

Menu am 18. Oktober 2000

Broccolicremesuppe

Gemüsedips mit Quarksauce

Rehschnitzel
Wildrahmsauce
Rotkraut
Apfel mit Preiselbeeren
Kastanien
Nüdeli
Grüner Salat

Fruchtsalat mit Saisonfrüchten

Broccoli cremesuppe

1/2 Zwiebel
200 g Broccoli , gerüstet
8 dl Gemüsebouillon
40 g Rahm

Zwiebel fein schneiden und in wenig Butter andämpfen

150 g Broccoli dazu geben und mitdämpfen

Mit der Bouillon ablöschen, aufkochen und ca. 1/2 Std. auf kleinem Feuer weichkochen. - Mixen. - Mit Rahm verfeinern und abschmecken.

Restlicher Broccoli in kleine Röschen schneiden und separat kochen (knackig) und als Einlage in die Suppe geben.

Gemüsedips mit Quarksauce

100 g Rüebli
100 g Peperoni
100 g Stangensellerie
100 g Gurken
100 g Fenchel
(oder beliebige andere feste Gemüse, z.B. Tomaten,
Cherrytomaten, Kohlräbli, Chicoréstangen, Sellerie,
Zucchetti, Blumenkohl)

Gemüse rüsten, waschen und in Stengeli schneiden.
Auf einer Salatplatte schön anrichten "präsentieren".

Grundsauce für den Quarkdip:

200 g Magerquark würzen mit Salz, Worcestersauce, Pfeffer

Je nach Geschmack kann die Grundsauce aromatisiert werden:

Kräuterdip: mit verschiedenen gehackten frischen Kräutern

Tomatendip: mit 1 KL Tomatenpurrée

Currydip : mit 1KL Curry und 1 Päckli Safran

Dilldip : mit gehacktem Dill nach Belieben

Knoblauchdip: mit 3 gepressten Knoblauchzehen

Rehschnitzel mit Wildrahmsauce

4 Rehschnitzel a 100g
100 g Saucengemüse (Zwiebeln, Rübli, Sellerie, Kohlräbli)
1-2 dl Bratenjus
wenig Tomatenpurrée
1/2 dl Rahm
1 dl Rotwein

Saucengemüse in Würfeli schneiden
mit wenig Fett in der Bratpfanne rösten
Tomatenpurrée mitrösten, mit Rotwein ablöschen und Bratenjus dazugeben
mit Paprika, Pfaffer und Worcestersauce würzen
Ca. Min. köcheln lassen
Gemüse in der Sauce mixen oder passieren und zur Sauce zurückgeben
Vor dem Servieren den Rahm zugeben.

Rotkraut

800 g Rotkraut
1 -2 Zwiebeln, gehackt
1 dl Rotwein
2 dl Bouillon
1 EL Essig nach Belieben

Rotkraut in dünne Streifen schneiden
Gehackte Zwiebel andämpfen, Rotkabis dazugeben und
mit dem Rotwein ablöschen
2 dl Bouillon begeben und ca. 30 Min. kochen
Vor dem Servieren den Essig begeben

Nüdeli

120 g Nüdeli in viel Salzwasser al dente kochen

Apfel und Kastaniengarnitur

4 Äpfel ausgestochen weichkochen

mit Preiselbeeren (oder Konfitüre) füllen

100 g Kastanien ohne Schale mit wenig Bratenjus weichkochen

Appetitlich auf Platte oder Teller arrangieren

Trinken und Singen

Viel Essen macht viel breiter
Und hilft zum Himmel nicht,
Es kracht die Himmelsleiter,
Kommt so ein schwerer Wicht.

Das Trinken ist gescheiter,
Das schmeckt schon nach Idee,
Da braucht man keine Leiter,
Das geht gleich in die Höh`.

Mittwoch, 18. Oktober 2000

Herbst

Der Wald wird falb, die Blätter fallen,
Wie öd und still der Raum!
Die Bächlein nur gehn durch die Buchenhallen
Lind rauschend wie im Traum,
Und Abendglocken schallen
Fern von des Waldes Saum.

Was wollt ihr mich so wild verlocken
In dieser Einsamkeit?
Wie in der Heimat klingen diese Glocken
Aus stiller Kinderzeit -
Ich wende mich erschrocken,
Ach, was mich liebt, ist weit!

So brecht hervor nur, alte Lieder,
Und brecht das Herz mir ab!
Noch einmal grüss' ich aus der Ferne wieder,
Was ich nur Liebes hab',
Mich aber zieht es nieder
Vor Wehmut tief ins Grab.