



Maitres Queux Bremgarten

Kochen vom 21. Juni 2024

„Querbeet“

Soledurner Wysüpli

**Pouletschenkel-Cordon-bleu
an Panko-Panade**

Kohlrabi-Frittata mit Hüttenkäse

Rote Grütze

R. Scheiwiller, J. Wegelin, Th. Müller, H.C. Affolter, S. Flückiger, H.U. Blaser

Für 4 Portionen

Soledurner Wysüpli

Zutaten:

5 dl	Gemüsebouillon
5 dl	Weisswein Chasselas
2 EL	Mehl
30 g	Butter
1 Stk	kleine Zwiebel
1 Stk	mittelgrosses Rüebli
½ Stk	kleiner Knollensellerie
½ Stk	Lauchstengel
1 Stk	Lorbeerblatt
1 Zweig	Thymian
1 dl	Rahm
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebel fein schneiden, Rüebli und Sellerie in Brunoise schneiden, Lauch in feine Scheiben schneiden, Butter in einer Chromstahlpfanne schmelzen, Zwiebel anschwitzen, restliches Gemüse gut andämpfen, mit Mehl bestäuben Weisswein und Gemüsebouillon dazugießen, Lorbeerblatt und Thymianzweig dazugeben und 20 min leicht köcheln lassen, Lorbeer und Thymian entfernen Rahm zugeben und mit Salz und viel Pfeffer abschmecken

Pouletschenkel-Cordon-bleu

Zutaten:

4 Stk	Pouletfleisch vom Oberschenkel
8 Stk	dünn geschnittene Scheiben Schinken
8 Stk	dünn geschnittene Scheiben Greyerzer
4 EL	Mehl
1 Stk	Ei
2 EL	Milch
75 g	Panko-Paniermehl
1-2 dl	Oel zum Braten geeignet, z.B. Raps oder Sonnenblumen
	Salz, schwarzer Pfeffer
	Zahnstocher

Zubereitung:

Pouletfleisch flachklopfen, Innenseite mit viel Pfeffer würzen Schinkenscheibe und Greyerzerscheibe auf die eine Hälfte legen Mit der anderen Hälfte zudecken und mit Zahnstocher fixieren Ei mit Milch verklopfen, Mehl und Panko auf je einen Teller geben Poulet-Cordon-bleu zuerst im Mehl, dann im Ei und schliesslich im Panko wenden Panko gut andrücken und im heissen Oel halbschwimmend auf jeder Seite ca. 5 min. goldgelb anbraten, dabei immer wieder mit heissem Oel übergiessen, dann in eine feuerfeste Form legen und während ca. 10 Min. im 180 °C heissen Ofen fertig garen damit sie auch innen gut durchgebraten sind

Kohlrabi-Frittata mit Hüttenkäse

Zutaten Gemüse:

400 g	Kohlrabi gerüstet
1 EL	Butter
1 dl	Gemüsebouillon
1 Stk	Frühlingszwiebeln
1 Bund	Radiesli
1 Stk	Peperoni rot

Zutaten Guss:

6 Stk	Eier
2 ½ dl	Halbrahm
100 g	Sprinz am Stück mit Sparschäler in feine Streifen geschnitten
1 Stk	Knoblauchzehe gepresst
200 g	Hüttenkäse nature
	Salz, schwarzer Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung:

Kohlrabi in feine Stängeli schneiden, Frühlingszwiebel längs halbieren, in ca. 5 cm lange feine Streifen schneiden, Radiesli waschen, rüsten und in Würfeli schneiden, Peperoni mit Sparschäler schälen und in Würfeli schneiden

Kohlrabi und Peperoni in Butter andämpfen, mit Bouillon ablöschen und ca. 8 min köcheln, Radiesliwürfeli dazugeben und noch 2 min weiterköcheln, dann abschütten
Gemüse und Frühlingszwiebelstreifen in eine Gratinform oder Auflaufform verteilen
Ofen auf 180 °C vorheizen

Eier, Halbrahm, gepresster Knoblauch und Gewürze zu einem Guss verrühren
über das Gemüse giessen, Sprinz-Streifen darüber verteilen, Hüttenkäse löffelweise darauf verteilen und bei 180 °C ca. 30 min gratinieren lassen

Rote Grütze mit Rahm

(Rødgrød med Fløde – Quelle: spisbedre.dk)

Zutaten:

250 g	Erdbeeren
125 g	Rhabarber oder/und Johannisbeeren oder/und Cassis
125 g	Heidelbeeren
1 Stk	Vanillestängel
3-5 EL	(Rohr-)Zucker
50 ml	Wasser
125 g	Himbeeren
1 EL	Kartoffelmehl oder Maizena
2 EL	kaltes Wasser
250 ml	Schlagrahm, flüssig

Zubereitung:

Erdbeeren waschen, rüsten und längs vierteln, Rhabarber waschen, abziehen und in kleine (ca. 1 cm grosse) Stücke schneiden, Johannisbeeren und Cassis (so verwendet) waschen und entstielen, Heidelbeeren waschen. Alle Früchte (ausser Himbeeren) in eine Pfanne geben. Vanillestängel aufschneiden, das Mark herauskratzen und alles zu den Früchten geben. Mit dem Zucker mischen (man kann die Mischung stehen und Flüssigkeit ziehen lassen, muss aber nicht), Wasser dazugießen. Aufkochen, ca. 2 Minuten auf kleinem Feuer köcheln lassen.

Himbeeren waschen und abropfen. Kartoffelmehl (Maizena) mit dem kalten Wasser anrühren und in die heissen Beeren einlaufen lassen, sofort vom Feuer nehmen und die Himbeeren untermischen.

In Dessertschalen anrichten und kalt stellen.

Der flüssige Rahm wird an den Tisch gegeben und jeder giesst soviel davon über die Grütze wie er mag.

Anmerkung: Die rote Grütze ist ein in Skandinavien und den übrigen Anrainerstaaten der Ostsee äusserst beliebtes Sommerdessert und kann auch noch mit anderen roten Früchten in beliebiger Kombination hergestellt werden.