



Ratatouille



Datum 29.11.2022

Kochverantwortlicher:
Erwin Baumeyer

Menü

Currysuppe

Zanderfilet-Gratin

**Scaloppine al Limone
mit Risotto-Zucchini-Prosecco**

Quarkcrème mit Dörraprikosen

Currysuppe

für 4 Personen

Zutaten:

- 1 EL Olivenöl
- 2 Schalotten grob gehackt
- 250 g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Apfel in Würfeli
- 2 TL Ingwer fein gerieben
- 2 EL scharfe Curry
- 6 dl Gemüsebouillon
- 2,5 dl Kokosmilch
- Salz nach Bedarf
- 4 Zweiglein Koriander, Blättchen abgezupft



Zubereitung:

- Öl in einer Pfanne erwärmen
- Schalotten, Kartoffeln, Äpfel, Ingwer und Curry ca. 3 Minuten andämpfen
- Bouillon und 2 dl Kokosmilch dazugiessen
- Zugedeckt ca. 15 Min. weich köcheln
- Suppe pürieren und salzen
- Suppe anrichten, mit der restlichen Kokosmilch und den Korianderblättchen garnieren

Zanderfilet-Gratin

für 4 Personen

Zutaten:

- 600 g Zanderfilet
- 200 g Champignons
- 1 kl Zwiebel
- 1 EL Öl
- 1 Bund Petersilie
- 100 ml Gemüsebouillon
- 150 g Doppelrahmkäse mit Kräutern
- 1 Prise Muskatnuss
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 0,5 Zitrone Saft davon



Zubereitung:

- Den Backofen auf 180 Grad vorheizen
- Eine feuerfeste Form ausbuttern
- Die Champignons rüsten und in Scheiben schneiden
- Die Zwiebel schälen und fein hacken
- In einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen. Die Zwiebel darin glasig dünsten. Die Hitze auf höchste Stufe stellen. Die Champignons beifügen und 2 – 3 Min braten. Ziehen sie Saft, diesen vollständig einkochen lassen. Die Pilze dann beiseitestellen
- Die Petersilie fein hacken. In einer Schüssel mit der Bouillon und dem Frischkäse zu einer glatten Sauce verrühren. Dann die Champignons untermischen und die Sauce mit Salz, Pfeffer sowie Muskat abschmecken
- Die Zanderfilets je nach Grösse in breite Stücke schneiden. Mit dem Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fisch dann in die vorbereitete Form geben. Die Champignonsauce drüber verteilen
- Die Zanderfilets im 180 Grad heissen Ofen auf der mittleren Rille 25 – 30 Minuten überbacken

Scaloppine al Limone

für 4 Personen

Zutaten:

600 g Kalbsplätzli (z.B. Huft)

0,75 TL Salz

2 Bio-Zitronen, wenig abgeriebene Schale.
Ganzer Saft davon (ca. 1 dl)

1,5 dl Gemüsebouillon

1 EL Butter, weich

1 EL Weissmehl

Olivenöl zum Braten

Wenig Pfeffer



Zubereitung:

- Fleisch, Plätzli etwas flachklopfen.
- Öl in einer Bratpfanne erhitzen
- Plätzli portionenweise je 1 - 2 Minuten braten. Würzen und warm stellen.
- Sauce: Zitronenschale mit dem Zitronensaft und Bouillon zusammen in Pfanne geben.
- Das alles aufkochen, Hitze reduzieren
- Butter und Mehl mischen und unter Rühren begeben
- Zirka 5 Minuten köcheln
- Plätzli mit dem entstandenen Fleischsaft begeben, würzen und nur noch heiss werden lassen

Risotto mit Prosecco und Zucchini

für 4 Personen

Zutaten:

200 g Risottoreis
1 EL Öl oder Fett
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 kleine Zucchini
5 dl Bouillon
1 dl Prosecco

Zubereitung:

- Wie gehabt und schon oft gekocht

Quarkcrème mit Dörraprikosen

für 4 Personen

Zutaten:

200 g getrocknete Aprikosen

2d Wasser

50 g Puderzucker

500 g Magerquark

Mandelblättchen



Zubereitung:

- Die getrockneten Aprikosen in feine Würfel schneiden, mit kochendem Wasser übergießen und etwas abkühlen lassen
- Die Aprikosen aus dem Wasser nehmen, 2/3 der Früchte mit dem Puderzucker verrühren und pürieren
- Diese Masse mit Magerquark vermischen
 - Die Crème mit den restlichen Aprikosen-Würfeln sowie mit den Mandelblättchen garnieren