

Chochete vom Hügu am
18. August 2004

Bohnensalat mit mariniertem Feta

Italienischer Hackbraten

Conchiglie mit Broccoli und Blumenkohl

Beerenfladen mit Whiskysauce

Bohnensalat mit mariniertem Feta

200 g Fetakäse
1 Peperoncino (italienische Pfefferschote)
1/3 Bund Thymian
3-4 Esslöffel Olivenöl (1)
500 g grüne Bohnen
Salz
250 g Cherrytomaten
2 Frühlingszwiebeln
2 Esslöffel Weissweinessig
2 Esslöffel Balsamicoessig
6 Esslöffel Olivenöl (2)

1. Den Feta in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Den Peperoncino der Länge nach halbieren, entkernen, in Streifchen schneiden und diese hacken. Die Thymianblättchen abzupfen. Peperoncino und Thymian mit dem Olivenöl (1) mischen und diese Marinade über den Feta geben. Sorgfältig mischen.
2. Die Bohnen waschen, rüsten und je nach Länge halbieren. In kochendem Salzwasser zugedeckt 15-20 Minuten weich garen. Abschütten und kurz kalt abschrecken.
3. Die Cherrytomaten waschen und je nach Grösse halbieren oder vierteln. Leicht salzen.
4. Die Frühlingszwiebeln mitsamt schönem Grün fein hacken. Die beiden Essigsorten, Salz und Olivenöl (2) zu einer Sauce rühren. Frühlingszwiebeln beifügen.
5. Zum Fertigstellen die gut abgetropften Bohnen und die Cherrytomaten mit der Frühlingszwiebelsauce mischen und den marinierten Feta darüber verteilen.

Für den Kleinhaushalt

2 Personen: Zutaten halbieren

1 Person: Zutaten vierteln

Italienischer Hackbraten

500 g gehacktes Rindfleisch
500 g gehacktes Kalbfleisch
150 g Mortadella
2 Weggli
150 ml Milch
1 grosse Zwiebel
1 mittleres Rüebl
1 kleines Stück Knollensellerie (in der Grösse des Rüeblis)
4 in Öl eingelegte Dörrtomaten
1 Bund glattblättrige Petersilie
2 Esslöffel Olivenöl (1)
1 Ei
2 Eigelb
Salz, Pfeffer, Paprika
½ dl Olivenöl zum Anbraten (2)
2 dl Weisswein
2 dl Bouillon

1. Beide Hackfleischsorten in eine Schüssel geben. Mortadella sehr fein hacken und untermischen. Bis zur Verwendung sehr kalt stellen.
2. Die Weggli zerzupfen und in eine kleine Schüssel geben. Mit der Milch beträufeln und mindestens 20 Minuten durchziehen lassen. Dann gut ausdrücken und fein hacken.
3. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Rüebl und Sellerie rüsten, klein schneiden, dann im Cutter oder mit dem Wiegemesser ebenfalls fein hacken. Die Dörrtomaten in Streifen schneiden und hacken, ebenso die Petersilie.
4. In einer Bratpfanne das Olivenöl (1) erhitzen. Zwiebel, Rüebl und Sellerie darin 5 Minuten andünsten. Dann Dörrtomaten und Petersilie dazugeben und alles noch weitere 2-3 Minuten dünsten. Abkühlen lassen.
5. Weggli, Zwiebelmasse, Ei und Eigelb zum Hackfleisch geben. Mit Salz, Pfeffer und Paprika grosszügig würzen. Mindestens 5 Minuten von Hand durchkneten oder mit den Knethaken der Küchenmaschine gründlich durcharbeiten. Zu einem Laib formen.
6. Das Öl (2) in einen grossen Bräter giessen. Den Hackbraten hineinlegen und wenn nötig nochmals nachformen. Den Hackbraten im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen auf der zweituntersten Rille 20 Minuten anbraten.

7. Inzwischen Weisswein und Bouillon aufkochen. Nach 20 Minuten Bratzeit zum Hackbraten geben. Die Ofentemperatur auf 120 Grad reduzieren, dabei die Ofentüre 5 Minuten offen lassen, damit die Hitze rasch absinken kann. Den Hackbraten bei 120 Grad je nach Dicke des Laibes 1 3/4 - 2 Stunden nachgaren lassen, dabei gelegentlich mit Jus übergiessen.

Tipp Serviert man den Hackbraten warm, giesst man den Weinsud in eine Pfanne ab, gibt 1 dl Rahm dazu und bindet die Sauce mit Mehlbutter. Dazu 2 Esslöffel Mehl mit gleich viel weicher Butter mit einer Gabel gut verkneten und flockenweise in die kochende Sauce geben. Zum Kaltessen den Hackbraten auskühlen lassen, in Alufolie verpacken und kühl stellen. Rechtzeitig vor dem Servieren herausnehmen, damit er Zimmertemperatur annehmen kann. Als Beilage passt eine Sauermilchsauce mit viel Schnittlauch oder eine Sauce Cumberland.

