



## Mâitres Queux Bremgarten

Kochen vom 22. März 2024

*Randensalat mit Honig Dressing*

*Bärlauchsuppe*

*Aargauer Zwetschgenbraten*

*Caramelisierter Orangenchorée*

*Kartoffelstock*

*Orangensalat mit Feigen*

\*\*\*\*\*

## 1. Vorspeise: Randensalat mit Honig Dressing (Q: Migusto)



### Zutaten

500 g	gedämpfte Randen
1 EL	grobkörniger Senf
1½ TL	flüssiger Blütenhonig
4 EL	Apfelessig
5 EL	Rapsöl
¼ TL	Salz
	Pfeffer
50 g	Baumnusskerne
150 g	Sbrinz
30 g	Rucola

### Und so wirds gemacht:

1. Randen schälen und in **sehr** dünne Scheiben schneiden.
2. Senf mit Honig, Essig, Öl, Salz und 1 Prise Pfeffer zu einem sämigen Dressing rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Baumnusskerne grob hacken. In einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett goldbraun rösten. Herausheben. Randen anrichten. Mit Baumüssen bestreuen (allenfalls Baumnusshälften ganz lassen, 5 Baumnusshälften pro Teller).
4. Vier **sehr** dünne Scheiben Sbrinz pro Teller anrichten
5. Mit Rucola garnieren. Alles mit Dressing beträufeln.

## 2. Vorspeise: Bärlauchsuppe (Q: Caminada)

### Zutaten

#### Grundsuppe

- 2 Schalotten
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Lauch, weisser Teil
- 1 EL Butter
- 150 g Knollensellerie
- 1 Stangensellerie
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 Pastinake
- 1 mittelgrosse mehligkochende Kartoffel
- 150 ml Rahm
- Salz und Pfeffer Muskatnuss
- 1 Lorbeerblatt
- 400 ml Gemüsebouillon (ganzer Würfel)



#### Bärlauchpaste

- 100 g Bärlauch
- 1 dl Olivenöl
- Salz
- Blanchierter Bärlauch\*
- 100 g Bärlauch (einige Bärlauchblätter beiseitelegen)

\*Blanchieren braucht es wohl nicht, aber man kann es machen.

### Und so wirds gemacht

1. Schalotten, Frühlingszwiebel und Lauch grob schneiden und in der Pfanne mit Butter anschwitzen. Knollen- und Stangensellerie sowie die Pastinake schälen und in grobe Würfel schneiden. Der Pfanne begeben und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und dem Lorbeerblatt anrösten. Mit Rahm ablöschen und mit Bouillon auffüllen. 30 Minuten leicht köcheln lassen und danach fein mixen und passieren.
2. Bärlauch gut waschen und abtropfen lassen. Anschliessend mit Öl mixen und mit Salz würzen.
3. Bärlauch blanchieren und fein mixen.
4. Beim Anrichten die Bärlauchpaste mit dem Stabmixer unter die Grundsuppe mixen. In tiefen Tellern anrichten und vor dem Servieren den blanchierten Bärlauch sowie etwas Olivenöl und gehackte Bärlauchblätter unterrühren, damit die Suppe eine intensive grüne Farbe erhält.

**Hauptgang: Aargauer Zwetschgenbraten (Q: Betty Bossi)****Zutaten**

für 4 Personen

Braten:

150 g	entsteinte Dörrpflaumen
2.0 dl	roter Portwein
1.0 kg	Schweinhals
1 EL	flüssiger Honig
1 TL	Edelsüss-Paprika
1 TL	Salz
4 EL	Rapsöl
wenig	Pfeffer

Portweinsauce:

3 dl	Fleischbouillon
1 EL	Butter, weich
1 EL	Mehl
1 EL	Thymianblättchen
	Bratenjus
	Salz und Pfeffer nach Bedarf

**Und so wirds gemacht:**

1. Pflaumen im Portwein ca. 30 Min. einweichen.
2. Fleisch vorbereiten. Fleisch in der Mitte mit einem schmalen Messer durchstossen, einige Male hin- und herfahren, bis der Schnitt ca. 4 cm breit ist.
3. Pflaumen abtropfen, dabei die Flüssigkeit auffangen, beiseitestellen. Pflaumen mit einem Kellen Stiel in die Fleischöffnung stossen. Allenfalls binden.
4. Fleisch mit Honig bestreichen, würzen, auf ein Backblech legen. Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken.
5. Braten: ca. 10 Min. in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens (Oben- und Unterhitze). Fleisch mit Rapsöl übergiessen. Hitze auf 170 Grad reduzieren, ca. 80 min. weiterbraten, bis die Kerntemperatur ca. 65 Grad beträgt. Braten vor dem Tranchieren zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen.
6. Portweinsauce: Beiseite gestellte Portweinflüssigkeit mit der Bouillon aufkochen, Hitze reduzieren, ca. 5 Min. kochen. Butter und Mehl mit einer Gabel mischen, begeben. Den Bratenjus begeben. Sauce unter Rühren ca. 5 Min. köcheln, Thymian begeben, würzen. Allenfalls am Schluss noch ca. 1 Esslöffel Portwein begeben.
7. Braten tranchieren, mit der Sauce anrichten.

