



Hobby Köche Obstalden

24.02.2014

Franz Leupi

Rüebli-Rahm-Suppe mit Brätkügeli

Gruyère-Ramequin mit Birnen

Apfelschaum-Dessert

Rüebli-Rahm-Suppe mit Brätkügeli

Zutaten für 2 Personen

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
350 g Rüebli
1 EL Pflanzenöl Creme
Gemüsebouillon
5 dl Wasser
130 g Brätkügeli
1 dl Vollrahm
½ Bund Kerbel
Salz und Pfeffer, nach Bedarf.



Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch hacken, Rüebli in Stücke schneiden.
Pflanzenöl erwärmen, Knoblauch und Zwiebeln andämpfen.
Rüebli begeben, Curry darüberstäuben, kurz mitdämpfen.
Bouillon begeben, Wasser dazugiessen, aufkochen.
2. Suppe zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. kochen.
Suppe fein pürieren.
Brätkügeli in die Suppe geben, bei kleiner Hitze ca. 5 Min. ziehen lassen.
3. ½ Rahm dazu giessen, aufkochen, würzen.
Restlichen Rahm flaumig schlagen.
Kerbel grob schneiden.
Suppe anrichten, mit Rahm und Kerbel garnieren.

Dazu passt Vollkornbrot.

Gruyère-Ramequin mit Birnen

Zutaten für 2 Personen

150 g Halbweiss- oder Ruchbrot
1 TL Butter für die Form
120 g Gruyère, rezent
2 Birnen
Saft von ½ Zitrone

Guss

2 dl Milch
2 Eier
Pfeffer
Paprika
Muskat
Salz



Zubereitung

1. Brot in knapp 1 cm Scheiben schneiden.
Gratinform mit Butter ausstreichen.
Den Gruyère in dünne Scheiben schneiden.
2. Birnen ungeschält halbieren, Kerngehäuse herausschneiden und in Scheiben schneiden, sofort mit Zitronensaft beträufeln.
Abwechslungsweise ziegelartig Brot, Käse und Birnen in die Form einschichten.
3. Für den Guss alle Zutaten verrühren und über das Ramequin giessen.
4. Backen im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad in der Ofenmitte ca. 30 Min

Apfelschaum-Dessert

Zutaten für 4 Personen

Zubereiten: ca. 35 Minuten

Kühl stellen: ca. 1 Stunde

5 dl Apfelsaft

½ Limette, abgeriebene Schale und -saft

60 g Zucker

2 EL Wasser

1 EL Butter

4 Äpfel, z.B. Cox Orange, geschält,
Kerngehäuse entfernt, in Scheibchen
geschnitten

0,5-1 dl Apfelsaft

1 Vanillestängel, ausgeschabtes Mark und Stängel

2,5 dl Vollrahm

2-3 EL Puderzucker

Garnitur:

2 EL Zucker

½ Limette, abgeriebene Schale



Zubereitung

1. Apfelsaft, Limettenschale und -saft auf 1 dl einkochen (15-20 Minuten), absieben, zugedeckt 30-60 Minuten kühl stellen.
2. Zucker und Wasser köcheln, bis der Zucker hellbraun caramelisiert, Pfanne von der Platte nehmen. Butter beifügen, schmelzen. Äpfel zugeben, andämpfen. Pfanne auf die Platte zurückstellen. Mit Apfelsaft ablöschen, Vanillemark und -stängel dazugeben. Zugedeckt 5-10 Minuten knapp weichkochen, auskühlen lassen.
3. Rahm mit Puderzucker steif schlagen, dabei eingekochten Apfelsaft langsam dazu giessen.
4. Garnitur: Zucker und Limettenschale im Mörser oder von Hand verreiben.
5. Erst Apfelstücke, dann Schaum in Gläser füllen, Limetten-Zucker darüber streuen.

Nährwerte

Eine Portion enthält: 504 kcal, 2g Eiweiss, 25g Fett, 67g Kohlenhydrate.