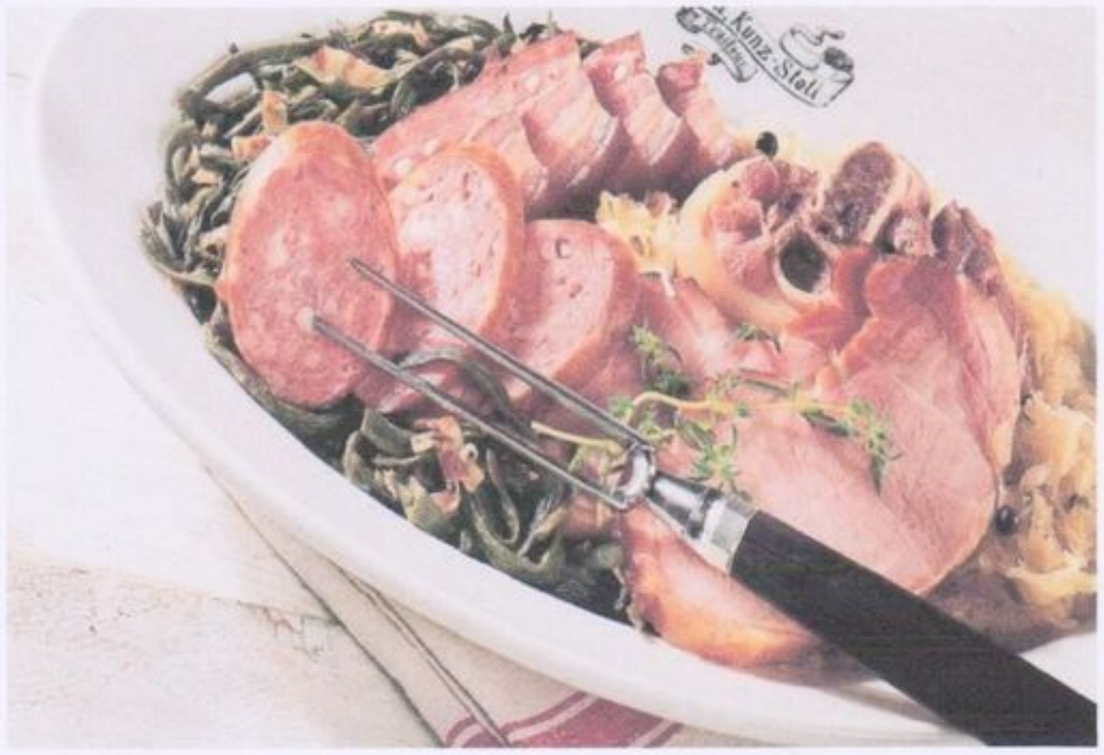
Club Kochender Männer Seedorf

Menu vom 3. Dezember 2014



Rindssuppe

BERNER PLATTE

Frische Ananas in Orangen-Caramel

Von Willi Burtscher

Boner
Christian

Siedfleisch und Rindssuppe

Rezept für **6 Personen**

1.2 kg Rindfleisch zum Sieden

250 g Wurzelgemüse

1 Zwiebel mit Schale (gewaschen, halbiert, in einer Pfanne gebräunt)

Salz / Bouillonwürfel

8 schwarze Pfefferkörner

Grünzeug

1. Das Fleisch in kochendes, leicht gesalzenes Wasser legen.
2. Ca. 1½ Stunden langsam, nicht zugedeckt köcheln lassen (Wasseroberfläche darf sich nur leicht kräuseln).
3. Zwischendurch den sich bildenden Schaum abschöpfen.

4. Danach das geputzte Wurzelgemüse sowie Zwiebeln und Gewürze zugeben und eine weitere ½ Stunde köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist.

Zum Feststellen, ob das Fleisch schon gar ist, sticht man mit einer Srick- oder Rouladennadel ins Fleisch. Lässt sich kaum ein Widerstand feststellen, ist das Fleisch gar.

Lässt sich vorbereiten: Fleisch am Vortag kochen, zugedeckt an die Kälte stellen. Vor Gebrauch langsam wieder aufwärmen, Suppe abschmecken und mit geröstetem Brot und dem zugeschnittenen Gemüse garnieren. Mit Schnittlauch bestreuen.

Sauerkraut

Für 4 Personen

1 kg Sauerkraut

1 Zwiebel und ½ Zwiebel

1 Lorbeerblatt, 1 Knoblauchzehe

4 – 5 Pfefferkörner

2 – 3 Wacholderbeeren

1 gestrichenen Esslöffel Mehl

Salz , Pfeffer, nach Belieben Bouillonpulver

1. Das Kraut in einen Topf geben, Wasser dazugiessen, bis es knapp bedeckt ist. Eine halbierte Zwiebel, Lorbeerblatt, Knoblauch, Pfefferkörner und Wacholderbeeren dazugeben und ½ Stunde dünsten.

2. In einem anderen Topf die halbe, kleingeschnittene Zwiebel in Butter hellbraun rösten, das Mehl einrühren, kurz mitrösten, dann alles zum Kraut geben und gut unterrühren.

3. Mit Salz, Pfeffer und ev. Bouillonpulver abschmecken.

Dörrbohnen

Für 4 Personen

100 g Dörrbohnen

20 g Butter

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

Salz, Pfeffer

1. Bohnen waschen und über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Ca. 2 dl des Einweichwassers absieben und zur Seite stellen.

2. Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in einer Pfanne in Butter andämpfen. Die abgetropften Bohnen dazugeben.

3. Mit dem Einweichwasser ablöschen, salzen, pfeffern und 30 – 45 Minuten auf kleinem Feuer kochen.

Um den Bohnen mehr Geschmack zu geben, kann die Zungenwurst oder ein Teil des etwas vorgekochten Fleisches auf den Bohnen mitgekocht werden.

Salzkartoffeln

Kleine Kartoffeln schälen, in Salzwasser (nach Belieben mit wenig Kümmel) weichkochen, in Butter und Peterli schwenken.

Frische Ananas in Orangen – Caramel

Für 4 Personen

1 frische Ananas

100 g Zucker

1 Teelöffel Zitronensaft

25 g Butter

1½ dl frisch gepresster Orangensaft (von 2 Orangen)

Saft von ½ Zitrone

nach Belieben 3 Esslöffel Orangenlikör

1. Die Ananas in Scheiben schneiden, schälen und den Strunk ausstechen.

2. Den Zucker mit 1 Teelöffel Zitronensaft in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze langsam zu braunem Caramel schmelzen lassen. Die Butter darin unter Rühren aufschäumen lassen . Orangen- und Zitronensaft dazugeben und alles 5 Minuten lebhaft kochen lassen. Bis hier kann das Dessert vorbereitet werden.

3. Vor dem Servieren die Ananasscheiben und nach Belieben den Likör in den Caramelsud geben und 3 – 4 Minuten leicht kochen lassen, dabei die Ananasscheiben einmal wenden. Mit dem Sud in Desserttellern anrichten. Nach Belieben mit Vanille- oder Caramelglace oder geschlagenem Rahm servieren.