



Kochen 26. März 2001

**Blattsalat mit Balsamico
geräucherter Fisch mit Meerrettich-Sauce**

**überbackene grüne Spargeln
an Senfsauce**

Rosmarin-Kartoffeln

Birnen-Zitronenquark

Blattsalat

Salat

rüsten, waschen, auf Teller anrichten

Sauce für 4 Pers.

1 Teelöffel Salatgewürz

7 Essl. Olivenöl

6 Essl. Aceto Balsamico

3 Essl. Wasser

alle Zutaten mit dem Schwingbesen gut
verrühren, kurz vor dem Servieren über den Salat
giessen

geräucherter Fisch für 4 Pers.

2 Fische in Streifen schneiden

auf Teller verteilen

Meerrettichsauce

auf jeden Teller 2 Teel. neben den Fisch geben

Überbackene grüne Spargeln an Senf-Sauce

Für 4 Personen

Vorbereiten: ca. 30 Minuten

Zubereiten: ca. 40 Minuten

1 kg grüne Spargeln

Salz

eine Prise Zucker

2 Essl. Zitronensaft

etwas Butter

1 Teel. Bouillon

wenig Oel für Gratinform

Zubereiten:

Spargeln waschen, Enden etwas kürzen, evt. etwas schälen. Wasser mit Zutaten zum kochen bringen. Die Spargeln darin etwa 10 Minuten knackig kochen. Spargeln gut abtropfen lassen, dann in eine mit wenig Oel ausgepinselte Gratinform legen, Backofen auf 200 °C vorheizen.

Senf-Sauce

2 Zwiebeln

1 Teel. Butter

½ dl Weisswein

2 Essl. körnigen Senf

(aus dem Glas)

1 Essl. milden Senf

1 Teel. Maizena

1 Becher Halbrahm (1,8 dl)

100 g Parmesan, gerieben

Pfeffer, Salz

Zubereiten:

Die Zwiebeln schälen, fein hacken. In der Butter kurz andämpfen, mit Wein ablöschen. Senf begeben, alles gut verrühren. Maizena mit dem Halbrahm verrühren, zur Sauce geben, unter Rühren aufkochen lassen, mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Pfanne vom Herd ziehen, die Hälfte des Parmesans begeben und unter Rühren in der Sauce schmelzen lassen. Die Sauce über die Spargeln giessen, dann den restlichen Reibkäse darüberstreuen. Nach 15 Minuten Backzeit der Kartoffeln die Spargeln in den Ofen schieben und während 15 Minuten überbacken lassen. Zusammen mit den Kartoffeln servieren.

Rosmarin-Kartoffeln

Für 4 Personen

600 g Frühkartoffeln

1 Teel. Olivenoel

Rosmarin, getrocknet

Salz

Zubereiten:

Die Kartoffeln waschen, halbieren, mit dem Schnitt nach oben auf ein Blech legen. Schnittflächen zuerst mit Öl bepinseln, dann mit Rosmarin und Salz bestreuen. Blech in den Ofen schieben und die Kartoffeln während etwa 30 Minuten goldbraun backen.

Birnen-Zitronenquark

Für 4-6 Personen

2 Eigelb

4 Essl. Zucker

rühren, bis Masse hell ist

1 Zitrone, abgeriebene Schale und Saft

2 Päckli Halbfettquark (je 150 g)

1 Becher saurer Halbrahm (180g)

alles begeben, glattrühren

1 dl Rahm oder Halbrahm

steif schlagen und darunterziehen

2 Eiweiss

1 Prise Salz

zusammen steif schlagen

4 Essl. Zucker

begeben, kurz weiterschlagen, dann sorgfältig unter die Masse ziehen

2-3 reife Birnen, z.B. Williams

schälen, Kerngehäuse entfernen, in Schnitzchen schneiden, in Coupegläser verteilen

2 Essl. Zitronensaft

Birnen damit beträufeln und die Creme darüber anrichten. 1-2 Std. kühl stellen

Tipp: nach Belieben Kompottbirnen verwenden.

Viel Spass beim Kochen wünscht allen
Horst