Für den Kleinhaushalt

2-3 Personen: Zutaten halbieren. Die Backzeit eines kleinen Laibes reduziert sich je nach Dicke um 1/4 - 1/2 Stunde.

Sauce Cumberland

Die Schale von 2 Orangen und 1 Zitrone hauchdünn abschälen und in ganz feine Streifen (Juliennes) schneiden. In kochendem Wasser 5 Minuten blanchieren, dann gut abtropfen lassen. In einem Pfännchen je 1 dl Portwein und Orangensaft, 1 Teelöffel scharfen Senf und 1/2 Teelöffel Ingwerpulver verrühren und aufkochen. Die Zitrusstreifen beifügen und die Flüssigkeit stark einkochen, dann leicht abkühlen lassen. Mit 300 g Johannisbeergelee mischen. Im Kühlschrank ist diese Sauce 3-4 Monate haltbar. Geschmacklich wird sie durch das Lagern noch intensiver.

Conchiglie mit Broccoli und Blumenkohl

- 200 g Broccoli, gerüstet gewogen
- 200 g Blumenkohl, gerüstet gewogen
- Salz
- 1-2 Peperoncini, je nach gewünschter Schärfe
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Salbeiblätter
- 400 g Conchiglie
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1 Esslöffel Butter
- 1 dl Weisswein
- 1 dl Rahm
- 100 g Mascarpone-Gorgonzola oder ersatzweise Kräuter-Doppelrahmfrischkäse
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1. Broccoli und Blumenkohl in kleine Röschen teilen. Salzwasser aufkochen. Zuerst den Blumenkohl hineingeben und gut 1 Minute kochen lassen. Dann den Broccoli beifügen und alles während weiteren 2 Minuten garen. Abschütten, gründlich kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.
2. Die Peperoncini der Länge nach halbieren, entkernen, die Schoten in lange Streifen und diese in Würfelchen schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Die Salbeiblätter ebenfalls hacken.
3. Reichlich Salzwasser aufkochen. Die Conchiglie hineingeben und bissfest garen.
4. Inzwischen in einer weiteren Pfanne Olivenöl und Butter erhitzen. Peperoncini, Zwiebel, Knoblauch und Salbei darin anrösten; sie dürfen leicht Farbe annehmen. Broccoli und Blumenkohl beifügen, kurz mitdünsten, dann mit dem Weisswein ablöschen und alles 2 Minuten kochen lassen. Nun den Rahm dazugiessen. Den Mascarpone-Gorgonzola beifügen und schmelzen lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Conchiglie abschütten und sofort mit der Gemüsesauce mischen. Nach Belieben mit frisch geriebenem Parmesan oder Sbrinz servieren.

Für den Kleinhaushalt

- 2 Personen: Zutaten halbieren, jedoch für die Zubereitung der Sauce 1 dl Weisswein verwenden.
- 1 Person: Zutaten vierteln, jedoch für die Zubereitung der Sauce ½ dl Weisswein verwenden.

Beerenfladen mit Whiskysauce

Ergibt 8 - 12 Stück

Belag:

500 g gemischte Beeren
wie Erdbeeren, Himbeeren,
Heidelbeeren usw.
100 g Zucker
150 g gemahlene Mandeln

Teig:

1 Ei
100 g Zucker
80 g Butter
60 g Mehl
1 Messerspitze Zimt
3 Esslöffel brauner Zucker

Sauce:

120 g brauner Zucker
100 g Butter
1 1/2 dl Rahm
3-4 Esslöffel Whisky

1. Die Beeren waschen, dann sehr gut trockentupfen und je nach Sorte evtl. klein schneiden.
2. Den Boden einer Springform von 26 cm Durchmesser mit Backpapier belegen. Den Rand aufsetzen. Das Papier gut bebuttern. Dann die Beeren darauf verteilen.
3. Zucker und Mandeln mischen und über die Beeren geben.
4. Für den Teig das Ei und den Zucker zu einer hellen, dicklichen Creme aufschlagen. Die Butter schmelzen und unter die Eicreme ziehen. Zuletzt Mehl und Zimt mischen und ebenfalls unterziehen. Die Masse über die Beeren geben und mit braunem Zucker bestreuen.
5. Den Beerenkuchen im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille 30-35 Minuten backen. Herausnehmen und in der Form auskühlen lassen.
6. Für die Sauce Zucker, Butter und Rahm in ein Pfännchen geben und aufkochen. Unter stetem Rühren die Sauce etwa 5 Minuten lebhaft kochen lassen. Dann vom Feuer ziehen und den Whisky einrühren. Die Sauce auskühlen lassen.
7. Zum Servieren den Fladen aus der Form stürzen und in Stücke schneiden, etwas Sauce auf Teller geben und die Kuchenstücke darauf anrichten. Nach Belieben mit Minze dekorieren.

Für den Kleinhaushalt

Es ist nicht nötig, einen kleineren Kuchen zu backen, denn dieses schöne feuchte Stück hält sich 1-2 Tage. Sauce im Kühlschrank aufbewahren.