

**REZEPT VON PATRICK**  
Sendung vom 10.10.2015

**Kürbis-Orangencrèmesuppe  
mit veganem Red-Tower**

\* \* \*

**Rindshuft vom Grill  
an Schalotten-Schokoladensauce  
Zucchini-Pilz-Risotto**

\* \* \*

**Zwetschgen-Mascarponecreme  
im Konfiglas**

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





Alle Rezepte für 4 Personen, wenn nicht anders beschrieben

## VORSPEISE: KÜRBIS-ORANGENCRÈMESUPPE MIT VEGANEM RED-TOWER

### Kürbis-Orangencrèmesuppe

3-4 Orangen  
1 Kürbis (ca. 1.2 kg)  
1 l Wasser  
3-4 EL Gemüsebouillon  
1-2 EL Olivenöl  
3 Kartoffeln  
1 Zwiebel  
2 dl Milch  
Salz  
Pfeffer

Kartoffeln und Zwiebeln schälen und in Brunoise schneiden. Den Kürbis in 4 Teile schneiden, schälen, entkernen und in kleine/mittlere Stücke schneiden. Die Orangen schälen und entkernen, sodass das Fruchtfleisch und der Saft vorhanden bleiben.

In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln anschwitzen. 1 l Wasser und die Gemüsebouillon dazugeben, regelmässig rühren und zum Kochen bringen. Die Kartoffeln und den Kürbis dazugeben. Die Hitze herabsetzen, dass die Suppe nicht reduziert. Nach etwa 5 Minuten Kochzeit den Saft und das Fruchtfleisch von 2 Orangen sowie 2 dl Milch oder Rahm dazugeben und nochmals 10-15 Minuten aufwärmen. Überprüfen, ob die Kartoffeln und der Kürbis weich sind. Falls nicht, nochmals einige Minuten weiter köcheln lassen.

Suppe pürieren, bis diese eine schöne Konsistenz hat. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sollte das Orangenaroma zu wenig präsent sein, mehr Saft und Fruchtfleisch hinzugeben und nachpürieren. Um das Kürbisaroma zu intensivieren, etwas Kürbiskernöl dazugeben.



## **Veganer Red-Tower**

520 g Randen (gegart, vakuumverpackt)  
600 g fester Tofu (nature)  
200 g Cashewmus  
6 EL Olivenöl  
2 EL Zitronensaft  
2 EL Aceto Balsamico  
4 TL Agavendicksaft  
6 Avocados  
2 Knoblauchzehen  
Jodiertes Meersalz  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
etwas Kresse  
Walnussöl zum Abschmecken

Randen in dünne Scheiben schneiden. Tofu in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden und anschliessend mit einem kleinen Glas oder Portionier-Ring Kreise in der Grösse der Roten Bete ausstechen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Tofu von jeder Seite ca. 3 Minuten anbraten. Agavendicksaft, Balsamico und etwas Salz hinzugeben, gleichmässig verteilen und den Tofu ca. 20 Sekunden darin karamellisieren lassen. Mit Pfeffer abschmecken und auf einem Haushaltspapier kurz abtropfen lassen.

In einer separaten Schüssel den Knoblauch schälen, die Avocados halbieren und entkernen. Beides mit Cashewmus und Zitronensaft pürieren, salzen und pfeffern. Die Randenscheiben mit der Avocadocreme und den Tofuscheiben abwechselnd schichten. Mit Kresse garnieren und mit etwas Walnussöl beträufeln.

## HAUPTGANG: RINDSHUFT VOM GRILL AN SCHALOTTEN-SCHOKOLADENSAUCE, ZUCCHINI-PILZ-RISOTTO

### Zucchini-Pilz-Risotto

1.15 l Hühnerbouillon  
2 EL Olivenöl  
100 g braune Champignons  
100 g weisse Champignons  
260 g Arborio Reis  
2 Zucchini  
2 Schalotten  
35 g Butter  
30 g geriebener Parmesan  
Salz  
Pfeffer

Die Bouillon in einem Topf bei niedriger Hitze erwärmen. In einem anderen Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Pilze anbraten, bis sie braun sind und die gesamte Flüssigkeit verkocht ist. Beiseite stellen. Wenig Olivenöl in eine Pfanne geben und die Zucchini braten, bis sie weich und gebräunt sind. Ebenfalls beiseite stellen.