## Gemüsebeilage: Karamellierter Orangen Chicorée (Q: Wildeisen)



### Zutaten

4	weisse Chicorée
1	Esslöffel Zucker gehäuft
40 g	Butter
1 dl	Orangensaft frisch gepresst (2 Orangen)
0.5 dl	Noilly Prat (ersatzweise halb Weisswein/halb trockener Sherry)
5	Thymianzweige
	Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	Orangenschalenzesten zum Dekorieren

### Und so wirds gemacht:

1. Vom Chicorée unschöne äussere Blätter ablösen
2. Die Chicorée Kolben der Länge nach halbieren und den Strunk keilförmig ausschneiden; dabei darauf achten, dass die Blätter zusammenhalten. (Wer das leichte Bitteraroma von Chicorée nicht mag, legt die Chicorée Hälften jetzt etwa 5 Minuten in warmes Wasser. Anschliessend mit Küchenpapier trockentupfen).
3. In einer unbeschichteten Bratpfanne (z.B.: Chromstahl) den Zucker bei mittlerer Hitze langsam zu sattbraunem Caramel schmelzen lassen. Die Butter beifügen und aufschäumen lassen. Dann die Chicorée Hälften mit der Schnittfläche nach unten hineinlegen und kurz anbraten. Wenden, den Orangensaft sowie den Noilly Prat oder die Weisswein- Sherry-Mischung dazu giessen und die Thymianzweige beifügen.
4. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und auf grossem Feuer fast vollständig einkochen lassen; dabei den Chicorée immer wieder mit Flüssigkeit übergiessen. Am Schluss nachwürzen. Mit wenigen Orangenschalenzesten garnieren.

## Stärkebeilage: Kartoffelstock (Q: Swissmilk)



### Zutaten

- 1 kg mehligkochende Kartoffeln geschält in Stücken
- 2 dl Milch
- 30 g Butter
- 1 TL Salz
- Muskatnuss, Thymian
- Salz

### Und so wirds gemacht:

1. Kartoffeln in Salzwasser ca. 20-25 Minuten weichkochen. Abgiessen und vollständig abtropfen lassen.
2. Milch, Butter und Salz in die noch heisse Pfanne geben, bei kleiner Temperatur warmhalten.
3. Kartoffeln durch eine Presse oder das Passe-vite treiben oder mit einem Stampfer fein zerdrücken.
4. Kräftig mit der Milch-Buttermischung verrühren, abschmecken.
5. Bei Bedarf noch etwas Milch begeben.

Dessert: Orangensalat mit Feigen (Q: Südostschweiz)



### Zutaten

- 5 Orangen
- 1 Orange, Saft
- ½ Zitrone, Saft
- 12 Feigen
- 1dl Grand Marnier (oder Cointreau)
- 1 EL grober Rohrzucker
- 1 dl kochendes Wasser
- 50 g Mandeln, gehobelt
- 2 dl Schlagrahm

### Und so wirds gemacht:

1. Die Orangen 5 Minuten im heissen Wasser sauber weich machen, schälen und in dünne Scheiben schneiden.
2. Die 12 Feigen in dünne Streifen schneiden, dann abwechselnd mit den Orangenscheiben lagenweise in eine Glasschüssel schichten.
3. Den Saft der Orange und den Saft der halben Zitrone mit dem 1 dl Grand Marnier und dem Zucker mischen, das Ganze über den Salat giessen.
4. 1 dl kochendes Wasser begeben und anschliessend im Kühlschrank zugedeckt eine Stunde ziehen lassen.
5. Die Mandeln leicht rösten, über den Salat streuen
6. Nach Belieben kann halbsteif geschlagener Rahm dazu serviert werden.

## Zeitplan

Zeit	Randensalat	Suppe	Braten	Kartoffelstock	Chicorée	Orangensalat
0-20 min.						
20-40 min.						
40-60 min.						
Ab ca. 60 bis 90 min.	Randensalat und Suppe servieren. Anschliessend Portweinsauce, Kartoffelstock und Chicorée fertigstellen.					
90 bis 120 min.			Portwein sauce			
Ab ca. 120 min	Hauptgang servieren, anschliessend Dessert servieren					

23032024 / FS