

# **Chämi-Chuchi Suhr**

Beat Byland

Jürg Rahm

## **Vorspeisen:**

Avocado Grapefruitsalat im Käsekörbli

\*\*\*\*\*

## **Hauptspeise:**

Rindsfilet mit Portwein Sauce

Romanesco

Pommes Rissolées

\*\*\*\*\*

## **Dessert:**

Makrönchen mit Jogurtcrème

\*\*\*\*\*

Rezepte für 4 Personen



*Chochete vom 11. Februar 2014*

***En Guete!***

# Vorspeise

---

## „Avocado Grapefruitsalat im Käsekörbli“

### ZUTATEN

- ☞ 150G geriebener Käse (Sbrinz und Appenzeller)
- ☞ 2 rosa Grapefruits
- ☞ 2EL Aceto Balsamico weiss
- ☞ 4 EL Avocado-Oel
- ☞ 1 Schalotte
- ☞ 1EL Kerbel
- ☞ 1 Avocado
- ☞ 2 Baby-Lattiche
- ☞ Muskat, Salz, Pfeffer

### ZUBEREITUNG: Körbli

Käse würzen, 2 Portionen je ca. 5 EL kreisförmig (ca. 16cm) auf ein mit Backpapier belegtes Blech streuen. 4-5 Minuten in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens backen, bis der Käse geschmolzen und goldgelb ist.

Herausnehmen und sorgfältig vom Backpapier lösen, über den Boden kleiner umgedrehter Schüsseln legen und sorgfältig andrücken, auskühlen lassen.

Körbli bis zum Servieren auf ein Gitter stellen, Vorgang mit dem restlichen Käse wiederholen.

### ZUBEREITUNG: Salat

Von den Grapefruits Boden und Deckel, Schale ringsum bis auf das Fruchtfleisch wegschneiden. Furchtfilets (Schnitze) mit einem scharfen Messer zwischen den weissen Häutchen herausschneiden. Dabei Saft (ca. 3 EL) auffangen. Grapefruitschnitze beiseite stellen.

Essig und Öl mit dem Grapefruitsaft vermischen, Schalotte und Kerbel fein hacken und der Sauce beigegeben. Baby-Lattich längs halbiert in die Käsekörbli verteilen. Mit der Hälfte der Salatsauce beträufeln.

Avocado in Scheiben schneiden und mit den Grapefruitschnitzen sowie der restlichen Salatsauce mischen und in den Käsekörbli anrichten.

*Sofort servieren*

# Hauptgericht

---

## „Rindsfilet mit Portweinsauce“

### ZUTATEN:

- ☞ 1 Rindsfilet à ca. 600GR.
- ☞ 1 TL Salz, Pfeffer
- ☞ 4 EL Olivenöl
- ☞ 1 Schalotte
- ☞ 2 Knoblauchzehen
- ☞ 1 EL Lebkuchengewürz
- ☞ 2 DL Portwein
- ☞ 1 DL Orangensaft
- ☞ 2 DL Bratensauce
- ☞ 1 LTR Gemüsebouillon
- ☞ 1 STK. Romanesco ca. 600 GR.
- ☞ 300 GR. Pommes Rissolées

### ZUBEREITUNG:

Rindsfilet würzen, die Hälfte des Öls in einer Bratpfanne erhitzen. Fleisch rundum ca. 5 Minuten anbraten. Backofen auf 80 Grad vorheizen. Fleisch in eine ofenfeste Form legen, Fleischthermometer einstecken. Fleisch ca. 80 Minuten niedergaren bis die gewünschte Garstufe erreicht ist:

50 Grad -> Blutig

60 Grad -> Rosa

70 Grad -> Durchgegart

Fleisch in Alufolie wickeln und ca. 10 Minuten ruhen lassen.

Für die Sauce Schalotte und Knoblauchzehe fein hacken und im restlichen Öl ca. 2 Minuten andünsten; Lebkuchengewürz dazugeben. Wein, Orangensaft und Bratensauce dazugiessen und verrühren. Alles auf ca. 4DL einköcheln lassen, gelegentlich verrühren.

Romaesco wie Blumenkohl rüsten, waschen und in der Bouillon ca. 30 Minuten al dente kochen.

Pommes Risolées in der Bratpfanne mit etwas Butter ca. 10 Minuten goldbraun anbraten.

Alle Zutaten auf vorgeheizten Tellern anrichten, Fleisch schneiden und ebenfalls auf dem Teller anrichten. Sauce über das Fleisch geben.

# Dessert

---

## „Makrönchen mit Jogurtcrème“

### ZUTATEN: Makrönchen

- ☞ 1 STK Eiweiss
- ☞ 1 Prise Salz
- ☞ 2 EL Zucker
- ☞ ½ Zitrone, abgeriebene Schale
- ☞ 50 GR. Gemahlene Mandeln
- ☞ 4 EL Limoncello oder Zitronensirup
- ☞ 150 GR Himbeeren

### ZUBEREITUNG: Makrönchen

Eiweiss mit Salz steif schlagen. Zucker beifügen, weiterschlagen bis die Masse glänzt. Zitronenschale und Mandeln daruntermischen, in die Gläser verteilen. In der Mitte des auf 160 Grad vorgeheizten Ofens 15-20 Minuten backen. Herausnehmen und leicht auskühlen lassen. Makrönchen mit Limoncello beträufeln. Himbeeren darüber verteilen

### ZUTATEN: Jogurtcrème

- ☞ 180 GR Jogurt nature
- ☞ 2 EL Zucker
- ☞ ½ Zitrone, abgeriebene Schale und einige Tropfen Saft
- ☞ 2 DL Rahm, Steif geschlagen
- ☞ Geröstete Mandeln zum garnieren

### TÄTIGKEIT

Jogurt, Zucker, Zitronenschale und Saft verrühren. Rahm darunterziehen, Crème über die Himbeeren verteilen und mit den gerösteten Mandeln garnieren.

*Frisch servieren*