

Maibowle

Frühlingsalat

Wilder Reis

Rotzungenfilets an Zitronensauce

**Zitronenquarkköpfchen
an Himbeersauce**

MAIBOWLE

6 -8 Personen

Zutaten

1 Sträuschen Waldmeister
250 gr. Erdbeeren
3 - 4 EL Zucker
½ dl Kirsch
1 Fl. spritziger Weisswein (7dl)
1 lt. kohlenensäurehaltiger Apfelsaft

Zubereitung

Das Waldmeistersträuschen mit einem Faden zusammenbinden und während einiger Stunden welken lassen.
Erdbeeren rüsten und je nach Grösse halbieren oder vierteln.
Beeren in ein Bowlenglas geben und Zucker sowie Kirsch beifügen und alles mischen.
Den Waldmeister dazulegen.
Alles bei Zimmertemperatur mindestens 30 Min. ziehen lassen.
Den Waldmeister entfernen.
Den Bowlenansatz kühl stellen.
Vor dem Servieren die Bowle mit dem kühlen Wein und Apfelsaft aufgiessen.

Frühlingsalat

4 Personen

400 g Löwenzahn

1 - 2 hart gekochte Eier

grosse Blätter in Streifen schneiden

hacken, beiseite stellen

Sauce

200 g Frühstücksspeck, in
Tranchen

in feine Streifen schneiden, in der Bratpfanne
ohne Fett knusprig braten, herausnehmen, auf
Haushaltpapier abtropfen, beiseite stellen

4 Esslöffel Oliven- oder
Sonnenblumenöl

in derselben Pfanne heiss werden lassen

1 Knoblauchzehe, in Scheibchen

bei mittlerer Hitze kurz braten, vom Feuer
ziehen

2 Esslöffel Weisswein- oder
Obstessig

dazugeben

Salz, nach Bedarf
Pfeffer aus der Mühle

würzen, mit den anderen Zutaten gut
verrühren, noch warm über den Salat verteilen

gehackte Eier
gebratener Frühstücksspeck

über den Salat streuen, sofort servieren



TYP

An Stelle von Speck geröstete Brotwürfel darüberstreuen.

Wilder Reis

Rotzungenfilets an Zitronensauce

4 Personen

- Reis
- Ca. 1¹/₂ Tassen (250 gr.) in gesalzenem (ca. ¹/₂ TL) Wasser (5-6 dl.) 20Min. kochen.
 - Allfälliges Restwasser abgiessen.
 - 1Stk. Butter in Pfanne geben, zergehen lassen.
 - Reis darin wenden und anschliessend warm stellen.
- Rotzungenfilets
- Ca. 700 gr. Filets in rohe Milch eintauchen.
 - salzen, leicht pfeffern (nicht aus der Mühle)
 - Im Mehl wenden.
 - In Butter beidseitig je ca. 4 Min. goldbraun anbraten und anschliessend auf einer vorgewärmten Platte warm halten.
- Zitronensauce
- Zutaten:
- Saft von ¹/₂ Zitrone
 - 1.5-2dl Rahm
 - ¹/₂ - 1dl spritziger Weisswein
 - 1 - 2 EL Bratbutter
 - Salz, Pfeffer (nicht aus der Mühle)
- Zubereitung:
- Butter in Pfanne zergehen lassen.
Mit Wein und Zitronensaft ablöschen.
Gut durchkochen.
Rahm beifügen und auf kleinem Feuer ca. 5 Min. köcheln lassen.
Würzen :(Pfeffer,Salz,etc.) nach Belieben
- Anrichten:
- Die Filets in vorgewärmte Platte legen und mit der heissen Sauce übergiessen .

TYP ALS Teller garnitur am Tellerand ein bis in die Mitte aufgeschnittener und anschliessend verwundener Zitronenring mit etwas gehacktem Peterli anbringen.

Zitronenquarkköpfchen mit Himbeersauce

4 Personen

Zutaten

2 Eigelb, 2 Eiweiss, 50 gr. Zucker, abgeriebene Schalen von 2 Zitronen, 4 EL Zitronensaft, $\frac{1}{2}$ TL Vanillinzucker, 300 gr. Magerquark, 4 Blatt Gelatine, 1,8 dl Halbrahm, 1 Prise Salz, 3 EL Zucker.

200 gr. tiefgefrorene (im Sommer frische), ganze Himbeeren

Zubereitung

Die Eigelb mit dem Zucker zu einer hellen, dicken Creme aufschlagen.

Zitronenschale und -Saft, Vanillinzucker sowie Quark beifügen.

Die Gelatine in reichlich kaltem Wasser einweichen.

Wenn sie zusammengefallen ist, tropfnass in einem Pfänchen so lange erwärmen, bis sie geschmolzen ist.

Von der Herdplatte nehmen.

Unter rühren einige Löffel Zitronencreme beifügen, dann diese Masse unter die restliche Creme mischen.

Den Halbrahm steif schlagen und unterziehen.

Die Eiweiss mit dem Salz ebenfalls steif schlagen.

Den Zucker beifügen und kurz weiterschlagen.

Den Eischnee sorgfältig unter die Zitronencreme ziehen.

In kalt ausgespülte Förmchen füllen.

Mindestens 3 Stunden kühl stellen.

Himbeersauce

Ca. die Hälfte der Beeren mit dem Mixer fein pürieren .

Nach Belieben zuckern und bis zum Servieren kühl stellen.

Servieren

Die Förmchen sehr kurz in heisses Wasser stellen.

Die Zitronenquarkköpfchen danach stürzen.

Nach Belieben Himbeersauce und ganze Beeren (ev. + ein Himbeerblatt) als Garnitur am Tellerrand montieren.



Typ

Je nach Geschmack eventuell ca. $\frac{1}{2}$ EL Zitronensaft der Himbeersauce beifügen und unterziehen.