

# Soltermann's Menu vom 13. April 2005



Avocado-Fenchel Salat

Pouletwürfel in Kräuterrahm

Rossumada

# Avocado-Fenchel Salat

## Zutaten

Avocado	2 Stück
Fenchel-Knollen	2 Stück
Baumnusskerne	50 gr
Zitrone	1 Stk

## Sauce:

Schalotte	1 Stk
Kerbel	1 Bund
Dijonsenf	1 TL
Sherryessig	2 EL
Baumnuss- oder Olivenöl	4 EL
Sonnenblumenöl	2 EL
Salz, schwarzer Pfeffer	

## Zubereitung

Mit Sparschäler schälen, halbieren und in feine Lamellen schneiden. Mit Zitronensaft bestreichen

Fenchel waschen, gut abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden

Grob hacken

Alle Zutaten für die Sauce gut verrühren. Die Schalotte und das Kerbelkraut hacken und dazu geben.

Die Sauce sorgfältig mit den Avocados, dem Fenchel und den gehackten Baumüssen vermischen



# Pouletwürfel in Kräuterrahm

## Zutaten

Pouletbrüstchen 4-6 Stk

Bratbutter 1 EL

### Kräuterrahm:

Schalotte 1 Stk

Weisswein 1 dl

Noilly Prat 0.5 dl

Vollrahm 3 dl

Parmesan, frisch gerieben 1 EL

Paprikapulver 1 Prise

Basilikum gehackt 1 EL

Schnittlauch fein geschnitten 1 EL

## Zubereitung

Den Backofen auf 75 °C vorheizen und eine Platte mitwärmen

Die Pouletbrüstchen in grosse Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen

In der heissen Butter rundherum knapp 2 Min anbraten. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im Ofen bei 75° 45 Min nachgaren lassen

Schälen und fein hacken. Die gehackten Schalotten mit dem Weisswein und dem Noilly Prat in ein Pfännchen geben. Die Flüssigkeit auf ca 25 ml (Etwa 2EL) einkochen lassen. Absieben, dabei die Schalotten gut ausdrücken.

Diesen Fond mit dem Rahm so lange einkochen lassen, bis die Sauce sämig bindet.

Parmesan, Paprika und die Kräuter beifügen und mit Salz und Pfeffer würzen

Die Pouletwürfel unter die Sauce mischen und sofort servieren



# Beilagen

## Frühlingsgemüse

Zutaten		Zubereitung
Morcheln	15 gr getr	<p>Getrocknete Morcheln min 1 h in lauwarmen Wasser einweichen. Anschliessend gründlich spülen. Grosse Pilze halbieren oder vierteln.</p> <p>Die Rüebli und den Kohlrabi schälen und in Stengelchen schneiden. Das Gemüse in wenig Salzwasser knapp weich kochen.</p> <p>Von den Frühlingszwiebeln den Wurzelansatz wegschneiden. Die Zwiebeln mit schönem Grün in Stücke schneiden.</p> <p>Die Butter in einer weiten Pfanne erhitzen. Die Frühlingszwiebeln beifügen und kurz andünsten. Die Morcheln beifügen und 5 Min mitdünsten.</p> <p>Die Rüebli und Kohlrabi beifügen und alles weitere 5 Min dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen</p>
Rüebli	150 gr	
Kohlrabi	1 Stk	
Frühlingszwiebeln	8 -10 Stk	
Butter	50 gr	
Salz		
Schwarzer Pfeffer		

## Rosmarinkartoffeln

Zutaten		Zubereitung
Kartoffel	750 gr	<p>Kartoffel schälen und in dünne Scheiben schneiden</p> <p>Zwiebeln Schälen und in dünne Ringe schneiden</p> <p>In einer grossen Bratpfanne das Öl und die Butter mässig heiss werden lassen. Die Kartoffeln und die Zwiebeln begeben. Lagenweise salzen und pfeffern und mit Rosmarinnadeln bestreuen.</p> <p>Die Kartoffeln zugedeckt bei kleiner Hitze 15 Minuten braten.</p> <p>Wenn sich auf der Unterseite der Kartoffeln eine goldbraune Kruste gebildet hat, wenden und weitere 10-15 Minuten braten. Auf einer vorgewärmten Platte servieren.</p>
Zwiebel, gross	2 Stk	
Rosmarinzwige	2 Stk	
Olivenöl	2 EL	
Butter	30 gr	
Salz		
Schwarzer Pfeffer		

# Rossumada

## Zutaten

Eier	2
Eigelb	3
Zucker	120 gr
Zimt	1 Prise
Rotwein (Merlot)	3 dl

## Zubereitung

Die Eier teilen. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen. Eigelb mit Zucker und Zimt in einem Pfünnchen zu einer sämigen Creme schlagen.

Rotwein zufügen und unter ständigem Rühren bei mässiger Hitze zu einer schaumigen Masse rühren.

Eischnee zugeben und etwa 1 Minuteiterrühren.

Sobald die Creme steigt, in Gläser einfüllen und servieren.

