

REZEPT VON DIDI
Sendung vom 07.09.2024

**Kalbstatar mit pochiertem Eigelb
auf Kartoffelschaum und Croûtons**

* * *

**Gebratenes Rinderfilet mit Polenta und Morchelsauce
mit Spargeln**

* * *

**Zitronen-Parfait mit Fruchtekaviar
und Zitronen-Meringues**

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: KALBSTATAR MIT POCHIERTEM EIGELB AUF KARTOFFELSCHAUM UND CROÛTONS

Kalbstatar

400 g Filet vom Schweizer Kalb
2 kleine Frühlingszwiebeln
2 TL Feigensenf
2 TL Kapern
3 Eigelb
1 Bund Zitronenmelisse
1 Zitrone
Chili Flakes
Salz, Pfeffer

Kalbsfilet mit einem scharfen Messer in kleine Würfel schneiden und fein hacken. Frühlingszwiebeln in sehr feine Würfel schneiden und mit dem Feigensenf, den Kapern und dem Eigelb unter das Kalbfleisch rühren. Alles kräftig mit Salz, Chili Flakes und Pfeffer würzen und gut verrühren.

Zitronenmelisse fein schneiden. Zitrone abwaschen und die Schale fein abreiben. Die Zitrone anschliessend halbieren und den Saft auspressen. Zitronenmelisse und Zitronenschale ebenfalls unter das Kalbfleisch geben und mit Zitronensaft nach Geschmack abschmecken.

Pochiertes Eigelb

4 Eigelb
Etwas Essig

Wasser mit einem Schuss Essig aufkochen. Ganz wichtig: Es sollte nur ganz leise köcheln und auf keinen Fall richtig kochen.

Dann möglichst frische Eier aufschlagen und das Eiweiss von dem Eigelb trennen. Die Eigelbe ins heisse Wasser gleiten lassen. Das Ei drei bis maximal fünf Minuten im Wasser garen lassen. Je nachdem, ob das Eigelb samtig-flüssig oder etwas fester werden soll.

Kartoffelschaum

300 g mehligkochende Kartoffeln
200 g Vollrahm
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Die Kartoffeln ungeschält im Salzwasser weichkochen, schälen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Den Rahm einmal aufkochen und gut mit den Kartoffeln mischen, bis eine homogene Masse entstanden ist. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Kartoffelmasse durch ein feines Sieb streichen. In einen 1-Liter Rahmbläser füllen, zwei NO₂-Kapseln laden und gut schütteln. Im Wasserbad bei max. 75° C warmhalten.



Croûtons

Brot vom Vortag in gleichmässige Würfel schneiden. In der Bratpfanne mit wenig Butter oder Öl bei mittlerer Hitze rösten. Ab und zu wenden, bis die Croûtons goldbraun sind.



HAUPTGANG: GEBRATENES RINDERFILET MIT POLENTA UND MORCHELSAUCE MIT SPARGELN

Rinderfilet

Das Fleisch ungefähr 30 Minuten vor dem Zubereiten aus dem Kühlschrank nehmen, sodass es Zimmertemperatur annehmen kann, und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Butterschmalz bei starker Hitze in einer Pfanne erhitzen. Die Steaks in die Pfanne geben und sofort nochmals anheben, damit die heisse Butter darunter läuft.

Bei reduzierter Hitze etwa zwei Minuten lang das Rinderfilet braten. Wenn die Unterseite schon karamellisiert angebraten ist, die Steaks wenden und die andere Seite genauso braten.

Zum Schluss die Filetsteaks mit Salz und Pfeffer würzen, in Alufolie wickeln und für etwa 10 Minuten bei 90° C im Backofen ruhen lassen.

Polenta

100 g Instant-Polenta

625 ml Bouillon

1 Zweig Rosmarin

1 Zweig Thymian

1 Lorbeerblatt

50 g Butter

30 g Parmesan

Salz, Pfeffer

Die Bouillon und die Kräuter in einen Topf geben und den Fond fünf Minuten köcheln lassen, danach die Kräuter wieder entfernen. Den Polentagriess in die kochende Brühe geben und unter häufigem Rühren ca. 8-10 Minuten quellen lassen.

Kurz vor dem Servieren die Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit geriebenem Parmesan abschmecken.



Morchelsauce

25 g getrocknete Morcheln
1 EL Olivenöl
1 Schalotte, fein gehackt
2 Zweige Rosmarin
½ Knoblauchzehe
1 dl Weisswein
2 dl Halbrahm
1 dl Steinpilzbouillon
1 EL Cognac

Morcheln im warmen Wasser ca. 15 Minuten einweichen, abspülen, abtropfen.

