

## REZEPT VON SILVIA

Sendung vom 14.6.2014

### **Nüsslisalat mit Ei, Tomaten, Lachsstreifen und Croutons**

\* \* \*

### **Kalbssteak mit Morchelsauce Zweifarbige Spätzli Peperonata**

\* \* \*

### **Grapefruitsorbet mit Pistazien Vanillemousse mit Erdbeersauce Zitronensorbet mit Schokolade**

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





## **EIN SECHSER IM FARBENSPIEL**

Bei diesem 3-Gang-Menü ziehen sich die sechs Farben rot, rosa, weiss, gelb, grün und braun in jedem Gang durch.

## **VORSPEISE: NÜSSLISALAT MIT EI, TOMATEN, LACHSSTREIFEN UND CROUTONS**

Nüsslisalat mit einer Vinaigrette aus beliebigen Gewürzen, Balsamico-Essig und Olivenöl zubereiten. Mit einem Schuss Crème-Fraîche anrichten.

Ca. 200 g Lachsstreifen mit Meerrettichschaum (frischer Meerrettich, geschlagene Sahne unterziehen), Tomaten (mit Basilikum und Olivenöl mariniert) und in Scheiben geschnittene Eierscheiben auf dem Teller anrichten.

Croutons mit Olivenöl und wenig Knoblauch marinieren. Vor dem Servieren kurz in der Pfanne schwenken.



## **HAUPTGANG: KALBSSTEAK MIT MORCHELSAUCE, ZWEIFARBIGE SPÄTZLI, PEPERONATA**

### **Spätzli**

2 Eigelb, 3 ganze Eier, Mehl und Milch zugeben, bis der Teig die gewünschte Konsistenz hat. Die richtige Konsistenz ist erreicht, wenn der Teig von der Kelle zäh abfällt. Mit der Holzkelle klopfen, bis Blasen entstehen. Den Teig für mindestens 30 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

Die Hälfte des Teiges aufs Holzbrett ziehen und mit dem Teigschaber ins kochende Wasser schaben. Kalt abschrecken. Vorgang wiederholen.

Die andere Hälfte mit Tomatenpüree und italienischer Kräutermischung mischen, evtl. noch etwas Mehl zugeben. Die fertigen Spätzli auf gebuttertem Blech verteilen.

### **Peperonata**

Je eine grüne, rote und gelbe Peperoni in mundgerechte Stücke schneiden. Eine Peperoncini fein hacken, italienische Kräutermischung und Olivenöl zugeben, mischen und ziehen lassen.

Anschliessend kurz andämpfen, damit sie noch Biss hat.

### **Kalbssteak**

Kalbssteaks (Nierstück, ca. 200 g) in Bratbutter je Seite 2 Minuten anbraten. Erste Seite braten, nur mit Salz und Pfeffer würzen, wenden und zweite Seite würzen. Dann im Backofen bei 80°C während ca. 10 Minuten garen lassen.

### **Morchelsauce**

Ca. 50 g getrocknete Morcheln gut abspülen und in Weisswein einlegen. Dann ausdrücken und in Butter andämpfen, mit dem abgeseihten (wichtig!) Weisswein ablöschen und evtl. noch ein bisschen Weisswein zugeben. Einköcheln lassen. Abschmecken und Halbrahm zugeben. Butterflocken im Mehl wenden und so viel zugeben, bis eine sämige Sauce entsteht.



## **DESSERT: GRAPEFRUITSORBET MIT PISTAZIEN, VANILLEMOUSSE MIT ERDBEERSAUCE, ZITRONENSORBET MIT SCHOKOLADE**

Für jedes Sorbet je 5 dl Fruchtfleisch mit je 200 g Zucker aufkochen und in die Gefriertruhe geben. Alle 30 Minuten durchrühren, damit das Sorbet gleichmässig gefriert.

Für das Vanillemousse 180 g Nature-Joghurt, 180 g Halbfettquark, Saft einer halben Limette, 60 g Vanillezucker, 50 g Zucker und 2 ausgeschabte Vanillestangen mischen. 3 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 2 EL Wasser erwärmen, bis die Gelatine aufgelöst ist. Unter rühren zur Crème geben.

2 Eiweiss steifschlagen (das Eigelb für den Spätzliteig verwenden). 2 dl Rahm steifschlagen. Eiweiss und Rahm vorsichtig unterziehen und für mindestens 5 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Erdbeersauce die Früchte in Erdbeerwein und Zucker ziehen lassen. Kurz aufkochen und pürieren.

Tipp: Auf gekühlten Tellern servieren!