

Schweizer Küchenklassiker



Tag der Arbeit „Zeit zum Kochen“

Vorspeise	2
PASTETLI MIT MILKEN UND KALBFLEISCH (BOUCHÉE À LA REINE)	2
Vorbereiten: Milken 1 Std. vorher wässern Zubereitung: 60 Minuten	
ERBSLI MIT RÜEBLI	3
Zubereitung: 20 Minuten	
Hauptspeise	4
HACKBRATEN MIT GEHEIMZUTATEN UND SAUCE	4
Zubereitung: 40 Minuten / Garzeit 1 Std.	
KARTOFFELSTOCK UND SAISONGEMÜSE	5
Zubereitung: 20 Minuten / 30 Minuten	
Dessert	6
ÖPFELCHUECHLI	6
Zubereitung: 30 Minuten / 1 Stunde ruhen Mitnehmen: Apfelstecher	
VANILLESAUCE	7
Zubereitung: 30 Minuten	

Vorspeise

PASTETLI MIT MILKEN UND KALBFLEISCH (BOUCHÉE À LA REINE)



Bouchées à la reine sind eine Spezialität aus der Lorraine, die auch in Belgien, Luxemburg und der Schweiz (Milkenpastetli) eine lange Tradition hat.

Der Name verdankt sich offenbar Marie Leszczyńska, der frommen und mildtätigen Frau von Louis XV.

Vorbereiten: Milken 1 Std. vorher wässern

Zubereitung: 60 Minuten

Rezept für 4 Personen

160 g Kalbsmilken

Milken ca. 1 Std in kaltes Wasser legen und Wasser mehrere Male erneuern.

160 g Kalbsvoressen

In kleine Würfel schneiden

SUD

1 Zwiebel
2 Nelken
1 Rüebli
0.5 Liter Weisswein trocken
0.5 Liter Wasser
2 Lorbeerblätter
1 TL Pfefferkörner
1 TL Salz
(u./o. wenig Bouillon bzw. Kalbsfonds)

Zwiebel mit Nelken bestecken.

Rüebli schälen

Weisswein, Wasser, Gemüse, Lorbeer und Pfefferkörner mit etwas Salz in einer grossen Pfanne mit Deckel zum Kochen bringen.

Deckel entfernen.

Temperatur so stark reduzieren, dass die Flüssigkeit gerade nicht siedet.

Milke in den Sud legen und **15 Minuten** garen. Herausnehmen und kalt abschrecken. Sud wieder etwas erwärmen und Kalbwürfel für **20 Minuten** in den Sud geben.

Inzwischen die abgekühlte Milke in Stücke schneiden und dabei **alle Häutchen abziehen und harten Stellen entfernen**. Beiseite stellen

Kalbfleisch aus dem Sud nehmen und ebenfalls beiseite stellen.

Sud nochmals stark zum Kochen bringen.

Ca. 15 Minuten heiss kochen bis noch etwa 1/2 der Flüssigkeit verbleibt. **Sud absieben**.

SAUCE

20 g	Butter	In einer Pfanne zum schmelzen bringen und Mehl kurz darin anschwitzen
20 g	Mehl	Mit <u>Sud</u> ablöschen.
1 TL	Zitronensaft	Allenfalls wenig Weisswein u./o. Zitronensaft zugeben und unter Rühren mit dem Schwingbesen aufkochen
2 dl	Saucenrahm	Sauce mit Rahm verfeinern, eindicken lassen Fleisch zugeben und ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen .
1 TL	Noilly Prat	Sauce <u>sparsam</u> mit einem Schuss «Noilly Prat» die besondere Note geben.

PASTETLI

4	Pastetli vom Bäcker	5 Minuten im Backofen erwärmen. Herausnehmen und auf Tellern anrichten.
	Salz	Sauce ev. nochmals sanft abschmecken und in die Pastetli füllen.
	Pfeffer weiss	
8 Zweige	Peterli flachblättrig	Grob zerpfückt über die Pastetli streuen

ERBSLI MIT RÜEBLI

Zubereitung: 20 Minuten

8 kleine	Rüebli mit Kraut	Rüsten, in leichtem Salzwasser 5 Minuten blanchieren, abgiessen, EISKalt abschrecken.
8 EL	Erbsli gefroren	Ebenfalls 5 Minuten im Salzwasser wärmen und abgiessen
1 EL	Butter	In einer Pfanne zergehen lassen. Solbald die Pastetli in den Ofen geschoben werden: Erbsli und Rüebli für 5 Minuten im Butter schwenken und erhitzen.

Hauptspeise

HACKBRATEN MIT GEHEIMZUTATEN UND SAUCE

<http://www.friday-magazine.ch/de/2016/10/09/der-echt-beste-hackbraten.html>



**DER ECHT BESTE
HACKBRATEN**
Dank zwei italienischen Geheimzutaten gelingt dir
ein Braten, wie ihn deine Gäste noch nicht
gegessen haben

Zubereitung: 40 Minuten / Garzeit 1 Std.

