

REZEPT VON GABY

Sendung vom 24.10.2015

**Nüsslisalat mit Ei und Knusper-Speck
an Honig-Ingwer Dressing
mit selbstgemachtem Brot**

* * *

**Niedergar-Schweinefilet im Oregano-Speckmantel
auf Balsamico-Spiegel
Hausgemachte Tagliatelle
Saisongemüse**

* * *

**Lauwarmes Schoggiküchlein
mit flüssigem Kern
dazu frische Sauerrahmglace
und selbstgemachte Marshmallows**

Vorspeise



Hauptgang



Dessert



VORSPEISE: NÜSSLISALAT MIT EI UND KNUSPER-SPECK AN HONIG-INGWER DRESSING MIT SELBSTGEMACHTEM BROT

Salat

Je ca. 50-60 g Kopfsalat, Eichblattsalat, Friséesalat, grüner Minilattich, Lollo rosso und Nüsslisalat

Karamellisierte Nüsse

60 g Nussmischung (Baum-, Hasel-, Cashewnüsse, Sonnenblumen- und Kürbiskerne)
10 g Zucker
Chilipulver
Currypulver
Salz
3-4 hartgekochte Eier
12 Tranchen Bratspeck

Honig-Ingwer-Dressing

1 Knoblauchzehe
100 g Ingwer
100 g Mayonnaise
100 g Crème fraîche
1 TL Hühnerbouillon
1 EL Soja Sauce
0,75 EL Zitronensaft
1 EL Akazienhonig
¼ TL Wasabi Paste

Die verschiedenen Salate rüsten, in mundgerechte Stücke schneiden und waschen. Die Eier schälen und klein würfeln. Die Nüsse klein schneiden, in einer Pfanne bei nicht zu hoher Hitze langsam goldbraun rösten. Den Zucker und die Gewürze nach Belieben begeben und weiterrösten, bis der Zucker karamellisiert ist. Mit wenig Salz würzen. Auskühlen lassen.

Für die Sauce den Knoblauch in kleine Stücke hacken, Ingwer raspeln und mit Hilfe eines Siebes auspressen (nur den Saft der Salatsauce begeben). Alle Zutaten zusammengeben und gut mischen (geht am Besten in einem Mixbecher), kühl stellen.

Bauernbrot ohne Kneten

800 g Weissmehl
1 EL Salz
1 TL Zucker
½ TL Trockenhefe
650 ml lauwarmes Wasser

Das Mehl in eine grosse Schüssel geben und mit dem Salz, Zucker und der Hefe mischen. Wasser zugeben. Wasser und Mehl nun mit der ganzen Hand oder mit einem Teigschaber ganz grob zu einem Teig vermengen. Dieser Vorgang geht sehr schnell und muss nicht besonders gründlich erfolgen – die Hefe wird in den nächsten Stunden die ganze Arbeit übernehmen. Unbedingt darauf achten, dass keine trockenen Mehlklumpen im Teig übrig bleiben. Die Schüssel mit einem Deckel oder mit Klarsichtfolie abdecken und zur Seite stellen.

Der Teig sollte mindestens 8 Stunden, besser 12-20 Stunden abgedeckt und in Ruhe gehen.

Backen: Einen runden, glasierten Tontopf oder einen Topf aus Gusseisen in den Backofen stellen und ihn auf 220°C vorheizen. Zwei Dinge sind wichtig: Der Bräter/Topf muss über einen passenden Deckel verfügen und die Griffe müssen Hitzebeständig sein.

Nachdem der Ofen und der Topf gut vorgeheizt sind, den Topf aus dem Ofen nehmen und auf eine hitzeresistente Arbeitsfläche stellen. Die aufgegangene, wabernde Teigmasse aus der Schüssel auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche gleiten lassen, klebrige Teigreste in der Schüssel mit einem Teigschaber zusammenkratzen und mitverwenden. Dann den Teig ganz locker von oben und unten je zu einem Drittel wie einen Geschäftsbrief falten und noch einmal mittig von rechts nach links zusammenklappen. Dabei den Teig nicht drücken oder kneten. Die so entstandene, fluffige Teigkugel in den Topf geben. Deckel drauf und sofort wieder in den Backofen stellen.

Ca. 1 Stunde mit geschlossenem Deckel und 30 Minuten mit offenem Deckel bei 220°C Ober- und Unterhitze backen. Am Ende der Backzeit das Brot aus dem Topf nehmen und auf einem Gitter gut auskühlen lassen und geniessen.

HAUPTGANG: NIEDERGAR-SCHWEINEFILET IM OREGANO-SPECKMANTEL AUF BALSAMICO-SPIEGEL, HAUSGEMACHTE TAGLIATELLE, SAISONGEMÜSE

Schweinefilet

8 Stück Schweinefilet-Medaillons à ca. 60 g
8 Tranchen Rohessspeck
Fleischgewürz

Senf-Oregano-Kruste

80 g Butter, weich
Salz
2 EL Senf, körnig
1 Bund Oregano
3 Scheiben Toastbrot

Balsamicojus

50 g Zwiebeln, fein gehackt
1 EL Rapsöl
1 dl kräftiger Rotwein
1 dl Aceto Balsamico
3 dl brauner Kalbsfond
Salz
Pfeffer

Für die Sauce die gehackte Zwiebel im Rapsöl dünsten. Mit dem Rotwein und Balsamico ablöschen und etwas einreduzieren lassen. Den Kalbsfond begeben und das Ganze um die Hälfte einreduzieren bis die Sauce leicht bindet. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kruste die Butter in eine kleine Schüssel geben und so lange durchrühren bis sich kleine Spitzchen bilden. Etwas Salz und den Senf untermischen. Die Oreganoblättchen von den Zweigen zupfen, hacken und beifügen. Das Toastbrot entrinden und ebenfalls hacken. Unter die Senfbutter mischen. Diese auf einem mit Backpapier belegten Teller zu 8 bergartigen Häufchen im Durchmesser der Schweinsmedaillons formen. Kühl stellen.

