

Culionomania Menü 19. Februar 2022

Zu D'Eramo's in Bettlach

Apéro

Wurzelcappuccino

Traum von Lauch und Wasabi

Boef Bourguignon

Auf einem Beet von

Aubergine und Kartoffelsotto

«Brönnti» Crème mit Orangenmuffin

Weine und Spirituosen:

Selektion aus dem Hause D'Eramo

En Quete!

Wurzelsuppe mit Randen

SWISSmilk

Zutaten

8 Portionen

Suppe:

4 Zwiebeln, fein gehackt
2 Knoblauchzehe, fein gehackt
Butter zum Dämpfen
1 kg Wurzelgemüse, z.B. Pastinaken, Rüebli,
Randen, Sellerie, Kartoffeln Petersilienwurzel,
geschält, in Stücke geschnitten
1,4 l Gemüsebouillon
2 dl Vollrahm
2 EL Kerbel gehackt
Pfeffer
Muskatnuss

Croûtons:

200 g Brot in 1 cm grosse Würfel geschnitten
60 g Butter

Kerbel oder Petersilie zum Garnieren

Zubereitung

1. Für die Suppe Zwiebeln und Knoblauch in Butter andämpfen. Gemüse begeben, mitdämpfen. Mit Bouillon ablöschen, zugedeckt ca. 30 Minuten weich garen.
2. Suppe pürieren, Rahm und Kerbel begeben, abschmecken.
3. Für die Croûtons Brot in Butter goldbraun rösten.
4. Suppe in vorgewärmten Suppenschalen anrichten. Einige Croûtons darüber streuen, garnieren. Restliche Croûtons dazu servieren.

Petersilienwurzel ist auf Gemüsemärkten erhältlich. Anstelle von Petersilienwurzel 1 Bund gehackte Petersilie verwenden.



1 Portion enthält: Energie: 1319kJ / 315kcal, Fett: 22g, Kohlenhydrate: 25g, Eiweiss: 5g

Gebratener Lauch mit japanischer Pilzsauce



Zutaten

für 10 Portion(en)

- je 100 g Shiitake-Pilze, Kräuterseitlinge und Champignons
- 3 EL Pflanzenöl
- 50 ml **Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce**
- 100 ml lieblicher Weisswein
- 3 TL Zucker
- 1 TL Kartoffelstärke
- 1 TL Sesamöl
- 3 Stangen Lauch
- Salz
- 1 Apfel
- Sansyo Pfeffer (alternativ schwarzer Pfeffer)
- Schnittlauchringe

Gesamtzeit

35 Min.

Zubereitungszeit

35 Min.

Fett / matières grasses:	Eiweiss: 2.3 g	Kohlenhydrate: 8.4 g
3.9 g		

Zubereitung

Pilze putzen und fein hacken. 1 EL Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und Pilze darin anschwitzen, Sojasauce und Wein angiesen, Zucker zugeben und köcheln lassen, bis die Flüssigkeit etwas eingekocht ist. Stärke mit etwas Wasser anrühren, Sauce damit binden und mit Sesamöl verfeinern.

Lauch waschen, putzen und in breite, diagonale Scheiben schneiden. Übriges Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, Lauchscheiben darin von beiden Seiten braten und mit Salz würzen. Apfel waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und Apfel in sehr feine Streifen schneiden.

Gebratenen Lauch mit japanischer Pilzsauce anrichten, mit Sansyo Pfeffer bestreuen und mit Apfelstreifen und Schnittlauchringen garniert servieren.



Wasabi-Eis auf Gurken

ausgefallenes Dessert oder Beilage zu geräuchertem Fisch

Die Gurken schälen und Juliennestreifen bis zu den Kernen abhobeln. Wenn man keinen Juliennesteinsatz hat, kann man natürlich auch profan mit der Hand schneiden. Die zwei Teelöffel Zucker im Weissig auflösen und die Gurkenstreifen damit zwei Stunden im Kühlschrank marinieren.

Für das Eis die Eigelbe mit dem Zucker schaumig schlagen. In der Zwischenzeit die Milch mit dem Milchpulver zum Kochen bringen und langsam zu den Eigelben gießen. Dabei kontinuierlich mit dem Schneebesen oder dem Mixer weiter schlagen.

