

Kochabend Gourmet 12

Währschafte Küche

Vorspeise

Grünkern Burger mit Ketchup



Hauptgang

Emmentaler Lammvoressen

Weisses Kalbsvoressen

Rindsvoressen an Biersauce

mit Kartoffelstock und Polenta



Dessert

Käseplatte

Küchenchefs: Daniel Sonderegger
Stephan Pabst

14. Oktober 2013

Grünkern- Burger mit selbstgemachtem Ketchup



Zutaten für 4 Personen (Burger):

50 g Grünkern (Korn)
100 g Grünkern (Schrot)
3 dl Gemüsebouillon
1 Zwiebel
2 Eier
etwa 3 gehäufte EL Paniermehl
1 gehäufte TL grober Senf
weißer Pfeffer und Salz
½ Bund Peterli

Zutaten für Ketchup:

200 g Cherry-Tomaten
200 g passierte Tomaten
2 EL Tomatenmark
1 Zwiebel
2 EL Honig
40 g Rohrzucker
3 EL Weißen Balsamico
Rapsöl
Salz

Zubereitung:

Burger: Grünkern (Korn) zum Kochen bringen und 10 min. köcheln, dann den Schrot dazugeben und weitere 10 min. kochen. (Bei Bedarf noch etwas Flüssigkeit nachgießen.) Der Grünkern sollte nach 20 min. zu einer dicken Masse eingekocht sein und keine Flüssigkeit mehr haben. Die Grünkernmasse etwas kalt rühren.

Die Zwiebel fein würfeln und die Peterli hacken. Beides zur kalten Masse geben, die Eier und den Senf dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit etwas Paniermehl binden und die Masse durchkneten. Dann aus der Masse Burger formen und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten kross braten.

Ketchup: Zwiebel würfeln. Die Würfel in einer Pfanne mit dem Rapsöl anschwitzen, den Zucker dazugeben und leicht karamellisieren. Die Cherrytomaten vierteln und mit in den Topf geben, dann Tomatenmark und passierte Tomaten dazugeben und mit Honig, Essig und Salz abschmecken. Ca. 20 min köcheln lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Zum Schluss das Ketchup mit dem Stabmixer pürieren und in einem Einmachglas abfüllen.

Grünkern- Burger mit Ketchup anrichten und mit Peterli garnieren

Emmentaler Lammvoressen



Zutaten für 4 Personen:

800 g Lammvoressen, Schulter
7 dl Rindsbouillon
2 dl Weisswein
1 Lorbeerblatt
3 Gewürznelken
5 Pfefferkörner, schwarz
2 Rübli

0,5 Lauch
150 g Sellerie
2 Briefchen Safran
40 g Butter
50 g Mehl
2 Zweige glatte Peterli
1 Zwiebel

Zubereitung:

Reichlich Wasser aufkochen. Lammfleisch dazugeben, kurz kochen lassen. Dabei entstehenden Schaum abschöpfen. Fleisch abgiessen und abtropfen lassen. Bouillon, Weisswein, Lorbeerblatt, Gewürznelken und Pfefferkörner aufkochen. Fleisch dazugeben, circa 20 Minuten köcheln lassen.

Karotten, Lauch und Sellerie in Stücke schneiden. Mit den Zwiebeln zum Fleisch geben. Lammvoressen mit Salz würzen und circa 50 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Fleisch und Gemüse aus der Bouillon heben. Sud absieben, Safran dazugeben. Butter bei mittlerer Hitze schmelzen. Mehl begeben. Bei kleiner Hitze unter Rühren dünsten, sodass eine kompakte goldgelbe Masse entsteht. Safranbouillon unter Rühren zur Mehlschwitze geben. Etwa 10 Minuten unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis die Sauce bindet. Fleisch und Gemüse zurück in die Sauce geben. Voressen mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Peterli hacken und zum Servieren über das Emmentaler Voressen streuen.

