

## «Herbstliche Tour de Suisse»

|  |                             |
|--|-----------------------------|
| <b>VORSPEISE</b>                               | <b>2</b>                    |
| <b>Appenzeller Mostbröckli Tatar</b>           | <b>2</b>                    |
| Vorbereiten: 40 Minuten                        | Fertigstellen: 10 Minuten 2 |
| <b>HAUPTGANG</b>                               | <b>3</b>                    |
| <b>Entlebuecher Rahmgulasch vom Kalb</b>       | <b>3</b>                    |
| Vorbereiten: 40 Minuten   Schmoren: 75 Minuten | Fertigstellen: 10 Minuten 3 |
| <b>Kartoffelstock</b>                          | <b>4</b>                    |
| Vorbereiten: 40 Minuten                        | Fertigstellen: 20 Minuten 4 |
| <b>Frische Bohnen aus der Region</b>           | <b>5</b>                    |
| Vorbereiten: 30 Minuten                        | Fertigstellen: 20 Minuten 5 |
| <b>DESSERT</b>                                 | <b>6</b>                    |
| <b>Tessiner Vermicelles</b>                    | <b>6</b>                    |
| Zubereiten: 50 Minuten                         | Fertigstellen: 20 Minuten 6 |

### VORSPEISE

## Appenzeller Mostbröckli Tatar

[Video Rezept \(Enst Sutter\)](#)

Vorbereiten: 40 Minuten

Fertigstellen: 10 Minuten

Rezept für 6 Personen als Vorspeise

|        |                        |
|--------|------------------------|
| 150 g  | Mostbröckli            |
| 6 EL   | Crème fraîche          |
| 2 Bund | Schnittlauch           |
| 2      | Zitronen               |
| 3      | Tomaten                |
| 1      | Salatgurke nostrano    |
| 4 EL   | Rapsöl (oder Olivenöl) |
|        | Pfeffer, Salz          |
| 1-2    | Baguette               |



**Mostbröckli** in hauchdünne Scheiben schneiden und fein würfeln. In eine Schüssel geben. **Crème fraîche** dazu geben.

**Schnittlauch** fein schneiden. Ein Drittel in die Schüssel zum Mostbröckli geben. Rest beiseitestellen.

**Zitronen** heiss abspülen, Schale abreiben und Saft auspressen. Die Hälfte davon ebenfalls in die Schüssel zum Mostbröckli geben. Rest beiseitestellen.

Alles gut mischen, mit Pfeffer abschmecken und ziehen lassen.

**Tomaten** einritzen, 10 Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, in kaltes Wasser geben und häuten. Tomaten in feine Würfeli schneiden, die Hälfte zum Tatar geben, Rest beiseitestellen.

**Gurke** schälen, entkernen und ebenfalls in kleine Würfeli schneiden und zum Tatar geben. Alles vorsichtig mischen, abschmecken.

**Restlichen Schnittlauch** mit **Olivenöl** und **restlichem Zitronensaft** fein pürieren, salzen.

### SERVIEREN

In **Anrichtering** (8–10 cm) auf gekühlten Tellern anrichten. Die **übrigen Tomatenwürfeli** um das Tatar verteilen, Anrichtering entfernen.

Teller mit **Schnittlauchöl** besprenkeln.

Mit gerösteten (*Toaster*) **Baguettescheiben** servieren.

## HAUPTGANG

### Entlebuacher Rahmgulasch vom Kalb

Rezept von: [Betty Bossy](#)

Vorbereiten: 40 Minuten | Schmoren: 75 Minuten

Fertigstellen: 10 Minuten

#### Rezept für 6 Personen

|     |    |  |
|-----|----|--|
| 1,2 | kg | Kalbsvoressen (z.B. Schulter)                |
| 1-2 | EL | Bratbutter                                   |
| 1-2 | EL | Mehl   |
| 1-2 | TL | Paprika edelsüss<br>Pfeffer, Salz            |
| 2   |    | Zwiebeln                                     |
| 2   |    | Knoblauchzehen                               |
| 1   |    | Zitrone (nur Abrieb)                         |
| 2   | dl | Weisswein                                    |
| 4   | dl | Fleischbouillon<br>Kalbsfonds (konzentriert) |
| 1 ½ | EL | Maizena                                      |
| 3   | dl | Vollrahm                                     |



**Bratbutter** im *Brattopf* heiss werden lassen. Fleisch portionenweise je ca. **2 Min. anbraten**, mit **wenig Mehl** bestäuben, herausnehmen, mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Hitze reduzieren, Bratfett auf tupfen, evtl. wenig Bratbutter oder Öl begeben.

**Zwiebel und Knoblauch** fein hacken, andämpfen, **Zitronenabrieb** dazu geben und kurz mitdämpfen.

**Wein** dazu giessen, auf die Hälfte einköcheln.

**Bouillon** dazu giessen, aufkochen, Hitze reduzieren, Fleisch wieder begeben, zugedeckt **bei kleiner Hitze ca. 1 ¼ Std. schmoren**.