Etwas Milch abnehmen und die Wasabipaste darin auflösen. Zurück zur restlichen Eismasse geben und in der Eismaschine gefrieren. Wenn man sich mit der Tiefkühltruhe behilft, sollte man alle Viertelstunde umrühren, damit sich keine Eiskristalle bilden.

Zum Servieren die Gurkenstreifen abtropfen lassen und gut ausdrücken. Auf jedem Teller ein kleines Gurkenbett auslegen und darauf jeweils eine Nocke Wasabi-Eis setzen.

Arbeitszeit	ca. 20 Minuten
Ruhezeit	ca. 2 Stunden
Koch-/Backzeit	ca. 1 Stunde
Gesamtzeit	ca. 3 Stunden 20 Minuten
Schwierigkeitsgrad	normal



Zutaten für 4 Portionen:

2 Eigelb

2 EL Zucker

0,38 Liter Milch

25 g Milchpulver

12 ½ g Wasabipaste aus der Tube

~~250 g Salatgurke(n)~~

~~125 ml Weißweinessig~~

~~1 TL Zucker~~

Rezept von: hefide



Boeuf bourguignon mit violetter Aubergine und Kartoffelsotto

Das Boeuf bourguignon ist ein französischer Rinderbraten Klassiker!

Boeuf bourguignon heißt so viel wie Rindfleisch (Boeuf) und kräftiger Burgunder Rotwein (Bourguignon), denn dies sind die beiden Hauptzutaten in dem Rezept. Wurzelgemüse, frische Gartenkräuter und eine bisschen Tomatenmark, verfeinern das aromatische Schmorfleisch.

Redaktionstipp: für dieses Rezept sollte man sowohl auf die Fleischqualität, aber auch auf die Auswahl des richtigen Fleischstücks vom Rind achten und einen anständigen Rotwein verkochen. Das Fleisch sollte gut durchwaschen und der Rotwein kraftvoll im Geschmack sein. Wie bei jedem Schmorbraten Rezept ist auch die Temperatur des Kochens nicht unwichtig. Weniger ist hier mehr – zwar braucht das Schmorfleisch kein Bratenthermometer um die richtige Kerntemperatur anzuzeigen, wie es der Rinderbraten aus dem Backofen verlangt, aber es gilt das Fleisch lieber lange zu schmoren und dafür nur geringe Hitze zu verwenden.

Zutaten für Boeuf bourguignon (für 2 Personen):

500 gr Rindergulasch (am besten dicke Schulter) 2kg
1 Zwiebel 4
2 Karotten 6
1/4 Sellerie
1 -1,5 l Rotwein (im Originalrezept: Roter Burgunder)
1 – 1,5 l Brühe
1 EL Tomatenmark 3
2 Lorbeerblätter 3
1 TL Wacholderbeeren 2
2 Zweige Rosmarin und Thymian
1 violette Aubergine 3
4 EL brauner Zucker
4-6 festkochende Kartoffeln 1kg
Olivenöl
Pflanzenöl
Salz und Pfeffer

Zubereitung Boeuf bourguignon:

1.

Rindfleischstücke bei Bedarf von Sehnen und Flachsen befreien, Fett in jedem Fall dran lassen. Wurzelgemüse waschen bzw. schälen und in 2×2 cm große Würfel schneiden.

2.

Fleischstücke in einem Topf von allen Seiten scharf anbraten. Gewürfeltes Gemüse zum Fleisch geben und mit anbraten. Rosmarin, Thymian und Tomtenmark dazu geben und mit je 0,5 l Rotwein und Brühe ablöschen. Das Fleisch soll mindestens 2,5 Stunden bei mittlerer Hitze köcheln. Wenn dabei die Flüssigkeit zu sehr reduziert, mit weiterem Wein und Brühe aufgießen (das Fleisch muss immer mit Flüssigkeit bedeckt sein!).

3.

In der Zwischenzeit Kartoffeln schälen und in kleine Würfel von ca. 1 x 1 cm schneiden. In einer Pfanne mit Pflanzenöl gold braun braten, mit ca 0,3l Wasser ablöschen und unter ständigem, vorsichtigem Rühren ca. 10 Minuten fertig garen.

4.

Aubergine waschen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten scharf anbraten, mit Salz und braunem Zucker im Backofen 5 Minuten karamellisieren lassen.

5.