Die Hälfte der Butter mit den Schalotten anbraten, bis diese glasig und weich sind. Die restliche Butter zugeben und gut mit dem Reis vermischen. Wenn die Mischung eine schwach goldbraune Farbe angenommen hat, die Bouillon tassenweise zum Reis geben und unter ständigem Rühren köcheln lassen. Wenn die Flüssigkeit komplett im Topf verkocht ist, weiter Bouillon hinzugeben, sodass der Reis gekocht, aber noch al dente ist. Den Parmesan darunterziehen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zucchini und Pilze in einer Pfanne nochmals kurz erwärmen und zum Schluss untermischen.

### Rindshuft

1 Rindshuft à 500 g  
Salz  
1 Prise weisser Pfeffer

Die Rindshuft mit genügend Salz und einer Prise Pfeffer pro Seite würzen. Für rund 3 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen. Es gibt zwei Möglichkeiten, die Rindshuft zart zu Garen.

**Variante 1:** Den Ofen auf 85°C vorheizen und die Rindshuft während ca. 4 Stunden zartgaren.

**Variante 2:** Mit dem CombiSteam die Rindshuft niedergaren. Das Fleisch in den nicht vorgewärmten Steamer legen. Nach 3.5 Stunden sollte die gewünschte Kerntemperatur von 70°C erreicht sein. Braten Sie die Rindshuft auf dem vorgeheizten Grill oder in der Bratpfanne scharf an.



## Schalotten-Schokoladensauce

15 Schalotten  
60 g dunkle Kuvertüre (mind. 55%)  
1 Flasche Rotwein (Bordeaux)  
500 ml Bratensauce  
250 ml Rinderfond  
1 Lorbeerblatt

Die 15 Schalotten in Brunoise schneiden. Schalottenbrunoise in Olivenöl und Butter anschwitzen. Sobald sie glasig sind das Lorbeerblatt dazugeben und kurz mit anschwitzen. Die Schalotten mit einem Drittel des Rotweins ablöschen und ca. 250 ml Rinderfonds dazugeben. Das Ganze eine Stunde kochen lassen unter regelmässiger Zugabe von mehr Rotwein. Wenn die Zeit um ist, die Schokolade und die Bratensauce dazugeben. Das Ganze sollte jetzt schön cremig sein und einen bittersüssen Geschmack haben. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nach Belieben den Fleischsaft nach dem Anbraten sieben und zur Sauce hinzugeben.



## DESSERT: ZWETSCHGEN-MASCARPONECREME IM KONFIGLAS

400 g Zwetschgen  
500 g Mascarpone  
4 EL Zucker  
2 Eier  
1 Biskuitboden  
½ Packung Bourbon-Vanillezucker

Eine Zwetschge beiseite legen. Den Rest der Zwetschgen klein hacken. Zusammen mit Zucker und Bourbon-Vanillezucker vermengen und unter regelmässigem Rühren aufkochen. Danach das Ganze draussen oder im Kühlschrank abkühlen lassen. Eigelb vom Eiweiss trennen. Mascarpone zusammen mit dem Eigelb cremig rühren. Eiweiss schlagen bis es richtig fest ist und für 10 Minuten in den Kühlschrank stellen. Dann das Eiweiss mischen und portionenweise vorsichtig unter die Mascarponecreme heben.

Nehmen Sie ein Konfitürglas und eine passende, runde Stechform, um den Biskuitboden in der Grösse des Konfitürglases auszustechen. Ist der Biskuitboden dick, empfiehlt es sich, diesen zu halbieren. Schichten Sie nun das Glas mit Zwetschgenkonfitüre, Biskuitboden und Mascarponecreme mit jeweils 2-3 Schichten und schliessen Sie mit Mascarponecreme ab. Jedes Glas mit einem ¼ Zwetschgen-Stückchen und Minzenblatt dekorieren.