

REZEPT VON HANS-PETER

Sendung vom 29.11.2025

Kürbissuppe mit selbstgemachten Croûtons und Kernen

* * *

Rindsfilet im Teig, Steinpilzrisotto und Bohnen im Speckmantel

* * *

Panna Cotta mit Beeren

Vorspeise



Hauptgang



Dessert



VORSPEISE: KÜRBISUPPE MIT SELBSTGEMachten CROÛTONS UND KERNEN

Kürbissuppe

200 g mehligkochende Kartoffeln
1 Rüebli
1 kg Butternusskürbis
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
1 EL Currypulver
1 l Gemüsebouillon
40 g Kürbiskerne
120 ml Rahm
70 g Crème fraîche
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Kürbis, Kartoffeln und Rüebli putzen, schälen und waschen. Kartoffeln und Rüebli würfeln. Den Kürbis halbieren, von Kernen und Fasern befreien und das Kürbisfleisch ebenfalls würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Butter in einem Topf erhitzen und darin die Zwiebel- und Knoblauchwürfel zwei Minuten bei mittlerer Hitze glasig andünsten. Im Anschluss die Kürbis- und Rüebliwürfel dazugeben und mit dem Curry würzen. Unter ständigem Rühren ca. zwei Minuten anbraten. Die Bouillon und die Kartoffelwürfel dazugeben und aufkochen lassen. Bei kleiner Hitze ca. 30 Minuten köcheln lassen.

Die Suppe nach Ablauf fein pürieren. Rahm und Crème fraîche unterrühren und nochmals kurz aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Die Kürbiskerne in einer Pfanne anrösten, bis sie duften. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und im Anschluss auf der Suppe verteilen.

Croûtons

2 EL Butter
3 Scheiben Vollkornbrot

Das Brot in kleine Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.



HAUPTGANG: RINDSFILET IM TEIG, STEINPILZ RISOTTO UND BOHNEN IM SPECKMANTEL

Rindsfilet im Blätterteig

1 kg Rindsfilet
2 EL scharfer Senf
2 TL Salz
Bratbutter
10 Tranchen Rohschinken
1 Blätterteig

20 g getrocknete Morcheln
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Rosmarin
Bratbutter
150 g Mascarpone
90 g gemahlene Mandeln
Salz, Pfeffer

1 Eigelb

Filet mit Senf bestreichen und mit Salz würzen. In heisser Bratbutter rundum kurz anbraten, auskühlen lassen.

Für die Farce: Morcheln, Zwiebeln, Knoblauch und Rosmarin in Bratbutter anbraten, auskühlen lassen.

Mascarpone und Mandeln daruntermischen und würzen.

Das Filet mit der Farce bestreichen, mit dem Rohschinken umwickeln. Eingepacktes Filet in die Teigmitte legen.

Die Teigränder mit Eigelb bestreichen. Seitlich vorstehende Teigränder über das Filet legen, Filet aufrollen. Alles

mit Eigelb bestreichen. Mit einer Gabel mehrmals einstechen. In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens

35-45 Minuten backen. Die Kerntemperatur des Fleisches soll 60-65 °C betragen.



Steinpilzrisotto

1 Zwiebel, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, gepresst
7 EL Butter
450 g Risottoreis
3 dl Weisswein
1.2 l Gemüsebouillon
200 g Steinpilze, geputzt und zerkleinert
7 EL Sbrinz, gerieben
1 Briefchen Safran
Salz, Pfeffer

Zwiebel und Knoblauch in 4 EL Butter andünsten. Den Reis beifügen und mitdünsten, bis er glasig ist. Mit dem Wein ablöschen und vollständig einkochen lassen. Die Bouillon nach und nach zugeben und den Risotto unter häufigem Rühren ca. 20 Minuten garen. Die Pilze für die letzten 7 Minuten mitgaren. Sbrinz, 3 EL Butter und Safran daruntermischen und nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen.

Bohnen im Speckmantel

900 g Bohnen
24 Tranchen Speck
etwas Bratbutter
Salz, Pfeffer

Die Bohnen in reichlich Salzwasser knackig garen. Wasser abgiessen. Jeweils ca. 10 Bohnen in Specktranche wickeln. Die Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Die Bohnenspeckbündel darin braten, bis der Speck rundum knusprig ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.



DESSERT: PANNA COTTA MIT BEEREN

Panna Cotta

4.5 Blätter Gelatine
6 dl Vollrahm
1.5 dl Milch
1.5 Päckchen Vanillezucker
1.5 EL Zucker

Gelatine ca. 5 Minuten in kaltem Wasser einlegen. Rahm und Milch mit dem Vanillezucker und dem Zucker aufkochen. Hitze reduzieren, auf ca. 4 dl einkochen. Pfanne von der Platte nehmen. Die Gelatine abtropfen und unter den heissen Rahm rühren. Rahm durch ein Sieb in einen Messbecher giessen. Anschliessend in Förmchen giessen und auskühlen lassen. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 4 Stunden fest werden lassen.

Beeren

375 g Himbeeren
1.5 EL Zucker
0.5 TL Zimt
1.5 EL Wasser

Himbeeren mit dem Zucker, dem Zimt und dem Wasser zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 2 Minuten köcheln. Vollständig auskühlen lassen.

Panna Cotta mit einer Messerspitze sorgfältig vom Förmchenrand lösen. Panna Cotta auf einen Teller stürzen, etwas Himbeeren darauf verteilen. Die restlichen Himbeeren dazu servieren.