Weisses Kalbsvoressen



Zutaten für 4 Personen:

Fleisch und Sud:

1 Zwiebel
2 Lorbeerblätter
2 Gewürznelken
1 Stange Lauch
1 Rüebli
150 g Sellerie
1 l Wasser
800 g Kalbsragout und 2 Kalbsfüsschen
1 TL Salz

Sauce:

40 g Butter
2 Esslöffel Mehl
0.5 dl Noilly Prat
5 dl Sud
2 dl Rahm
Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
0.5 Bund Peterli

Zubereitung:

Die Zwiebel schälen und halbieren. Die Hälften mit je 1 Lorbeerblatt und 1 Nelke bestecken. Den Lauch rüsten, der Länge nach halbieren und waschen, dann in Stücke schneiden. Rüebli und Knollensellerie schälen und ebenfalls in Stücke schneiden. Das vorbereitete Gemüse mit den Kalbsfüsschen und dem Wasser in eine Pfanne geben und aufkochen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 20 Minuten kochen lassen. Wenn nötig am Anfang abschäumen.

Den Sud salzen. Das Voressen hineinlegen und zugedeckt auf kleinem Feuer $1\frac{1}{2}$ – $1\frac{3}{4}$ Stunden sehr weich kochen.

Das Fleisch mit einer Schaumkelle herausheben und beiseitestellen. Den Sud absieben, davon 5 dl für die Sauce abmessen.

Für die Sauce in der für das Voressen verwendeten Pfanne die Butter schmelzen. Das Mehl beifügen und auf kleinem Feuer 1 Minute dünsten. Noilly Prat sowie abgeseihten Sud mischen und langsam unter Rühren zur Mehlbutter giessen. Die Sauce aufkochen und auf kleiner Stufe 10 Minuten kochen lassen. Den Rahm beifügen und die Sauce mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.

Das Fleisch wieder in die Sauce geben und nochmals heiss werden lassen.

Die Peterli hacken und über das angerichtete Fleisch streuen.

Rindsvoressen an Biersauce



Zutaten für 4 Personen:

| | |
|--------------------|------------------------|
| 4 Zwiebeln | 2 EL Weisser Balsamico |
| 2 Knoblauchzehen | 3 dl Bier |
| 2 Rüebli | 3 dl Fleischbouillon |
| 150 g Sellerie | 1 EL Senf |
| 1 kg Rindsragout | 2 Zweig Petreli |
| 2 EL Bratbutter | 4 Zweig Thymian |
| 1 EL Zucker, braun | 2 Lorbeerblätter |

Zubereitung:

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und hacken. Rüebli und Sellerie schälen und klein würfeln. Das Rindsvoressen mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. In einem Bräter mit gut sitzendem Deckel etwas Bratbutter erhitzen. Die Fleischwürfel in 3-4 Portionen sehr kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen.

Restliche Bratbutter im Bräter erhitzen und die Zwiebeln darin kräftig anbraten. Nach 4-5 Minuten den Zucker darüber streuen und die Zwiebeln so lange weiterbraten, bis sie leicht caramelisiert sind. Dann den Essig beifügen und den Bratensatz vom Boden der Pfanne kratzen. Rüebli, Sellerie, Bier und Bouillon dazugeben. Den Senf mit etwas Wasser verrühren und beifügen. Das Fleisch wieder dazugeben. Petersilien- und Thymianzweige sowie Lorbeerblätter mit Küchenfaden zu einem Sträusschen binden und in die Sauce legen. Den Bräter zudecken und in den 160 Grad heissen Ofen auf die unterste Rille stellen. Das Voressen je nach Fleischqualität und Grösse der Stücke 2½-3 Stunden weich schmoren. Gelegentlich die Flüssigkeit kontrollieren und wenn nötig etwas Bier oder Bouillon nachgiessen.

Zum Fertigstellen die Petersilie fein hacken.

Den Bräter aus dem Ofen nehmen. Das Kräutersträusschen entfernen, das Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreuen.