

# Männer-Kochkurs vom 05.02.2011

## Menü

Petersilienwurzelsuppe  
mit Riesengarnelen

\*\*\*\*

Parmesanrisotto  
mit Hirschfilet im Parma und Pilzen

\*\*\*\*

Rindersteak mit Cafe de Paris  
Rösti und Speckbohnen

\*\*\*\*

Verkehrt gebackener Birnenkuchen  
mit Schokoladeneis  
und Grenadine-Sabayone

Rezepturen

## Petersilienwurzelsuppe mit Riesengarnelen ( 4 Personen )

Hühnerfond	600 ml
Butter	50 g
Petersilienwurzel	300 g
Zwiebelwürfelchen	50 g
Weißwein	150 g
Sahne	200 ml
Riesengarnelen	4 Stk

### Zubereitung:

Petersilienwurzel klein schneiden und mit Zwiebeln in Butter farblos anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und mit Brühe aufgießen. Bei kleiner Flamme köcheln lassen bis alles weich ist, alles pürieren, anschließend passieren, Sahne dazugeben abschmecken und nach Wunsch mit Mondamin binden.

Garnelen schälen, entdarmen. Mit etwas Olivenöl kurz anbraten, würzen und bei 90°C im Ofen kurz ruhen lassen.

## Parmesanrisotto mit Hirschfilet im Parma und Pilzen ( 4 Personen )

Hirschfilet	300 g
Parmaschinken	4 Scheiben
Risotto	200 g
Olivenöl	4 El
Zwiebelwürfelchen	½ Stk
Weisswein	100 ml
Hühnerbrühe	300 ml
Butter	50 g
Parmesan gerieben	25 g
Pilze gemischt	200 g

### Zubereitung:

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.

Hirschfilets parieren, würzen und mehrere zusammen mit Parmaschinken einwickeln. In heißer Bratpfanne rundum kurz anbraten und im Ofen bei 110°C garen.

In der Schnitzelpfanne nun mit etwas Öl die Pilze anbraten, wenn die gewünschte Farbe erreicht ist, etwas Butter dazugeben und würzen.

## Rindersteak mit Cafe de Paris

### Rösti und Speckbohnen ( 4 Personen )

Rinderrückensteak	4 Stk
Bacon gewürfelt	4 Scheiben
Keniabohnen	200 g
Butter	25 g
Zwiebelwürfelchen	50 g
Knoblauch	
Hühnerbrühe	
Kartoffeln	600 g

#### Zubereitung:

Die Kartoffeln mit Schale in kaltem Wasser aufsetzen und weich kochen. Dann in ein Sieb geben und auskühlen lassen. (Am besten schon am Vortag)

Schale abziehen und durch grobe Röstischeibe reiben. Leicht salzen und mit Butter in eine Bratpfanne geben, goldgelb braten und wenden (am besten mit einem gekonnten Wurf :o) und nochmals goldgelb braten.

Rindersteak würzen, Oberseite mit Senf bestreichen, mit Zwiebel bedecken und etwas Mehl darauf streuen. Mit der Zwiebelseite zuerst anbraten, dann wenden und auf ein Gitter legen. Im Ofen bei 110°C garen.

Geputzte Keniaböhnchen kurz blanchieren. Bacon anrösten, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und mitdünsten. Die Bohnen dazugeben mit etwas Brühe angießen und abschmecken.

Cafe de Paris:

Butter	1	kg
Kräuter gemischt gehackt	50	g
Cayenne	2,5	g
Englischsenf	10	g
Curry Madras	10	g
Paprika edelsüß	10	g
Knoblauch geh.	10	g
Salz	35	g
Weißwein	50	g
Cognac	20	g
Worcester	20	g
Pfeffer, Zitronensaft, Tabasco		
Eigelb	4	Stk

## Verkehrt gebackener Birnenkuchen mit Schokoladeneis

und Grenadine-Sabayone( 4 Personen )

Birnen	2 Stk
Butter	10 g
Zucker	15 g
Blätterteig	200 g
Eigelb	1 Stk
Zucker	20 g
Grenadine	20 g
Weißwein	50 g
Schokoladeneis	4 Kugeln

### Zubereitung:

Bratpfanne mit der Butter leicht erwärmen und mit Zucker bestreuen. Die Birnen schälen und das Kerngehäuse entfernen. Anschließend in gleichmäßige Schnitze schneiden und Ringförmig auf den Zucker anordnen. Den Blätterteig in der Größe der Bratpfanne ausstechen und auf die Äpfel legen. Jetzt bei ca. 180°C ca. 12 Min. backen bis er eine schöne Farbe hat. Gleich nach dem herausnehmen stürzen, sonst bleiben die Birnen an der Pfanne kleben.

Eigelb, Zucker, Weißwein und Grenadine in einer Schüssel über einem Wasserbad schaumig schlagen.