

Randensuppe mit Meerrettichschaum

Zutaten für 4 Personen:

50 g mehligkochende Kartoffel
250 g gedämpfte Randen
1 EL Olivenöl
ca. 1 cm Meerrettich
5 dl Bouillon
3 dl Vollrahm
1 Msp. Ingwerpulver
Salz, Pfeffer
10 g Sprossen, z.B. Randen- oder Zwiebelsprossen



Zubereitung:

1. Kartoffel vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Kartoffel im Öl dünsten, Randen dazugeben. Knapp die Hälfte des Meerrettichs fein dazureiben. Kurz mitdünsten. Mit Bouillon ablöschen und zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln lassen. Die Hälfte des Rahms zugeben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Ingwer, Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Restlichen Rahm steif schlagen und restlichen Meerrettich fein dazureiben. Leicht salzen. Mit Meerrettich und wenig Salz abschmecken. Suppe anrichten und mit Meerrettichschaum und den Sprossen sofort servieren.

Kichererbsen-Kugeln mit Sauerrahm

Zutaten für 4 Personen:

Kichererbsen-Kugeln:

200 g Kichererbsen, über Nacht eingeweicht, abgetropft

2 EL Mehl

1 Schalotte, fein gehackt

1 Knoblauchzehe, gepresst

1/3 TL Backpulver

1/2 TL Salz, Pfeffer

Muskatnuss

Bratbutter oder Bratcrème, Salz, nach Belieben



Sauerrahm-Dip:

180 g Sauerrahm, Salz oder Kräutersalz, Pfeffer

Salat:

2 EL Essig, Salz, Pfeffer

3 EL Rapsöl

200 g Nüsslersalat

Zubereitung:

1. Kugeln:

Kichererbsen mit Raffel fein reiben oder im Cutter pürieren. Mit restlichen Zutaten mischen. Von Hand baumnussgrosse Kugeln formen, gut zusammenpressen. In reichlich Bratbutter rundum goldgelb anbraten, zugedeckt bei kleiner Hitze 10-15 Minuten weiterbraten. Hitze nochmals erhöhen, Kugeln ohne Deckel rundum 5 Minuten knusprig braten. Nach Belieben salzen.

2. Dip: Alle Zutaten verrühren.

3. Salat: Essig, Salz, Pfeffer und Öl verrühren.

4. Salat auf Tellern anrichten, mit der Sauce beträufeln. Kichererbsen-Kugeln und Sauerrahm-Dip dazu servieren.

Kichererbsen-Kugeln können statt gebraten frittiert werden.

Hackbrate u Bärnerröschi

Zutaten für 4 Personen:

600 g Hackfleisch

1 EL Butter

1 grosse Zwiebel, fein gehackt

2 Knoblauchzehen

2 Scheiben Weissbrot, ohne Rinde, kurz eingeweicht, gut ausgedrückt

½ EL Majoranblättchen, fein gehackt

2 EL glattblättrige Petersilie, fein gehackt

1 frisches Ei

1 ¼ TL Salz

¼ TL Pfeffer aus der Mühle

3 EL Paniermehl

Öl zum Anbraten

1 L Bratenjus



Zubereitung:

1. Brotscheiben zerkleinern und in heissem Wasser einweichen.
2. Zwiebeln, Knoblauchzehen und Petersilie fein schneiden. Fleisch und Ei beifügen. Würzen.
3. Eingeweichtes Brot fein zerdrücken und zugeben.
4. Masse gut kneten, zu einem Braten formen.
5. Bratbutter oder Bratcrème im Bratgeschirr erhitzen. Hackbraten auf mittlerer Stufe rundum anbraten. Braten erst wenden, wenn sich eine Kruste gebildet hat.
6. Mit Bouillon ablöschen. Auf kleiner Stufe zugedeckt 50-60 Minuten schmoren.
7. Braten tranchieren und mit Jus anrichten

Bärnerröschi

Zutaten für 4 Personen:

800 g Gschwellti vom Vortag

50 g Speckwürfeli

1 Zwiebel

Zubereitung:

1. Gschwellti rüsten und raffeln
2. Zwiebeln rüsten und in dünne Scheiben schneiden
3. Zwiebeln und Speckwürfeli im Oel anziehen
4. Kartoffeln begeben und goldbraun braten

Glasierte Rüebli

Zutaten für 4 Personen:

1 Esslöffel **Butter oder Margarine**

1 Bund junge **Rüebli** (ca. 400g)

1 dl **Gemüsebouillon**

1 Esslöffel **Butter oder Margarine**

2 Esslöffel **Zucker**

nach Bedarf **Salz und Pfeffer**

in einer Pfanne warm werden lassen

Kraut bis auf ca. 1 cm entfernen, Rüebli andämpfen

dazugiessen, zugedeckt ca. 15 Min. weich köcheln, Deckel entfernen, Flüssigkeit vollständig einköcheln

begeben, Rüebli sorgfältig hin- und herbewegen bis sie glänzen

würzen

Rosenkohl

Zutaten für 4 Personen:

800 g Rosenkohl	am Strunk kreuzweise einschneiden
2 Esslöffel Butter oder Margarine	in einer Pfanne warm werden lassen
1 grosse Zwiebel , fein gehackt	andämpfen, Rosenkohl mitdämpfen
1 Teelöffel Salz	würzen
1 Prise Zucker	dazugießen, zugedeckt ca. 20 Min. weich köcheln
2 dl Wasser	

Gebratene Birnen mit Vermicelles

Zutaten für 4 Personen:

4 Birnen, z.B. Gute Luise, nach Belieben geschält, in Scheiben geschnitten

1 TL Zitronensaft

2-3 EL Zucker

Bratbutter zum Braten

ca. 300 g Vermicelles, aufgetaut

1-2 EL Williams, nach Belieben

3-4 EL Rahm

wenig Zimt

Garnitur:

1-2 dl Rahm, steif geschlagen

wenig Zimtstange und Hagelzucker



Zubereitung:

1. Birnen mit Zitronensaft bestreichen, mit Zucker in der Bratbutter anbraten.
2. Vermicelles mit Williams, Rahm und Zimt glattrühren, in die Vermicellespresse oder in den Spritzsack geben.
3. Birnen auf einen Teller legen, mit Zucker garnieren. Vermicelles und Rahm dazu servieren, garnieren.