Öl in einer beschichteten Bratpfanne erwärmen. Schalotte, Knoblauch und Rosmarin begeben, ca. drei Minuten andämpfen. Morcheln begeben, ca. fünf Minuten mitdämpfen. Wein dazugiessen, fast vollständig einkochen. Halbrahm und Bouillon dazugiessen, aufkochen, bei kleiner Hitze ca. fünf Minuten einkochen lassen. Rosmarin entfernen, Cognac begeben und nach Belieben salzen.

Spargeln

1½ kg grüne Spargeln
Olivenöl zum Anbraten
Salz, Pfeffer

Spargeln im unteren Drittel schälen. Dazu den Sparschäler im unteren Drittel ansetzen und in einem Zug nach unten ziehen. Spargel leicht drehen. So weiterverfahren, bis der Spargel rundum geschält ist. Enden frisch anschneiden. Das heisst von den Spargeln das hölzerne Ende (ca. zwei cm) abschneiden. Spargelstangen leicht schräg in ca. 1.5 cm breiten Scheiben schneiden. Spitzen ganz lassen.

Spargeln portionsweise in einer Bratpfanne in wenig Öl bei mittlerer Hitze ca. zehn Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



DESSERT: ZITRONEN-PARFAIT MIT FRÜCHTEKAVIAR UND ZITRONEN-MERINGUES

Zitronen-Parfait

1 TL Öl
3 Bio-Zitronen
300 ml Rahm
2 Eier
70 g Zucker
1 EL Vanillezucker

Kastenform (1 l Inhalt) mit Öl auspinseln und mit Klarsichtfolie auslegen. Von 2 Zitronen die Schale fein abreiben. 1½ Zitronen in dünne Scheiben schneiden. 1½ Zitronen auspressen und 50 ml Saft abmessen. Rahm steif schlagen und kaltstellen.

Eier, Zucker, Vanillezucker und Zitronenschale in eine Metallschüssel geben und mit den Quirlen des Handrührers schaumig schlagen. Über einem heissen, aber nicht kochendem Wasserbad so lange weiterschlagen, bis eine cremig-schaumige Masse entsteht. Nach und nach den Zitronensaft unterrühren. Die Schüssel in einem kalten Wasserbad unter gelegentlichem Rühren abkühlen lassen.

Die Kastenform am Boden und an den Seiten mit den Zitronenscheiben auslegen. Rahm unter die abgekühlte Eier-Zitronen-Masse heben und in die Kastenform füllen. Mindestens vier Stunden einfrieren.

Das Parfait ca. 20 Minuten vor dem Servieren aus dem Gefrierfach nehmen. Kurz vor dem Servieren in Scheiben schneiden und anrichten.

Früchtekaviar

210 g Zitronenfruchtmark
1,8 g SOSA Agar-Agar
10 g Kristallzucker
1 g SOSA-Gelatinepulver 220 Bloom
5 g Wasser

Wasser, Fruchtmark, Zucker, SOSA-Agar-Agar sowie die in Wasser eingeweichte Gelatine zum Kochen bringen. Gelegentlich umrühren und warten, bis die Temperatur auf 50° C gesunken ist.

Einen hohen, schmalen Behälter mit eiskaltem Öl füllen und mithilfe einer Pipette Tropfen der Fruchtmischung in das eiskalte Öl fallen lassen. Durch ein Trichterförmiges Sieb geben, die Perlen mit eiskaltem Wasser abwaschen und im Kühlschrank aufbewahren.



Zitronen-Meringues

4 Eiweisse

1 Prise Salz

250 g Zucker

Einige Tropfen Zitronensaft

Eiweisse, Salz, Zitronensaft und Zucker in eine saubere, fettfreie Chromstahlschüssel geben. Über dem heissen Wasserbad unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen auf 50° C erwärmen. Dann mit der Küchenmaschine oder dem Schwingbesen erst auf niedriger bis mittlerer Stufe 2-3 Minuten schaumig schlagen. Anschliessend auf hoher Stufe 7-8 Minuten zu einem sehr festen, glatten und glänzenden Schaum schlagen. Es entstehen stabile Spitzen. In den Spritzsack geben und Meringues formen. Im vorgeheizten Ofen bei 230° C ca. zwei Minuten karamellisieren.