

Marktfrisch vom 17.09.2013

Menü

Entenbrust mit süß-saurem Kürbis
und Feldsalat

Spinatcremesuppe mit Lammfiletspieß

Schweinefilet gebraten mit Preiselbeersauce
Wirsing und Kartoffelkrapfen

Tartatin mit Kürbisölparfait

Feldsalat mit Entenbrust und süß-saurem Kürbis

Feldsalat geputzt	150 g
Zwiebelwürfelchen	50 g
Knoblauchwürfelchen	1 kl. Zehe
Hühnerbrühe	100 ml.
Salz	7 g
Zucker	25 g
Pfeffermühle	5 drehen
Kressi Essig	100 ml
Senf	15 g
Eier gekocht	1 Stk.
Sonnenblumenöl	300 ml
Entenbrust	200 g
Kürbis	200 g
Balsamico weiß	
Honig	
Apfelsaft	
Ingwer	

Zubereitung:

Kürbis schälen, entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Apfelsaft, Essig, Honig und Ingwer aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Kürbis darin gar ziehen lassen.

Zwiebelwürfelchen, Knoblauchwürfelchen, Brühe, Salz, Zucker, Pfeffer und Essig für ca. 5 Min. köcheln. In einen Becher umfüllen und gut mixen. Den Senf dazugeben und weitermixen, das Ei dazugeben und weitermixen bis eine cremige Konsistenz entsteht und dann das Öl langsam einmischen.

Entenbrust würzen, beidseitig anbraten und auf der Hautseite im Ofen bei ca. 120°C garen.

Spinatcremesuppe mit Lammfiletspieß

(4 Personen)

Lammfilet	2	Stk.
Rosmarin	4	Stiele
Spinat	80	g
Zwiebelwürfel	1/2	Stk.
Butter	20	g
Hühnerbrühe	500	ml
Sahne	300	ml
Mondamin		

Zubereitung:

Zwiebel mit Butter glasig anschwitzen, mit Hühnerbrühe ablöschen und die Sahne dazugießen. Mit etwas Grundsuppe den gezupften Spinat mixen. Vor dem servieren zusammengießen, noch mal durchkochen und mit Mondamin binden und abschmecken.

Beim Rosmarin nur die Nadeln an der Spitze dran lassen. Die Lammfilets in Würfel schneiden und aufspießen, kurz anbraten und im Ofen bei 120°C rosa garen.

Schweinefilet gebraten mit Preiselbeersauce

Wirsing und Kartoffelkrapfen

(4 Personen)

Schweinefilet	600 g
Bratensauce	200 g
Preiselbeermarmelade	1 Tl
Wirsing	320 g
Butter	25 g
Zwiebelwürfelchen	50 g
Hühnerbrühe	50 ml
Kartoffeln, mehlig	600 g
Milch	100 ml
Butter	30 g
Salz, Pfeffer, Muskat	
Mehl, gesiebt	50 g
Eier	3 Stk.

Zubereitung:

Kartoffeln waschen und mit Schale auf einem Blech im Ofen bei 200°C weich garen. Mit einem Messer halbieren und mit einem Löffel auskratzen.

Milch, Butter und Gewürze aufkochen, vom Herd nehmen, Mehl auf einmal im Sturz zugeben und mit einem Holzlöffel zu einem Kloß rühren. Jetzt wieder auf dem Herd weiterrühren, bis sich am Topfboden ein weißer Belag bildet. Den Kloß nun in eine Schüssel geben und die Eier nacheinander unterrühren. Kartoffeln dazupressen und glattrühren. Mit 2 Suppenlöffeln Nocken formen und frittieren.

Die Schweinefilets kurz, scharf anbraten und bei 90°C im Ofen garen. Bratensauce mit Preiselbeermarmelade verfeinern.

Wirsing in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Die Zwiebel mit Butter anschwitzen, den Wirsing darauf geben und mit Brühe angießen.

Tartatin mit Kürbisölparfait (4 Personen)

Äpfel	2	Stk.
Butter	10	g
Zucker	15	g
Blätterteig	200	g
Eier	1	Stk.
Eigelb	1	Stk.
Zucker	60	g
Sahne, geschlagen	250	g
Kürbisöl	20	g

Zubereitung:

Eier, Eigelb und Zucker über dem Wasserbad steifschlagen, in kaltem Wasser kaltschlagen, Sahne unterheben, Kürbisöl einrühren. Abfüllen und Einfrieren.

Bratpfanne mit der Butter leicht erwärmen und mit Zucker bestreuen. Die Äpfel waschen 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 Äpfel an der Pfanne kleben.