Rezept für 4 Personen

1	grosses	Weggli	Zerpflückt in eine kleine Schüssel geben Und mit Milch begiessen. Mind. 20 Minuten durchziehen lassen . Dann <u>gut ausdrücken</u> und fein hacken. (A)
1	EL	Milch	
2	kleine	Rüebli	Rüebli und Zwiebel schälen.
1	kleine	Zwiebel	Sellerie grob schneiden. Gemüse im Mixer so zerkleinern, dass man noch Stücke erkennt.
1		Stangensellerie	Schmelzen. Gemüse 10 Minuten zugedeckt bei schwacher Hitze im Butter dünsten und danach leicht auskühlen lassen. (B)
4	EL	Butter	
600	g	Rindshack	In eine grosse Schüssel geben und mit der <u>Wegglimasse (A)</u> verkneten. Dann das <u>gedünstete Gemüse (B)</u> dazu geben.
100	g	Mortadella	<i>Geheimzutat 1</i> in den Mixer geben
4		Getrocknete Tomaten	<i>Geheimzutat 2</i> in den Mixer geben
0.5	Bund	Peterli	Zusammen mit Peterli fein hacken und zur Fleischmasse geben
1		Ei	Verquirlen und unter die Masse rühren
4	Zweige	Thymian	Über die Masse abstreifen
		Salz, Pfeffer, Paprika	Masse grosszügig würzen und mind. 5 Min. (von Hand oder Rührgerät) durchkneten und dann zu einem Leib formen.
2	EL	Senf	
		Worcester Sauce	

4 EL	Olivenöl oder Rapsöl	Backofen auf <u>200 Grad vorheizen</u> In einen Bräter geben. Hackbraten hineinlegen und ca. 20 Minuten im Backofen anbraten bis er Farbe annimmt.
2 dl	Leichter Rotwein (Weisswein wenn Rahmsauce gewählt)	Unterdessen Wein und Bouillon 10 Minuten aufkochen
2 dl	Bouillon (Rind)	Zum Hackbraten geben und Temperatur auf <u>160 Grad zurückstellen</u> Hackbraten abdecken und ca. 1 Std. garen lassen. Ab und zu mit Jus übergiessen.
1 TL	Bratensauce fertig	Jus in einen Kochtopf abgiessen, erwärmen.
1 TL	Tomatenmark	Sauce nur leicht binden und abschmecken.

KARTOFFELSTOCK UND SAISONGEMÜSE



Zubereitung: 20 Minuten / 30 Minuten

Mengen für 4 Personen

GEMÜSE

400 g	Bohnen, Cima di Rapa	Gewähltes Saisongemüse rüsten, 5-10 Min. blanchieren , EISKalt abschrecken.
-600	oder Spinat	Der Länge nach sehr grob schneiden
2 Zehen	Knoblauch	Knoblauch im Butter Farbe annehmen lassen und dann herausheben.
2 EL	Butter	Gemüse im Butter 5 Minuten wärmen
2 Prisen	Salz	Würzen, frittierter Knoblauch untermischen.

KARTOFFELSTOCK http://www.gourmet12.ch/rezepte_4.php?er=614

800 g	Kartoffeln mehlig	Schälen, weich kochen, abschütten
2 dl	Milch heiss	Milch mit Kartoffeln verstampfen
	Salz	würzen
1-2 EL	Butter	Verfeinern (im Backofen warm halten)

Dessert

ÖPFELCHUECHLI



Zubereitung: 30 Minuten / 1 Stunde ruhen

Mitnehmen: Apfelstecher

Rezept für 4 Personen

80 g	Mehl
1 Prise	Salz
1 TL	Vanillezucker
1 dl	Bier o. Apfelsaft
1	Eigelb
1	Eiweiss
1	Zitrone (Saft)
1 EL	Kirsch o. Apfelsaft
1 EL	Zucker
2 grosse	Äpfel (Boskop)

In eine Schüssel sieben
Salz und Vanillezucker dazugeben

Bier mit Eigelb verrühren. Portionenweise zum Mehl geben und glattrühren bis der Teig Blasen wirft.

Teig **mind. 30 Min. zugedeckt ruhen lassen**
Sehr steif schlagen, kalt stellen und kurz vor dem Backen unter den Teig ziehen.

Saft in eine flache Schüssel auspressen
dazugeben
unterrühren

Schälen, das Kerngehäuse ausstechen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden.
Apfelringe sofort in die flache Schüssel legen und mit Flüssigkeit bedecken.
Ca. **30 Minuten stehen lassen.**

0.5 TL	Zimt
2 EL	Zucker

Zucker und Zimt mischen.
Sieb bereit stellen

FRITTIEREN

1 Liter Öl zum Frittieren
(Erdnuss, Kokos)

Bratpfanne bis zu 1/3 Höhe mit Öl füllen, auf ca. 180 Grad erhitzen.

Die Apfelscheiben aus der Flüssigkeit nehmen und mit Küchenpapier trocknen.

Eiweiss unter den Teig heben.
Apfelscheiben durch den Teig ziehen, abtropfen und portionenweise auf jeder Seite **2-3 Minuten schwimmend ausbacken**.
Chüechli herausheben, auf Küchenpapier abtropfen.
Noch heiss mit Zimtzucker bestreuen und im Backofen bei geöffneter Tür warm halten.

VANILLESAUCE

Zubereitung: 30 Minuten

4 dl Milch
2 EL Puderzucker
1 Vanillestängel

In eine Pfanne geben
Dazugeben und kalt etwas stehen lassen
Aufschlitzen, Mark herauskratzen, zur Milch geben und kalt etwas stehen lassen.
Milch unter ständigem Rühren aufkochen bis sie aufsteigt. Vom Herd nehmen und Vanillestängel herausfischen.

1 EL Maizena
1 EL Milch

Maizena mit etwas Milch verrühren und mit dem Schwingbesen in die Milchmasse einrühren.
Nochmals auf den Herd stellen und kräftig weiter rühren.
Beim Aufkochen sofort vom Herd nehmen.

2 Eigelb
1 EL Milch

Eigelbe mit etwas Milch verrühren (verklöppeln) und zu der Masse geben.
Alles nochmals erwärmen, aber nicht mehr aufkochen!!