

REZEPT VON SONIA
Sendung vom 25.03.2023

**Spargel-Crème-Suppe
mit knusprigen Kräuterseitlingen**

* * *

**Safranrisotto
Ossobucco mit Gremolata
Glasierte Rüeblli**

* * *

**Toblerone Mousse
Apfel-Crumble
Vanilleglacé**

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: SPARGEL-CRÈME-SUPPE MIT KNUSPRIGEN KRÄUTERSEITLINGEN

Kräuterseitlinge

- 5 Kräuterseitlinge, in ca. 0.3-0.5 cm dicken Scheiben
- 4 EL Kichererbsenmehl
- 150 ml Wasser
- 1 TL Salz
- ¼ TL Pfeffer
- ½ TL Zwiebelpulver
- ¼ TL Paprikapulver, edelsüß
- 100 g Cornflakes

Cornflakes für die Panade in ein Tuch oder einen Stoffbeutel füllen und durch Drücken und Drehen klein krümeln. Das Kichererbsenmehl mit dem Wasser, Salz, Pfeffer, Zwiebelpulver und Paprikapulver verrühren. Die Kräuterseitlingsscheiben im Mehl wenden, dann in die Panade tunken und anschliessend in den Cornflakeskrümeln wenden. Wenn alle Pilze paniert sind, etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die panierten Kräuterseitlinge beidseitig kross anbraten.

Spargel-Crème-Suppe

- 1 kg Spargeln, grün
- 1 EL Butter
- 1 Prise Zucker
- 2 Strauchtomaten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 2 EL Olivenöl
- 2 dl Geflügelfond
- 2 dl Rahm
- 1 Bund Schnittlauch
- Salz, Pfeffer

Die Enden der Spargelstangen um gut ein Drittel kürzen. Diese Enden in kleine Stücke schneiden. Mit 3 dl Wasser, der Butter und dem Zucker in eine Pfanne geben. Zugedeckt etwa 15 Minuten kochen lassen. Inzwischen die Köpfchen von 6 Spargeln abschneiden und beiseitelegen. Die Stangen dieser Spargeln in kleine Würfelchen schneiden. In wenig Salzwasser nur gerade 1 Minute blanchieren. Abschütten und kalt abschrecken. In eine kleine Schüssel geben. Die Strauchtomaten quer halbieren, entkernen und klein würfeln. Zu den blanchierten Spargelwürfelchen geben. Alles leicht salzen und pfeffern. Die Frühlingszwiebeln rüsten und mitsamt schönem Grün hacken. Die 4 Spargelköpfchen sowie die restlichen Spargeln in kleine Stücke schneiden. Die ausgekochten Spargelenden herausheben und wegwerfen. Den Spargelsud beiseitestellen. In einer mittleren Pfanne das Olivenöl erhitzen. Die Frühlingszwiebeln und Spargelstückchen darin andünsten. Den Spargelsud sowie den Fond beifügen und alles zugedeckt weich kochen. Inzwischen die Hälfte des Rahms steif schlagen. Leicht salzen, dann kühl stellen. Den Rest des Rahms zur Suppe geben. Mit dem Stabmixer fein pürieren, danach durch ein Sieb passieren. In der Pfanne beiseitestellen. Unmittelbar vor dem Servieren den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Suppe nochmals aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann den geschlagenen Rahm beifügen und mit dem Stabmixer aufschlagen. Die Tomaten-Spargel-Würfel auf Tellern verteilen. Die Suppe darübergiessen und mit dem Schnittlauch bestreuen.



HAUPTGANG: SAFRANRISOTTO, OSSOBUCCO MIT GREMOLATA, GLASIERTE RÜEBLI

Safranrisotto

2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
4 EL Olivenöl
300 g Risottoreis
2 dl Weisswein
7 dl Hühnerbouillon
2 Briefchen Safran
4 EL Rahm
30 g Butter
60 g Sbrinz
Salz, Pfeffer

Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein hacken. In einer mittleren Pfanne das Olivenöl erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin goldgelb dünsten. Den Reis beifügen und kurz mitdünsten. Mit dem Weisswein ablöschen. Unter ständigem Rühren vollständig einkochen lassen.

Jetzt einen Drittel der Bouillon sowie den Safran beifügen. Die Flüssigkeit unter Rühren vollständig vom Reis aufnehmen lassen. Das zweite Drittel der Bouillon dazugiessen. Wieder vollständig einkochen lassen.

