

## REZEPT VON ARMIDA

Sendung vom 28.09.2024

### Salat mit Früchten

\* \* \*

### Aargauer Braten mit Zwetschgen, Kartoffelstock und Gemüsebouquet

\* \* \*

### Waldbeerencreme mit Merengues

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





## **VORSPEISE: SALAT MIT FRÜCHTEN**

Gemischter Salat

1 Avocado, in Stücke geschnitten

1 Granatapfel, Kerne davon

4 EL Rapsöl

etwas Senf

etwas Honig

2 EL Weisser Balsamico

1 EL Mangoessig

etwas Curry

Salz

Alles zusammen mischen und nach Belieben würzen.

Den Salat mit Avocado und den Granatapfelkernen anrichten, Sauce darüber verteilen.



## **HAUPTGANG: AARGAUER BRATEN MIT ZWETSCHGEN, KARTOFFELSTOCK UND GEMÜSEBOUQUET**

### **Aargauer Braten mit Zwetschgen**

1.5 kg Schweinshals, in der Mitte ein Loch vom Metzger ausschneiden lassen  
300 g getrocknete Zwetschgen  
2 dl Portwein  
50 g Butter

Die getrockneten Zwetschgen für 15 Minuten in den Portwein einlegen, danach abgiessen. Den Braten mit den eingeweichten Zwetschgen befüllen und gut würzen.  
Die Butter schmelzen und über das Fleisch giessen. Im vorgeheizten Ofen bei 200° C für 10 Minuten braten. Die Hitze danach auf 180° C reduzieren und 1 Stunde weiter braten, bis die Kerntemperatur 75° C erreicht hat.

### **Kartoffelstock**

1 kg mehligkochende Kartoffeln  
2 dl Milch  
30 g Butter  
1 TL Salz  
Muskatnuss

Die Kartoffeln schälen und im Salzwasser garkochen. Milch mit Butter bei mittlerer Stufe aufwärmen. Die Kartoffeln durch ein Passvite drehen, Milch dazugeben und würzen.

### **Gemüsebouquet**

2 Rüebli  
1 Kohlrabi  
150 g Kefen  
1 Romanesco

Gemüse schälen und in Stücke geschnitten auf einem Backblech auslegen. Für 15 Minuten bei 100° C im Ofen rösten.



## **DESSERT: WALDBEERENCRÈME MIT MERENGUES**

### **Merengues**

- 5 frische Eiweisse
- 200 g Zucker
- 1 TL Maisstärke
- 1 Messerspitze Vanillepaste
- 1 Prise Salz

Eiweisse mit dem Salz und der Hälfte des Zuckers steif schlagen. Nach und nach den restlichen Zucker, die Maisstärke und die Vanillepaste dazugeben, bis eine glänzende Masse entsteht. Eischnee kreisförmig auf einem mit Backpapier belegtem Blech verteilen. Den Rand mit einer Gabel hochziehen. Im Ofen bei 100° C 70 Minuten backen und danach vollständig auskühlen lassen. Weitere 50 Minuten im Ofen bei geöffneter Tür auskühlen lassen.

### **Waldbeerencreme**

- 250 g Waldbeeren
- 2 EL Puderzucker
- 300 g Griechisches Joghurt
- 100 g Mascarpone
- etwas Geliermittel in Pulverform

Die Waldbeeren zusammen mit dem Puderzucker mit dem Pürierstab pürieren. Die Masse durch ein Sieb passieren. Joghurt, Mascarpone und Geliermittel unter die Waldbeeren mischen, gut verrühren und danach kühl stellen.