Die Medaillons mit je einer Tranche Speck umwickeln, würzen und kurz scharf anbraten, bei 75°C Umluft ca. 40 Minuten niedergaren. Fleisch aus dem Ofen nehmen und mit der Senf-Oregano-Kruste belegen.

Ofen auf 230°C Grillstufe vorheizen. Fleisch ca. 3-4 Minuten überbacken bis die Kruste hellbraun ist.

Hausgemachte Tagliatelle

100 g Weissmehl
70 g Hartweizendunst
1 Ei
1 Eigelb
2 EL Olivenöl
2 EL Wasser
1 Prise Salz
Mehl zum auswallen

Für den Teig Mehl in eine Schüssel geben. In die Mitte eine Mulde drücken, Ei bis und mit Salz in die Mulde geben. Zu einem elastischen Teig kneten. Zur Kugel formen. In Klarsichtfolie verpackt ca. 1 Stunde ruhen lassen.

Teig portionieren. Mit etwas Mehl bestäuben. Mit dem Wallholz oder der Pastamaschine zu etwa 1 mm dünnen, möglichst langen Teigstreifen auswallen. Tagliatelle schneiden und gut mehlen, auf einem bemehlten Backtrennpapier beiseite stellen.

Reichlich Wasser aufkochen, salzen. Tagliatelle ca. 3 Minuten al dente sieden. Abgiessen und gut abtropfen. Mit etwas Butter abschmecken und servieren.

Gemüse

120 g Rüebli
120 g Bohnen
120 g Kohlräbli
40 g Zwiebeln, gehackt
2 EL Rapsöl
1 Bouillontöpfli

Das Gemüse rüsten und beliebig schneiden. In Salzwasser einzeln blanchieren. Im kalten Wasser abschrecken, abtropfen und beiseite stellen.

Die Zwiebeln im Rapsöl dünsten und die Bohnen zugeben. Ca. 3-4 Minuten dünsten, dann die Rüebli und Kohlräbli zugeben und nochmals ca. 3-4 Minuten weiterdünsten. Mit 1 Bouillontöpfli würzen.



DESSERT: LAUWARMES SCHOGGIKÜCHLEIN MIT FLÜSSIGEM KERN, DAZU FRISCHE SAUERRAHMGLACE UND SELBSTGEMACHTE MARSHMALLOWS

Lauwarmes Schoggiküchlein

Ergibt 5 Küchlein à 90 g

100 g Zucker
100 g Butter
3 Eier
100 g dunkle Schokolade
35 g Mehl

5 Förmchen mit Backspray oder Butter gut ausfetten. Schokolade mit Butter in Pfanne auf kleiner Stufe langsam schmelzen, den Zucker und die Eier mischen und kurz aufschlagen. Die Schokoladen-Butter Mischung und die Zucker-Ei Mischung zusammenrühren und das Mehl dazugeben. In die vorbereiteten Förmchen abfüllen. Im auf 210°C vorgeheizten Umluft-Ofen 10 Minuten backen.

Sauerrahmglace

250 g Crème fraîche
1 EL roter Portwein
2 dl Vollrahm
40 g Puderzucker

Crème fraîche und Portwein in einer weiten Chromstahlschüssel verrühren. Rahm steif schlagen, Puderzucker daruntermischen. Die Hälfte mit dem Schwingbesen unter die Crème fraîche rühren, restlichen Schlagrahm sorgfältig darunterziehen.

Masse in der Eismaschine gefrieren. ODER: Masse ca. 1 Stunde anfrieren. Schüssel herausnehmen, Glace mit dem Schwingbesen kräftig durchrühren. Diesen Vorgang dreimal nach jeder weiteren Stunde wiederholen, damit eine gleichmässig gefrorene Glace entsteht.

Portweinsirup

2 dl roter Portwein
4 EL Zucker

Portwein mit dem Zucker aufkochen, bei mittlerer Hitze ca. auf die Hälfte sirupartig einkochen.

Selbstgemachte Marshmallows

300 g gesiebter Puderzucker
18 g Gelatinepulver
1 Prise Salz
1 Vanilleschote oder 3 Päckchen Vanillezucker
180 ml Wasser
Öl für die Form

Zusätzlich:

2 EL Speisestärke
1 EL gesiebter Puderzucker
nach Belieben Lebensmittelfarbe

Speisestärke und Puderzucker mischen. Für die Marshmallowmasse werden 1 Vanilleschote und das Vanillemark zusammen mit der Gelatine, dem Salz und dem kalten Wasser verrührt. Nach etwa 5 Minuten ist die Gelatine aufgequollen und kann erhitzt werden. Darauf achten, dass die Flüssigkeit nicht zu heiss wird und gut durchrühren. Wenn sich alles gelöst hat, wird die Flüssigkeit mit dem Puderzucker vier bis fünf Minuten aufgeschlagen, bis eine luftig lockere Creme entstanden ist.

Evtl. mit Lebensmittelfarbe einfärben, anschliessend wird die Masse mit einem Spritzsack mit Lochtülle auf ein eingefettetes, mit Speisestärke bestäubtes Blech zu Stangen gespritzt. Nach ca. 4 Stunden ist die Masse schnittfest. Nochmals alles mit der Puderzucker/Speisestärke-Mischung bestäuben und nach Belieben schneiden.