



Einfach gut kochen im
Januar

Menü

Blätterteigschnecken mit Ricotta,
Feigen & Bündnerfleisch

Scharfe Birnen-Cremesuppe mit Ingwer

Gefüllter Schweinsbraten mit Oliven und
gedörrten Tomaten

Apfelküchlein mit Vanillesauce



Blätterteigschnecken mit Ricotta, Feigen & Bündnerfleisch

Zutaten: (für 6 Personen)

1	frischer Blätterteig
2 EL	Ricotta
1	frische Feige, fein gehackt
50 g	Bündnerfleisch, gezupft
2	Eigelbe
	Salz

Zubereitung:

Ausgewallter Teig gleichmässig mit Ricotta bestreichen.
Feigen und Bündnerfleisch gleichmässig verteilen, salzen.
Blätterteig zurollen und mit 1 Eigelb bestreichen.
Rolle in 1cm dicke Stücke schneiden.
Auf Backblechpapier für cirka 22 - 24 Minuten bei 220° Celsius im Umluft Ofen garen.
Nach cirka 15 Minuten das zweite Eigelb mit dem Pinsel direkt auf die garenden Blätterteig-Schnecken verteilen.





Scharfe Birnen-Cremesuppe mit Ingwer

Zutaten: (für 4 Personen)

400 g reife Birnen, z.B. Williams
150 g mehliges Kartoffeln
1 L Gemüsebrühe
1 Stück Ingwer (cirka 1 cm)
1 EL Curry Madras scharf
Meersalz
Pfeffer aus der Mühle
1 Handvoll Kresse oder Zwiebelsprossen

Zubereitung:

Die Birne schälen, vierteln und entkernen, zerkleinern. Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden.

Die Gemüsebrühe zusammen mit den Kartoffelwürfelchen aufkochen, köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Die Birnenstücke die letzten 5 Minuten mitkochen. Die Suppe pürieren.

Den Ingwer schälen und auf der „Bircher“-Rohkostreibe fein reiben, mit dem Curry zur Suppe geben. Die Suppe nochmals aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren mit Kresse oder Zwiebelsprossen garnieren.



Mit sonnengedörrten Tomaten und Oliven gefüllter Schweinsbraten

Zutaten: (für 6 Personen)

1.2 kg	Schweinschals am Stück
½ L	Bouillon, heiss
½ L	Rotwein
4 EL	Olivenöl
12	gedörrte Tomaten
100 g	kleine grüne Oliven
	wenig Maisstärke

Füllung

150 g	sonnengedörrte Tomaten, fein gehackt
½ TL	Meersalz
1 Bund	Basilikum, fein gehackt
1 Bund	Oregano, fein gehackt
50 g	grüne Oliven, entsteint
5	Knoblauchzehen, gepresst

Zubereitung:

Den Backofen auf 200° Grad Celsius vorheizen.

Alle Zutaten der Füllung vermengen.

Das Fleisch mit einem Spitzmesser etwa zwölf Mal 2 cm tief einschneiden, die Einschnitte mit dem Finger etwas auseinander drücken und mit der Tomatenmischung füllen.

Das Fleisch in einen Bräter legen, die heisse Bouillon und den Rotwein dazu giessen und das Fleisch in die Mitte des Ofens bei 200° Celsius rund 1 Stunde braten.

Die getrockneten Tomaten dazugeben, die Temperatur auf 80° Celsius zurückstellen und das Fleisch 1 weitere Stunde gar ziehen lassen.

Das Fleisch kann bis zu 1 Stunde warm gehalten werden.

Den Bratenjus in einen kleinen Topf giessen, das Fett abschöpfen, je nach Salzgehalt mit Wasser verdünnen oder einkochen und nach Belieben mit Maisstärke leicht binden.

Zum Servieren das Fleisch in Tranchen schneiden und mit Tomaten Oliven und Jus anrichten.



Kartoffelstock

Zutaten: (für 4 - 6 Personen)

1 kg	mehlig kochende Kartoffeln
2 dl	Milch
30 g	Butter
	Salz
	Muskatnuss
	Safran
1 EL	Milch

Zubereitung:

Kartoffeln in Salzwasser weich kochen, Wasser vollständig abgiessen. Kartoffeln noch heiss durch das Passe-vite in die heisse Pfanne treiben. Milch, Butter, Salz und Muskat zusammen erhitzen. Unter die Kartoffelmasse mischen.

Der Stock kann auch mit einem Kartoffelstampfer oder mit dem Handrührgerät gemacht werden. Wichtig ist dabei, dass die Kartoffeln ganz weich gekocht sind.

1 Brieflein Safran in 1 EL Milch aufgelöst. Safran färbt auch mehr Stock noch schön gelb, er muss also nicht vervielfacht werden, sonst wird der Geschmack zu intensiv.





Apfel Küchlein mit Vanillesauce

Zutaten: (für 4 Personen)

Haushaltpapier

Teig

150 g Mehl
¼ TL Salz
1.5 dl Apfelsaft oder Wasser
2 Eigelb
2 Eiweiss

Apfelküchlein

1 Zitrone, Saft
1 EL Zucker
4 - 5 Äpfel geschält, entkernt, in 1 cm dicke Ringe geschnitten
7 - 10 dl Frittier Öl

Zucker und Zimt vermischt zum Wenden

Vanillesauce

4 dl Milch
1 EL Maisstärke
1 Vanillestängel, längs aufgeschnitten, ausgeschabtes Mark
2 - 3 EL Zucker
1 Ei

Zubereitung:

Teig: Alle Zutaten bis und mit Eigelb zu einem glatten Teig verrühren. Zugedeckt bei Raumtemperatur mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Eiweiss kurz vor dem Backen steif schlagen. Eisschnee sorgfältig unter den Teig heben.

Küchlein: Zitronensaft und Zucker verrühren. Apfelscheiben sofort nach dem Schneiden damit beträufeln. Öl im Bratpfopf oder WOK auf 170° Celsius erhitzen.



Apfelscheiben portionenweise mit Haushaltspapier trocken tupfen, durch den Ausbackteig ziehen, abtropfen lassen.

Portionenweise auf beiden Seiten insgesamt 4 - 5 Minuten im heissen Öl frittieren. Auf Haushaltspapier abtropfen lassen.

Sauce: Alle Zutaten in der Pfanne mit dem Schwingbesen verrühren. Unter ständigem Rühren bis zum Kochen bringen. Sofort in eine Schüssel absieben. Leicht auskühlen lassen. Noch warme Apfelküchlein im Zimtucker wenden, mit der lauwarmen Vanillesauce servieren.

