

**Männerkochgruppe Indermühle  
Kochen vom 12. März 2013**

**„Bistro – Küche“**

- **Lauchsuppe mit Ziegenfrischkäse und Kartoffelwürfelchen**
- **Nüsslissalat mit Geflügelleber**
- **Ochsenschwanzragout mit Safranrisotto**
- **„Tarte au citron“**



**Lauchsuppe  
mit Ziegenfrischkäse und Kartoffelwürfelchen**

**Für 4 Personen:**

250 g Lauch, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe  
1 Esslöffel Butter, 7 dl Gemüsebouillon  
1 grosse Kartoffel, 1 Esslöffel Bratbutter  
2 Zweige Thymian, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
1 dl Rahm, 2 Esslöffel scharfer Senf  
1 Prise Muskatnuss, frisch gemahlen  
50 g Ziegenfrischkäse

1. Den Lauch rüsten und in dünne Ringe schneiden, Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.
2. In einer grossen Pfanne die Butter erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Lauch darin andünsten. Dann die Bouillon dazugiessen und alles zugedeckt 15 Minuten kochen lassen.
3. Die Kartoffel schälen und in kleine Würfel schneiden. In ein Sieb geben und kurz unter kaltem Wasser spülen. Anschliessend die Kartoffelwürfelchen mit Küchenpapier gut trockentupfen.
4. In einer beschichteten Bratpfanne die Butter erhitzen. Die Kartoffelwürfelchen darin bei mittlerer Hitze langsam goldbraun braten. Zuletzt den Thymian dazuzupfen und die Kartoffeln mit Salz sowie Pfeffer würzen. Auf einen mit Küchenpapier belegten Teller geben.
5. Die Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren. Den Rahm mit dem Senf verrühren und zur Suppe geben. Aufkochen und wenn nötig mit etwas Bouillon verdünnen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
6. Den Ziegenfrischkäse in Würfelchen schneiden
7. Die Lauchsuppe in tiefen Tellern oder Tassen anrichten, Kartoffeln und Frischkäse dazugeben und Suppe sofort servieren.

**Nüsslissalat  
mit Geflügelleber**

**Für 4 Personen:**

200 g Nüsslissalat  
100 g Frühstücksspeck  
2 Esslöffel Bratbutter  
200 g Weissbrot  
2 Esslöffel Schalottenessig oder Weissweinessig  
½ Teelöffel Weissweinsenf (Dijon)

Salz, Pfeffer aus der Mühle  
5 Esslöffel Walnuss- oder Erdnussöl  
250 g Geflügelleber  
1 Esslöffel gehackte Petersilie

1. Den Salat putzen, waschen und gut trocken schwingen
2. Den Speck in feine Streifen schneiden. In einer Bratpfanne mit 1/2 EL Bratbutter kurz anziehen lassen. Den Speck herausnehmen, 1/2 EL Bratbutter zufügen. Das Brot ohne Kruste in kleine Würfel schneiden und in der Butter hellbraun rösten.
3. Für die Sauce den Essig mit dem Senf, etwas Salz und Pfefferverrühren. Das Öl untermischen.
4. Die Geflügelleber putzen, in feine Scheiben schneiden und in der restlichen Bratbutter bis 2 Minuten stark anbraten. Sobald die Scheiben nicht mehr rot sind, von der Herdplatte wegziehen, mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Den Salat mit Sauce und den Brotwürfelchen mischen. Auf Tellern anrichten und die warmen Leberscheiben darüber verteilen. Mit Petersilie bestreuen.

## **Ochsenschwanzragout mit Safranrisotto**

### **Für 4 Personen:**

600 g Ochsenschwanzragout  
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
1 Esslöffel Mehl  
3-4 Esslöffel Bratbutter  
3 mittlere Rüebli  
1/2 mittlerer Knollensellerie  
1 kleiner Gemüselauch  
2 mittlere Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
1 Peperoncino  
1 gehäufter Esslöffel Tomatenpüree  
1/2 Esslöffel Zucker  
je 5 dl kräftiger Rotwein und Wasser  
1 frisches Lorbeerblatt  
3 Gewürznelken  
2 Zweige Rosmarin  
je 1/2 Bund Thymian, Oregano und Majoran  
2 dünn abgelöste Streifen Zitronenschale  
je 1/2 Teelöffel schwarze Pfefferkörner und Szechuanpfeffer  
1 Bund Schnittlauch

1. Die Fleischstücke mit Küchenpapier trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Mehl in ein feines Siebchen geben und die Ragoutstücke damit leicht bestäuben.
2. In einer grossen Bratpfanne etwa die Hälfte der Bratbutter kräftig erhitzen. Die Ochsenschwanzstücke in 2 Portionen goldbraun anbraten. In einen Bräter geben.
3. Während des Anbratens Rüebli und Sellerie waschen und ungeschält in grobe Stücke schneiden. Den Peperoncino längs halbieren, entkernen und in Streifen schneiden.
4. Im restlichen Bratfett alle Gemüse, Zwiebeln und Knoblauch ebenfalls kräftig anbraten; sie sollen dabei Farbe annehmen. Dann den Peperoncino, das Tomatenpüree und den Zucker beifügen und alles nur noch kurz mitrösten. Rotwein und Wasser dazu giessen und aufkochen. Alles zum Ochsenschwanz in den Bräter geben.
5. Das Ragout aufkochen. Dann mit Ausnahme des Schnittlauchs alle Gewürze dazugeben. Den Ochsenschwanz zugedeckt auf anfänglich mittlerem, dann auf

kleinem Feuer etwa 1 1/2 Stunden leise kochen lassen. Am Ende der Garzeit soll das Fleisch weich sein.

