lammkoteletten auf zweierlei Paprika mit Bärlauchknödel**

(4 Personen)

Lammcarree 600 g

Paprika rot und gelb je 1 St

Zwiebelwürfel 1 St

Hühnerbrühe 100 ml

Salz Pfeffer

Zubereitung:

Das Lammcarree von Fett und Sehnen befreien, in heißer Pfanne anbraten, im Ofen bei ca. 80° im Ofen garen.

Den Paprika von Strunk und Kernen befreien, die glatten Seiten in gleiche Dreiecke schneiden und braten, die Abschnitte mit Zwiebel und Brühe weichkochen und pürieren.

Bärlauchknödel 10 Port:

Quark 20% 750 g

Toastbrot 6 Scheiben

Eigelbe 2 St

Butter weich 60 g

Zitroneneschale ger. ½ St

Bärlauch fein geh. 10 Blätter

Salz,Pfeffer

Zubereitung:

Den Quark in einem Tuch auspressen, daß ca 600g übrig bleiben. Die Toastscheiben fein reiben .Die weiche Butter schaumig rühren, die Eigelbe unterrühren, den Quark und das Toastbrot nach und nach mit dazugeben, dann die Zitronenschale und den Bärlauch, mit Salz und Pfeffer würzen, in kochendem Salzwasser garen.

**Mohngrießnocken auf Erdbeer-Rhabarbercoulis**

(4 Personen)

Toastbrot 2 Scheiben

Milch 125 ml

Butter 40 g

Ei 1 Stk.

Eigelb 1 Stk.

Zitronenabrieb ½ Stk.

Grieß 80 g

Zubereitung:

Den Toast in Milch einweichen, die Butter schaumig rühren, die Eier und der ausgedrückte Toast (passiert) dazu.

Zitronenabrieb, Zucker, Vanille dazu, den Grieß einrühren und gut mischen.

30 Min. ruhen lassen.

Rhabarber 300 g

Erdbeeren 250 g

Weißwein 500 ml

Zucker 120 g

Vanillepulver 1 Msp

Mondamin 2 El

Zubereitung:

Den Rhabarber schälen, die Schalen mit Weißwein, Zucker und Vanille abkochen.

Danach durch ein Sieb laufen lassen, nochmals kochen und mit Mondamin binden.

Den geschälten, gewürfelten Rhabarber darin ca. 1 Min köcheln, kaltstellen.

Die gesäuberten Erdbeeren in gleich große Stücke schneiden und unter den Rhabarber rühren.

Mohn 30 g

Butter 80 g

Brösel 30 g

Zimt 1 Msp

Daraus eine Schmelze zubereiten.