

*Menu  
zum Herbstanfang*

*vom 16. September 2009*



**Fisch-Päkli mit Focaccia Brot**

\* \* \* \* \*

**Pouletgeschnetzeltes an  
Peperoni- Rahmsauce**

\* \* \* \* \*

**Heidelbeer-Quark-Auflauf**

## **Fisch-Päkli mit Focaccia Brot**

Zutaten: für 4 Personen

400 g	Lachsfilet	
	Zitronenpfeffer	Lachsfilet wenig würzen
2	Tomaten halbiert	
20 g	Rucola fein hacken	
2	Knoblauchzehen fein hacken	
80 g	Butter	mit Rucola und Knoblauch vermischen
	Salz und Pfeffer	Das ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf die Tomatenhälften verteilen

- Lachsfilet vierteln und auf genügend grosse Alufolie legen.
- Je eine Tomatenhälfte darauf geben, zu einem Paket verschliessen.
- Auf einem Backblech im Ofen bei 200°C ca. 30 Minuten backen.

### **Focaccia Brot**

#### **Vorteig**

25 g	Hefe	
½ dl	Lauwarme Milch	Hefe in einer Schüssel damit anrühren
50 g	Mehl	darunter rühren

200 g	Mehl	drüberstreuen, ca. ½ Stunde stehen lassen, bis das Mehl an der Oberfläche aufbricht
-------	------	---

#### **Hefeteig**

250 g	Mehl	
1½ TL	Salz	Mischen, ohne zu rühren zum Vorteig geben
2½ dl	Milch	
2 Ei	Olivenöl	dazu giessen, erst dann alles mischen, Teig kneten, bis er nicht mehr klebt und geschmeidig ist. Zugedeckt um das Doppelte aufgehen lassen.

Formen: Teig ca. 2 cm dick oval auswallen, auf ein gefettetes Blech (ca. 30 X 33 cm) legen. Oberfläche kreuzweise einschneiden, so dass ein Rhombenmuster entsteht. Nach Belieben mit Olivenöl beträufeln oder damit bepinseln. Frischer Rosmarin damit bestreuen oder bestecken 1 - 2 Teelöffel Salz, Pfeffer aus der Mühle drüberstreuen, ca. 10 Minuten aufgehen lassen

Backen: ca. 30 Minuten auf der untersten Rille des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.

## **Pouletgeschnetzeltes an Peperoni- Rahmsauce**

Zutaten: für 4 Personen

600 g Pouletgeschnetzeltes  
3 Peperoni rot, grün und gelb  
3 EL Tomatenmark  
½ TL Paprika  
4 dl Rahm  
Salz und Pfeffer  
Öl zum anbraten

Peperoni in feine Streifen schneiden.

Poulet und Peperoni anbraten. Tomatenmark dazugeben und mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen.

Rahm dazu giessen und ca. 10 Minuten köcheln.

## **Knöpfli**

400 g Mehl  
1 TL Salz  
3 Eier  
3 dl Milch  
1 EL Öl  
50 g Butter zum Anbraten  
Salzwasser zum Sieden der Knöpfli  
2-3 l Wasser  
2 EL Salz

Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen. Die Eier mit Milch und Öl verquirlen. Zum Mehl giessen und verrühren. Den Teig klopfen, bis er Blasen wirft und glatt ist. Den Teig zugedeckt mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Das Wasser mit Salz aufkochen. Den Teig portionenweise auf das Knöpfli sieb geben und mit der Teigkarte durch die Löcher streichen. Im leicht kochenden Wasser ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche sichtbar sind. Mit Schaumkelle herausheben, gut abtropfen lassen.

Vor dem Servieren in einer Bratpfanne mit Butter anbraten.

## **Heidelbeer-Quark-Auflauf**

Zutaten: für 6 Personen

500 g	<b>Heidelbeeren</b>
40 g	Butter
100 g	Zucker
1	Vanilleschote
1	Orange
1	Zitrone
3	Eier
200 g	Magerquark
1	Prise Salz
30 g	Geriebene Mandeln
20 g	Maisstärke
1 TL	Backpulver

1. Backofen auf 180°C vorheizen. Gratinform mit Butter ausstreichen und mit Zucker ausstreuen. Heidelbeeren waschen. Kalt abspülen und abtropfen lassen.

2. Butter und die Hälfte des Zuckers schaumig rühren. Vanilleschote aufschneiden, Mark herauskratzen und zur Butter geben. Orangen- und Zitronenschale fein dazureiben. Eier trennen. Eigelb und Quark zur Buttermasse geben und alles cremig rühren. Eiweiss mit Salz steif schlagen. Restlichen Zucker einrieseln lassen, weiterschlagen, bis die Masse glänzt. Mandeln, Stärke und Backpulver mischen. Mit dem Eiweiss und der Hälfte der Beeren nach und nach unter die Quarkmasse heben. Masse in die vorbereitete Form füllen. Restliche Beeren darüber streuen. Auflauf in der Ofenmitte 30 Minuten backen, ca. 10 Minuten stehen lassen, servieren.