Fertiges Boeuf bourguignon mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf jeden Teller 1-2 Scheiben der Aubergine geben, in die Mitte das Kartoffelsotto und darauf das Fleisch geben und sofort servieren

Wissenswertes zum Thema Boeuf bourguignon, Rinderbraten und Schmorfleisch:

Dieses Schmorfleischgericht ist ein Winterklassiker, mit dem man aber auch im Frühling und im Herbst seine Gäste begeistern kann. Durch die lange Kochzeit zerfällt das Fleisch langsam und wird dadurch butterzart und köstlich – nicht erschrecken: wenn man zwischendurch probiert ist das Fleisch meistens noch zäh und ungenießbar! Erst wenn sich das Kollagen zwischen den Fasern durchs lange Kochen endlich aufgelöst hat.

Gebrannte Crème (Brönnti Crème)

Zutaten

5 Portionen

Klarsichtfolie

100 g Zucker

0,5 dl Wasser

0,5 dl Wasser, heiss

5 dl Milch

1 gehäufter EL Maisstärke

2 Eier

Garnitur:

1 – 1,5 dl Rahm, flaumig geschlagen

einige Caramels, fein gehackt



Zubereitung

Zubereiten: 25min

Auskühlen lassen: 2h

Auf dem Tisch in: 2h25min

1. Zucker mit kaltem Wasser in einer weiten Pfanne aufkochen. Köcheln, bis ein braunes Caramel entsteht.
2. Pfanne von der Platte nehmen. Caramel mit dem heissen Wasser ablöschen und sofort zudecken.
3. Pfanne auf die Platte zurückstellen. Caramel aufkochen und unter Rühren auflösen.
4. Milch, Maisstärke und Eier kräftig mit dem Schwingbesen verrühren, unter Rühren zum Caramel geben. Unter ständigem Rühren bis zum Kochen bringen. Sofort durch ein Sieb in eine Metallschüssel giessen, Klarsichtfolie direkt auf die Oberfläche legen, damit sich beim Auskühlen keine Haut bildet. Vollständig auskühlen lassen.
5. Crème anrichten, mit Rahm und Caramels garnieren.

Die Hälfte des Rahms unter die Crème ziehen.

Die Creme lässt sich 2–3 Tage zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Die ausgekühlte Creme lässt sich in der Glacemaschine oder unter häufigem Rühren im Tiefkühler zu Caramelglace gefrieren.

1 Portion enthält: Energie: 1022kJ / 244kcal, Fett: 12g, Kohlenhydrate: 29g, Eiweiss: 6g

Orangenmuffins

Fluffige, saftige Orangen-Joghurt-Muffins: Ein schnelles Rezept für Sommer auf dem Teller!

Vorbereitung
10 Min.

Backzeit
20 Min.

Menge: 12 Muffins

Zutaten

- 230 Gramm Weizenmehl
- 1 1/2 Teelöffel Backpulver
- 1/2 Teelöffel Natron
- 120 Gramm Zucker
- 1 große Orange davon Abrieb und Saft
- 2 mittelgroße Eier
- 100 Milliliter Sonnenblumenöl
- 130 Gramm Joghurt



★★★★★
4.47 von 100 votes

Zubereitung

1. Orange heiß waschen, abtrocknen und abreiben. Danach auspressen und 70 ml Saft abmessen. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Alle trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen: Mehl, Backpulver, Natron, Orangenabrieb und Zucker. In einer zweiten Schüssel die flüssigen Zutaten verquirlen: Eier, Öl, 70 ml Saft und Joghurt.
3. Die flüssigen Zutaten zu den trockenen geben. Alles kurz (!), aber kräftig miteinander verrühren.
4. Teig mit einem Löffel in Papier- oder Silikonförmchen füllen und auf ein Muffinblech stellen. Muffins 20-25 Minuten backen.

Anmerkungen

- Für noch mehr Orangen-Aroma die fertigen, noch warmen Muffins mit etwas Orangensaft beträufeln; evtl. zuvor mit einem Schaschlikspieß einige Löcher hineinstechen.
- Für Orangen-Schoko-Muffins entweder Schokodrops unter den Teig heben oder die Muffins mit Schokoguss überziehen.



Zurück zum (Online) Rezept?

Scanne einfach diesen QR Code mit deinem Smartphone, und du kommst zurück zum Rezept. Hier findest du weitere Tipps und Kommentare zum besten Gelingen. Und wenn du das Rezept gebacken hast, schreib mir doch einen Kommentar, wie es dir geschmeckt hat.

