



Herbstmenue von Aschi am 5.9.2018

Herbstsalat

Ossobucco in Merlot

Polenta

Heidis Apfelkuchen

Bunter Herbstsalat mit Pouletstreifen

Blattsalat

Nüsslisalat

Cherrytomaten

Peperoni

Pouletstreifen

Alles waschen, rüsten, auf Tellern dekorativ verteilen und mit der Lieblingssauce beträufeln.

Polenta

1 Lt Salzwasser
250 g Maisgriess

1 Lfl Butter

aufkochen
einrieseln lassen
Polenta bei schwacher Hitze unter häufigem Rühren
60 bis 75 Minuten köcheln lassen.
zum Abschmecken

Ossobucco in Merlot

- 2 EL Oel
- 4 Haxen
- 1 grosse Zwiebel, grob gewürfelt
- 4 mittelgrosse Karotten
- 4 Spross Stangensellerie
 - Salz
 - Frisch gemahlener Pfeffer
 - Rotwein
- 500 g Tomaten aus Dose oder Glas
- 1 BIO-Zitrone: wenig abgeriebene Schale

1. Karotten schälen, in 5 bis 8 cm lange Stäbchen schneiden
2. Stangensellerie in 5 bis 8 cm lange Stücke schneiden
3. Haxen in einem Brat-/Schmortopf im Oel rundum kräftig anbraten; Zwiebeln, Karotten und Stangensellerie zugeben und mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen, wenig Rotwein zugeben, bei schwacher Hitze 15 bis 20 Minuten schmoren.
4. Tomaten grob zerkleinern, in den Topf geben, weitere 25 Minuten schmoren, mit Zitronenschale abschmecken, weitere 30 Minuten schmoren.

Wichtig: Bei kleiner Hitze schmoren!

Mit Polenta servieren

Und zum Dessert gibt es

Heidis Apfelkuchen

400 g Kuchenteig	4 EL Haselnüsse od. 1 EL Maizena
700 g Aepfel	2 EL Milch
3 EL Zucker	1 EL Butter
1 TL Zimt	2 EL Milch
¼ TL Muskat	
1 Prise Salz	1 Paket Vanilleglacé

Etwas mehr als die Hälfte des Teiges auswallen und ein Blech (24 cm Ø) damit

belegen. Aus dem restlichen Teig einen Deckel auswallen. Die Aepfel rüsten und in dünne Scheiben schneiden. Zucker, Zimt, Muskat, Salz und Haselnüsse mit den Aepfeln mischen.

Den Teigboden mit der Füllung belegen, Butterflöckli darauf verteilen.

Den Deckel auf die Füllung legen und mit einer Gabel einstechen. Den vorstehenden Rand des Bodens zu einer Wellenlinie einrollen. Mit Milch bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 180 – 200° ca 40 Minuten backen.

Den Kuchen noch lauwarm servieren und auf jedes Kuchenstück ein Stück Vanilleglacé legen.