

Hobby Köche Obstalden

28. 2. 2011

Franz Leupi

Schwarzwurzelsuppe

Zürcher Geschnetzeltes

Orangencreme

Schwarzwurzelsuppe

Für 4 Personen

400g	Schwarzwurzeln
1	Esslöffel Rapsöl
8dl	Gemüsebouillon
1dl	Rahm
½	Esslöffel Salz
wenig	Pfeffer
50g	Portulak
4	Esslöffel Olivenöl
	Salz, Pfeffer



1

Schwarzwurzeln unter fliessendem Wasser gründlich abbürsten, schälen, in Scheiben schneiden.

2

Oel in einer grossen Pfanne warm werden lassen. Schwarzwurzeln andämpfen, Bouillon dazu giessen, Schwarzwurzeln zugedeckt ca. 20 Min. weich köcheln, pürieren, Rahm darunter rühren, würzen.

3

Portulak und Oel mit dem Mixstab pürieren, würzen.
Suppe mit dem Portulaköl garnieren.

Zürcher Geschnetzeltes

Für 4 Personen

600g	Kalbfleisch (Nuss oder Plätzli, zum Schnetzeln)
50g	Butter
2	Schalotten fein gehackt
1,5dl	Weisswein
1,5dl	Rahm
	Mehl, Salz, Pfeffer



Nudeln nach Packungsbescrieb.

Zubereitung

Die Kalbsschnitzel in schmale, dünne Streifen schneiden. Mit 1-2 EL Mehl bestäuben und vorsichtig wenden. Butter in einer Bratpfanne erhitzen und die fein gehackten Schalotten glasig dünsten.

Das Fleisch beigegeben und bei starker Hitze und unter ständigem Rühren eine gute Minute anbraten, dann salzen und pfeffern, mit dem Wein ablöschen und das Fleisch sofort in ein Sieb geben und abtropfen lassen.

Den Abtropfsaft zurück in die Pfanne geben, etwas einkochen lassen, dann den Rahm dazugiessen. Kurz köcheln, abschmecken, das Fleisch wieder dazugeben, aufkochen und servieren.

Achtung

Das Fleisch nicht in der Sauce kochen lassen, da es sonst zäh wird.

Orangencreme

Für 4 Personen

80g Zucker
eine Orangenschale,
abgerieben
1dl Orangensaft
Saft einer halben Zitrone
1TL Maizena
3 ½ dl Naturejogurt
2dl geschlagener Halbrahm
1 bis 2 Orangen für Dekoration



Zubereitung

Die Zutaten bis und mit Maizena in einer Chromstahlpfanne aufkochen, dann im kalten Wasserbad unter Rühren abkühlen lassen. Naturejogurt und geschlagenen Halbrahm darunterziehen. Orangen filetieren und Creme und Teller damit dekorieren.