

## Männerkochkurs vom 21.02.2014

Rindertartar mit Feldsalat und Baguette



Französische Zwiebelsuppe mit Käsecrouton



Kalbsroulade in Weißweinrahm mit Kartoffelpüree und  
glasierten Karotten



Schokoladenfondue mit Vanilleeis

## Rezept Rindertartar

Rinderfilet fein geschnitten	250 g
Essiggurke	2 St
Kapern	5 St
Sardellenfilet	2 St
Zwiebeln	1 St
Petersilie	1 Bd
Ketchup	1 El
Worcester sauce	1 Tl
Senf	2 Tl
Eigelb	1 St
Cognac	2 cl

Alle Zutaten fein schneiden oder hacken, zusammenmischen, gegebenenfalls nachschmecken.

## Französische Zwiebelsuppe

Zwiebeln	700 g
Rinderbrühe	1 l
Rotwein	0,2 l
Butter	60 g
Toastbrot	4 S
Bergkäse gerieben	200 g
Knoblauch	1 Z

Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden, mit Butter glasig dünsten, mit dem Rotwein ablöschen, etwas einkochen, dann die Rinderbrühe aufgießen und aufkochen, abschmecken.

Die Toastscheiben mit dem Käse bedecken und im Ofen goldgelb backen.

## Kalbsroulade

Kalbshüfte	600 g
Mango Chutney	200 g
Senf körnig	1 El
Lauch	1 St
Salz Pfeffer	

Die Kalbshüfte in vier gleiche Scheiben schneiden und plattieren, mit Senf und Mango Chutney bestreichen, den feingeschnittenen Lauch gleichmäßig verteilen.

Die Scheiben zu einer Roulade stramm aufrollen, mit einem Zahnstocher fixieren und scharf anbraten. Im Ofen bei ca. 120 ° C fertiggar.

### Weißweinrahm

Zwiebel	1 St
Weißwein trocken	400 ml
Hühnerbrühe	250 ml
Sahne	200 ml
Salz Pfeffer, Stärke	

Die Zwiebel in Würfel mit dem Weißwein reduzieren, mit der Hühnerbrühe aufgießen, und etwas einkochen, mit der Sahne verfeinern und gegebenenfalls binden.

## Kartoffelpüree

Kartoffeln mehlig	800 g
Milch	250 ml
Butter	150 g

## Salz Muskat

Die geschälten Kartoffeln kleingeschnitten in Salzwasser kochen, Milch und Butter erhitzen, mit den durchgepressten Kartoffeln glattrühren, abschmecken.

## Karotten

Karotten	800 g
Zwiebel	1 St
Butter, Salz Zucker	

Die Karotten in gleichmäßige Scheiben schneiden, mit Butter, Salz und Zucker dünsten und glasieren.

## Schokoladenfondue

### Honigwaben

Mehl	100 g
Honig	100 g
Butter	120 g
Puderzucker	200 g

Die Butter erhitzen und den Rest der Zutaten drin verrühren, kalt stellen. Danach zu kleinen Kugeln formen und im Ofen ausbacken, in Form bringen.

## Schokoladensoße

Couvertüre	400 g
Sahne	500 ml
Rum	4 cl

Die Sahne aufkochen, die in Stücke geschnittene Couvertüre darin auflösen, mit Rum verfeinern.

In gleichmäßige Stücke geschnittenes Saisonobst und Vanilleeis dazu .