#### VOR DEM SERVIEREN

**Maizena mit Rahm** anrühren, unter ständigem Rühren dazutropfen. Abschmecken und allenfalls mit einigen Tropfen konzentriertem Kalbsfonds nachwürzen. Noch **ca. 5 Min. leise köcheln**.

## Kartoffelstock

Vorbereiten: 40 Minuten

Fertigstellen: 20 Minuten

Rezept für 6 Personen

- 1,5 kg **Kartoffeln** (mehlige Sorte)  
**VARIANTE:**  
1/3 davon **Kürbis** (oranger Knirps, Hokkaido)
- 3-4 dl **Milch**  
60 g **Butter**  
*Salz*  
*Muskat*
- 2 Stengel **Peterli** oder Thymian



**Kartoffeln** (und Kürbis) schälen, würfeln.

In leicht gesalzenem Wasser **zugedeckt ca. 25 Minuten weich köcheln**. (Wird der Kartoffelstock mit dem Kartoffelstampfer zubereitet, müssen die Salzkartoffeln sehr weich gekocht werden.)

**Kartoffeln** (und Kürbis) absieben und **5 Minuten ausdampfen** lassen. Danach durch das *Passe-vite* treiben oder direkt in der Pfanne mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken.

### VOR DEM SERVIEREN

**Milch und Butter** heiss werden lassen.

Kartoffeln mit den *Schwingbesen* zu Püree verarbeiten. Dabei nach und nach die Buttermilch und die Butter darunter rühren, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Auf keinen Fall den Pürierstab einsetzen!!! sonst wird der Kartoffelstock schleimig!

Würzen und mit Peterli garnieren.

### HINWEIS

Kartoffelstock kann man rund eine Stunde warmhalten. Dazu gibt man ihn in einer Metall- oder Porzellanschüssel über ein heisses Wasserbad. Wichtig ist, dass die Schüssel tief in der Pfanne sitzt, das Wasser jedoch nicht berührt. Die Schüssel deckt man mit einer Klarsichtfolie und dann mit einem Deckel, der gut passt.

## Frische Bohnen aus der Region

Vorbereiten: 30 Minuten

Fertigstellen: 20 Minuten

### Rezept für 6 Personen

|        |                |
|--------|----------------|
| 1,2 kg | Bohnen         |
| 2      | Zwiebeln       |
| 2      | Knoblauchzehen |
| 3 EL   | Butter         |



Die **Bohnen** putzen.

Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen.

Die Bohnen ins kochende Wasser geben und **10 Minuten blanchieren**. Wasser abgiessen und in **eiskaltem Wasser** abschrecken. Bis zur Verwendung in den Kühlschrank stellen.

### VOR DEM SERVIEREN

**Zwiebeln und Knoblauch** fein hacken und in **Butter** andünsten. Die Bohnen dazugeben, würzen und **ca. 10 Minuten braten/dünsten**.

### DESSERT

### Tessiner Vermicelles

Rezept von: [swissmilk.ch](http://swissmilk.ch)

Zubereiten: 50 Minuten

Fertigstellen: 20 Minuten

#### Rezept für 6 Personen

|          |  |
|----------|--|
| 3,5 dl   | Milchdrink oder Hafermilch oder Wasser |
| 750 g    | Kastanien tiefgekühlte                 |
| 2,5 dl   | Wasser                                 |
| 4-5 EL   | Zucker                                 |
| ½        | Vanillestängel (ausgeschabtes Mark)    |
| min.3 EL | Kirsch                                 |
| 3        | Äpfel                                  |
| 3 EL     | Zucker                                 |
| 1 ½ dl   | Weisswein                              |
| 3 dl     | Vollrahm                               |
| 6 kleine | Merinques<br>Herzkirschen              |



#### HINWEIS

Das Marronipüree, mit Wasser und Zuckersirup zubereitet, wird leichter, fein im Geschmack und intensiver in der Farbe.

Milch (Wasser) aufkochen.

Tiefgekühlte Kastanien beifügen und 10-20 Minuten auf kleiner Stufe kochen.

Masse fein pürieren und auskühlen lassen.

Wasser, Zucker, Vanillemark ca. 15 Minuten einkochen, bis die Masse sirupartig ist. Heissen Sirup zum Kastanienpüree geben und gut mischen.

Kirsch nach Belieben darunter rühren. Die Masse soll weich und streichfähig sein.

Äpfel schälen und Apfelringe ausstechen.

Weisswein und Zucker zusammen in einer weiten Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren.

Apfelringe zugedeckt ca. 3 Min. knapp weich köcheln, sachte herausheben und in eine Schüssel geben. Flüssigkeit auf ca. 3 Esslöffel einköcheln, Apfelringe damit beträufeln.

#### SERVIEREN

Rahm steif schlagen.

Marronipüree in eine *Vermicelles-Press*e geben, auf Teller spritzen, Apfelringe mit dem Rahm darauf anrichten. Mit Merinques und Herzkirschen verzieren und sofort servieren.