Den Rest der Bouillon beifügen. Den Risotto noch so lange kochen lassen, bis er nur gerade bissfest ist. Jetzt den Rahm, die Butter und den Käse unterrühren. Den Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken und zugedeckt noch 3-4 Minuten ziehen lassen. Dann sofort servieren.

Ossobucco mit Gremolata

1 Kalbshaxe, ca. 500 g
½ Zwiebel
1 Knoblauch
½ l Bouillon
½ Zitrone
etwas Mehl
etwas Butter
etwas Öl
Peterli
Salz

Die Haut der Kalbshaxe ringsum etwas einschneiden. Salz mit Mehl mischen und die Haxe darin wenden. In einem Bratopf das Öl erhitzen und die klein gehackte Zwiebel anbraten. Die Kalbshaxe dazu beidseitig je 2 Minuten anbraten. Die Bouillon hinzufügen und etwa 1 Stunde 15 Minuten schmoren lassen und ein kleines Stück Butter hinzufügen, gegebenenfalls nachsalzen.

Für die Gremolata die Zitronenschale, Knoblauch und Peterli fein hacken und hinzufügen. Gut umrühren damit sich alles gut vermischt.



Glasierte Rüebli

800g Bundrüebli mit wenig Grün, längs halbiert

2 EL Butter

1 Schalotte, fein gehackt

1½ dl Gemüsebouillon

1 TL Zucker

Salz, Pfeffer

1 Esslöffel Butter in einer weiten Pfanne warm werden lassen. Schalotte andämpfen, Rüebli kurz mitdämpfen. Bouillon dazugiessen, unter gelegentlichem Wenden ca. 10 Minuten vollständig einkochen. Zucker und die restliche Butter begeben, kurz weiterköcheln, bis die Rüebli glänzen. Würzen nach Geschmack.



DESSERT: TOBLERONE MOUSSE, APFEL-CRUMBLE, VANILLEGLACÉ

Toblerone Mousse (mit Ei)

150 g dunkle Schokolade (Toblerone)

1 Ei

1 EL Puderzucker

2 dl Vollrahm

Schokolade fein hacken, in eine dünnwandige Schüssel geben, Schüssel über das nur leicht siedende Wasserbad hängen, sie darf das Wasser nicht berühren. Schokolade schmelzen, glatt rühren.

Ei und Puderzucker in einer Schüssel gut verrühren, weiterrühren, bis die Masse heller ist, Schokolade darunter rühren.

Rahm steif schlagen, sorgfältig mit dem Gummischaber unter die Masse ziehen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 3 Stunden fest werden lassen. Mit einem heiss abgespülten Esslöffel abstechen, anrichten.

Toblerone Mousse (ohne Ei)

100 g dunkle Schokolade (Toblerone)

2½ dl Rahm

1 Beutel Rahmhalter

Die Toblerone fein hacken und in eine Schüssel geben, 1 dl Rahm erhitzen und über die gehackte Toblerone geben. Immer wieder umrühren bis sich die Schokolade ganz aufgelöst hat. Ganz abkühlen lassen. Den Rahmhalter und restlichen Rahm begeben und aufschlagen bis ein luftiges Mousse entsteht. Für 2 Stunden kühl stellen und servieren.

Apfel-Crumble

4 Äpfel

2 EL Zitronensaft

1 Pack Vanillezucker

½ TL Zimt

160 g Mehl

100 g brauner Zucker

1 Prise Salz

100 g Butter

Äpfel schälen, vierteln und entkernen, in ca. 1 cm grosse Würfel schneiden. Mit Zitronensaft, Vanillezucker und Zimt mischen. Beiseite stellen.

Förmchen (ca. 8 cm Durchmesser) einfetten. Backofen auf 200° C (Umluft 180° C) vorheizen.

Mehl mit braunem Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Butter in Würfeln dazugeben. Mit den Händen kurz zu einem krümeligen Teig verkneten.

Apfelwürfel auf die Förmchen verteilen, dabei die Würfel randhoch einfüllen. Diese fallen während des Backens etwas zusammen. Üppig mit den Streuseln bedecken und ca. 20 Minuten backen. Am besten warm servieren.



Vanilleglacé

250 ml Milch

1 Vanilleschote

100 g Zucker

200 ml Rahm

1 Prise Salz

Milch mit Zucker und dem ausgekratzten Mark der Vanilleschote aufkochen. Rahm und Salz unterrühren. Abkühlen lassen. Dann in die Glacémaschine füllen und nach spätestens 45 Minuten ist das Glacé fertig.