6. Die Ochsenschwanzstücke aus der Sauce heben. Die Sauce mit den restlichen Zutaten durch ein Sieb in eine Pfanne giessen und um einen Drittel kräftig einkochen lassen; die Sauce soll leicht binden. Wenn nötig mit Salz und Pfeffer sowie je nach Säure des Weins eventuell mit 1 Prise Zucker abschmecken.
7. Kurz vor dem Servieren die Ragoutstücke in die Sauce geben und zugedeckt nochmals gut erhitzen. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden und am Schluss über das Gericht streuen.

## „Tarte au citron“

### Zutaten für eine Form von 28 oder 30 cm Durchmesser

Für den Teig:

1/2 unbehandelte Zitrone  
200 g Mehl  
50 g Zucker, Salz  
100 g kalte Butter  
1 Eigelb

Für die Füllung:

2 grosse unbehandelte Zitronen  
1 Vanilleschote  
4 Eier  
200 g Puderzucker  
125 g Sahne

Für den Belag:

1 unbehandelte Zitrone  
4 Esslöffel Zucker  
je 2 Esslöffel Puderzucker + Pinienkerne

1. Für den Teig die Zitronenschale fein abreiben. Das Mehl mit dem Zucker, der Zitronenschale und 1 Prise Salz mischen. Die Butter in kleinen Stücken mit dem Eigelb unterkneten. Falls nötig, noch etwas Wasser mit einarbeiten. Den Teig zur Kugel formen und zwischen zwei Lagen Klarsichtfolie rund und dünn ausrollen. Die Form mit dem Teig auskleiden, dabei einen Rand hochziehen. Den Teig in der Form ca. 30 Minuten ins Tiefkühlfach legen.
2. Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. Für die Füllung die Zitronenschale abreiben, Saft auspressen. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen. Den Teig im heissen Ofen (Mitte) ca. 10 Minuten vorbacken. Eier mit dem Puderzucker gut schaumig schlagen. Die Sahne steif schlagen und mit dem Zitronensaft, der Zitronenschale und dem Vanillemark unterheben. Zitronencreme auf den Teig giessen. Die Temperatur auf 150° (Umluft 130°) zurückschalten. Die Tarte im Ofen (Mitte) ca. 50 Minuten backen, bis die Creme fest ist.
3. Inzwischen für den Belag die Zitrone heiss waschen, in sehr feine Scheiben schneiden. Den Zucker mit 4 Esslöffeln Wasser erhitzen. Zitronenscheiben darin bei schwacher Hitze 5 Minuten kochen lassen. Im Sud erkalten lassen.
4. Die Tarte aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Vor dem Servieren die Zitronenscheiben abtropfen lassen und auf die Tarte verteilen. Den Grill des Backofens anheizen. Die Tarte mit dem Puderzucker bestreuen. Die Tarte unter den heissen Grillschlangen (ca. 10 cm Abstand) 3 – 5 Minuten grillen, bis der Zucker karamellisiert. Vorsicht, der Zucker verbrennt leicht. Die Tarte bald servieren.

# Safranrisotto

## Für 4 Personen:

1 kleine Zwiebel  
1 Liter Fleischbrühe mit Wasser verdünnt  
50 g Butter  
400 g italienischer Rundkornreis  
1 dl trockener kräftiger Weisswein  
1 Tütchen Safran  
50 g frisch geriebener Parmesan  
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1. Zwiebel schälen und ganz fein schneiden. Brühe warm machen. Die Hälfte von der Butter beiseite legen, den Rest in einen Topf löffeln. Und der soll nicht zu klein sein, weil man in ihm gut rühren können muss.
2. Auf den Herd damit und Butter schmelzen lassen. Zwiebel dazu und kurz durchrühren. Reis auch dazurühren (auf keinen Fall vorher waschen!). Jetzt den Wein angiesen und die Hitze noch hoch lassen. Wenn der Wein verdampft ist, die Hitze auf mittlere Stufe runterschalten.
3. Und jetzt eine Kelle voll heißer Brühe dazuschöpfen und alles so lange garen lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Die nächste Schöpfkelle rein und immer schön rühren. Weil nur dadurch der Risotto so schön sämig wird wie bei der Mamma aus Milano.
4. Mit der letzten Schöpfkelle kommt auch der Safran dazu. Und damit der den Risotto richtig schön gleichmäßig goldgelb werden lässt, rührt man ihn in der Brühe an. Wenn man Fäden hat – die übrigens noch besser würzen als das Pulver, zerreibt man die vorher noch mit den Fingern.
5. Also die letzte Kelle mit dem Safran unterrühren. Und noch so lange weiterrühren, bis man wirklich nicht mehr widerstehen kann. Und der Risotto saftig und sämig ist und die Reiskörner al dente sind: gegart, aber mit kleinem Biss in der Mitte. Dauert mindestens 20 Minuten.
6. Die übrige Butter mit dem Parmesan unter den Reis rühren, ein Löffelchen probieren. Vielleicht braucht's ja noch ein bisschen Salz und Pfeffer.