

"Fast (e) 'n' Easy"

**Kochen
vom
12. Januar 2015**

Kohlrabi Carpaccio

Steinpilz - Weinschaumsuppe

Seeteufel-Piccata

Zwetschencreme

Kohlrabi Carpaccio



Zutaten für 4 Personen:

600g Kohlrabi (2 Stück)
50 g Gorgonzola zerbröckelt
4 Radieschen in dünne Scheiben geschnitten
2 EL fein geschnittener Schnittlauch

Dressing:

75g Gorgonzola
4 EL Olivenöl
100ml Jogurt
2 EL Sherryessig (Weisswein Essig)
Salz, Pfeffer

Zubereitung :

Die Zutaten für das Dressing im Mixer vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den geschälten Kohlrabi in sehr feine Scheiben schneiden. Am besten mit einem Gemüsehobel. Die Scheiben in einer Schüssel mit dem Dressing vermischen und locker auf dem Teller anrichten.

Mit dem zerbröckelten Käse, den Radieschenscheiben verteilen und den Schnittlauch darüber streuen.

Steinpilz-Weinschaumsuppe



Zutaten

(für 4 Personen)

- 1 kleine Zwiebel, fein gehackt
- 1/2 Lauchstängel, fein geschnitten
- 3 mittelgrosse Steinpilze, in mittelgrosse Stücke geschnitten
- 4 EL Butter
- 1 EL Mehl
- 2 dl Weisswein (Riesling X Sylvaner)
- 5 dl Rinds-/Fleischbouillon
- 1 EL Petersilie, fein gehackt
- 1 dl Vollrahm
- 2 Eigelb
- Salz, Pfeffer
- etwas Schnittlauch, Petersilie und Lauchringe zum Garnieren

Zubereitung

1. Zwei Toastbrotsscheiben entrinden und in 1cm grosse Würfel schneiden. In einer Bratpfanne mit Butter goldbraun rösten.
2. Steinpilze, Zwiebeln, und Lauchringe in Butter andämpfen. Mehl zugeben, mitdünsten. Mit Wein und Bouillon ablöschen. Zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen.
3. Danach die Suppe mit dem Stabmixer pürieren, und etwas auskühlen lassen.
4. Dann die zwei Eigelb verrühren und zur Suppe geben. Anschliessend die Suppe kontrolliert und langsam wieder erhitzen. Sie darf nicht mehr kochen, sonst gerinnt das Eigelb. Zum Abschluss die ganze Suppe nochmals mit dem Stabmixer schaumig schlagen und nochmals mit Pfeffer und Salz abschmecken.
5. In vorgewärmten Suppentassen anrichten, mit Croutons und etwas Schnittlauch, Petersilie sowie Lauchringen garnieren.

Seeteufel-Piccata auf Zucchininudeln



Zutaten für 4 Personen:

20 kleine Seetaufelmedaillons à 25g
Mehl zu bestreuen
1 grosses Ei
Etwas Safranpulver
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen und leicht mit Mehl bestäuben. (Überflüssiges Mehl abschütteln).

Das Ei mit dem Safranpulver aufschlagen und die Fischmedaillons darin wenden.

In einer heissen, beschichteten Pfanne das Olivenöl erhitzen und den Fisch auf jeder Seite 2-3 Minuten goldbraun braten.

Herausnehmen und warmhalten.

Zucchiniudeln

Zutaten für 4 Personen:

Je 175g grüne und gelbe Zucchini
275g Tomatenconcassé
1 Thymianzweig

Zubereitung:

Mit einem Gemüsehobel die Zucchini in lange dünne Streifen schneiden ohne den Samenstrang in der Mitte. Die Tomatenconcassé (geschälte entkernte Tomaten) mit dem Thymianzweig auf kleinem Feuer erhitzen. Die Zucchiniudeln unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Nach ca 2-3 Minuten den Thymianzweig entfernen.

Die Zucchiniudeln auf den Tellern verteilen und die Seeteufel darüber legen.

Zwetschencreme



Zutaten für 4 Personen:

800g Zwetschgen
2-4 EL Akazienhonig
200 ml Rahm
Pfefferminzblättchen

Zubereitung:

Die Zwetschgen mit dem Honig im Mixer pürieren. Die Masse durch ein Sieb streichen und mit der Hälfte des Rahms vermischen. Den Restlichen Rahm steif schlagen. Die Creme in Gläser abfüllen und mit Schlagrahm und Pfefferminzblätter garnieren