

Frisch vom Markt in die Küche vom 29.09.2010

M e n ü

Vogerlsalat mit Speck und Buttercroutons
an steirischem Kürbisöldressing

Bündner Gerstensuppe

Involtini vom Kalbsrücken
Mit Mozzarella und Basilikum
An Kirschtomatensugo und Risotto

Crème brûlée
mit Früchteratouille und Vanilleeis

Vogelersalat mit Speck und Buttercroutons an steirischem Kürbiskernöldressing (für 4 Personen)

Feldsalat	200	g
Zwiebeln	10	g
Süßer Senf	1	TL
Balsamico dunkel	2	EL
Sonnenblumenöl	1	EL
Kürbiskernöl	2	EL
Salz, Pfeffer		
Toastbrot	2	Scheiben
Butter	25	g
Speck	4	Scheiben

Zubereitung:

Die welken Blätter entfernen und den Feldsalat gut waschen damit er nicht mehr sandig ist.

Senf, Essig, Zwiebeln und Gewürze verrühren und dann das Öl langsam einrühren. Die Rinde vom Toastbrot entfernen und den Rest in gleichmäßige Würfel schneiden. In einer beschichteten Bratpfanne die Würfel mit Butter goldgelb rösten. Die Speckscheiben in feine Streifen schneiden und ebenfalls in einer beschichteten Pfanne knusprig braten.

Bündner Gerstensuppe

(für 4 Personen)

Olivenöl	1	El
Rauchfleisch Würfelchen	50	g
Rollgerste	25	g
Zwiebel Würfelchen	25	g
Sellerie Würfelchen	25	g
Lauch Würfelchen	25	g
Karotten Würfelchen	50	g
Mehl	10	g
Weißwein	100	ml
Rinderbrühe	600	ml
Sahne	200	ml
Salz, Pfeffer		
Blattpetersilie gehackt	1	TI

Zubereitung:

Öl in einem Topf erhitzen, Rauchfleisch anbraten, Gerste kurz anschwitzen, das Gemüse dazugeben, mit dem Mehl bestäuben, mit dem Wein ablöschen und mit Brühe aufgießen. Ca. eine halbe Stunde köcheln lassen, Sahne dazugeben, abschmecken und mit Petersilie servieren.

Involtini vom Kalbsrücken
Mit Mozzarella und Basilikum
An Kirschtomatensugo und Risotto
(für 4 Personen)

Kalbsrückenschnitzel	4	Stk.
Basilikum	12	Blatt
Mozzarella	1	Kugel
Sonnenblumenöl		
Kirschtomaten	250	g
Olivenöl		
Zwiebelwürfelchen		
Knoblauchwürfelchen		
Zucker		
Salz, Pfeffer		
Risotto	200	g
Olivenöl	4	El
Zwiebelwürfelchen	½	Stk
Weisswein	100	ml
Hühnerbrühe	300	ml
Butter	50	g
Parmesan gerieben	25	g
Zucchinischeiben	8	Stk

Zubereitung

Das Kalbfleisch wird zusätzlich zwischen 2 Folien geklopft. Nun mit Salz und wenig Pfeffer würzen, mit ganzen Basilikumblätter belegen und mit einem Pommes frites grossem Stück Mozzarella einrollen. Jetzt werden 4 Stück zusammen auf einen Holzspiess gesteckt und mit etwas Pflanzenöl in der Bratpfanne beidseitig angebraten. Auf einem Gitter werden sie nun im Backofen bei ca. 110°C gegart Die Kirschtomaten vierteln. In einer Pfanne reichlich Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln glasig anschwitzen, zuckern, Knoblauch dazugeben und die Kirschtomaten dazugeben. Mit Salz und Pfeffer etwas würzen und langsam einköcheln lassen. Zwiebel mit Olivenöl leicht andünsten, Reis dazugeben und umrühren bis er glasig ist, dann mit dem Wein ablöschen und mit der Brühe aufgießen. Wenn die Flüssigkeit eingekocht ist probieren und gegebenenfalls noch mal etwas Wasser nachgeben. Bei Erreichen des gewünschten Garpunktes Butter und Parmesan einrühren.

Crème brûlée mit Früchteratouille und Vanilleeis (für 8 Personen)

Milch	250 ml
Sahne	250 ml
Zucker	100 ml
Vanille	½ Schote
Früchte gewürfelt	500 g

Zubereitung:

Milch, Sahne, Vanille und Zucker aufkochen. Eigelb und Volleier verrühren und die heiße Flüssigkeit einrühren. Das Ganze durch ein Sieb gießen und in Förmchen abfüllen. Im Dampf bei 90°C stocken lassen. Vor dem Servieren mit Zucker bestreuen und mit dem Bunsenbrenner caramolisieren.