

Brennessel- Smoothie



- Die Brennnesseln (man verwendet die oberen Blätter) zupfen und gründlich waschen.
- Mit einem Wallholz darüber rollen, damit brechen die Haare und die Esseln brennen nicht mehr
- In einen Mixer geben.
- Nun die Orange schälen und klein schneiden und dazugeben.
- Den Apfel ebenfalls klein schneiden und in den Mixer geben.
- Mit etwas Wasser auffüllen und kräftig mixen.

Brennnesselsuppe

1 El Butter
1 kleine Zwiebel, fein gewürfelt
250 g junge Brennnesselblätter
wenig Knollensellerie, geschält,
klein gewürfelt
1 kleine Karotte, geschält,
klein gewürfelt
1 große mehligkochende Kartoffel,
geschält, gewürfelt
½ dl/50 ml Weißwein
1 l Gemüsebrühe
1 dl/100 ml Schlagrahm/-sahne
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

1 | Zwiebeln und Brennnesseln in der Butter andünsten, Sellerie und Karotten mitdünsten, Kartoffeln zugeben, mit Weißwein und Gemüsebrühe ablöschen, aufkochen, Suppe köcheln lassen, bis das Gemüse und die Kartoffeln weich sind. Die Suppe pürieren.
2 | Brennnesselsuppe aufkochen, abschmecken, Schlagrahm unterziehen. In vorgewärmten Tassen oder Tellern anrichten.
Brennnesseln | Mit Handschuhen zarte Blatttriebe (Spitzen) pflücken. Junge Triebe mit Stiel verwenden, ältere Blätter von den Stielen zupfen.

Wildkräuter- Crostini mit Blüten

1 Baguette oder Weißbrot, in Scheiben
weiche Butter oder
Ziegen- oder Kuhmilchfrischkäse
grobkörniges Salz
Wildkräuter: Bärlauch, Sauerampfer, Schaum-
kraut, Brunnenkresse, Leimkraut-
Triebspitzen, Bärenklau, Brennessel
Blüten: Veilchen, Schlüsselblumen,
wilde Stiefmütterchen

- 1 | Kräuter von den Stielen zupfen und hacken
oder in Streifen schneiden.
- 2 | Brotscheiben im Backofen bei 220 °C leicht
rösten.
- 3 | Butter oder Frischkäse mit Salz würzen, auf
den Baguettescheiben verstreichen. Mit
Kräutern belegen und mit Blüten garnieren.

Abbildung

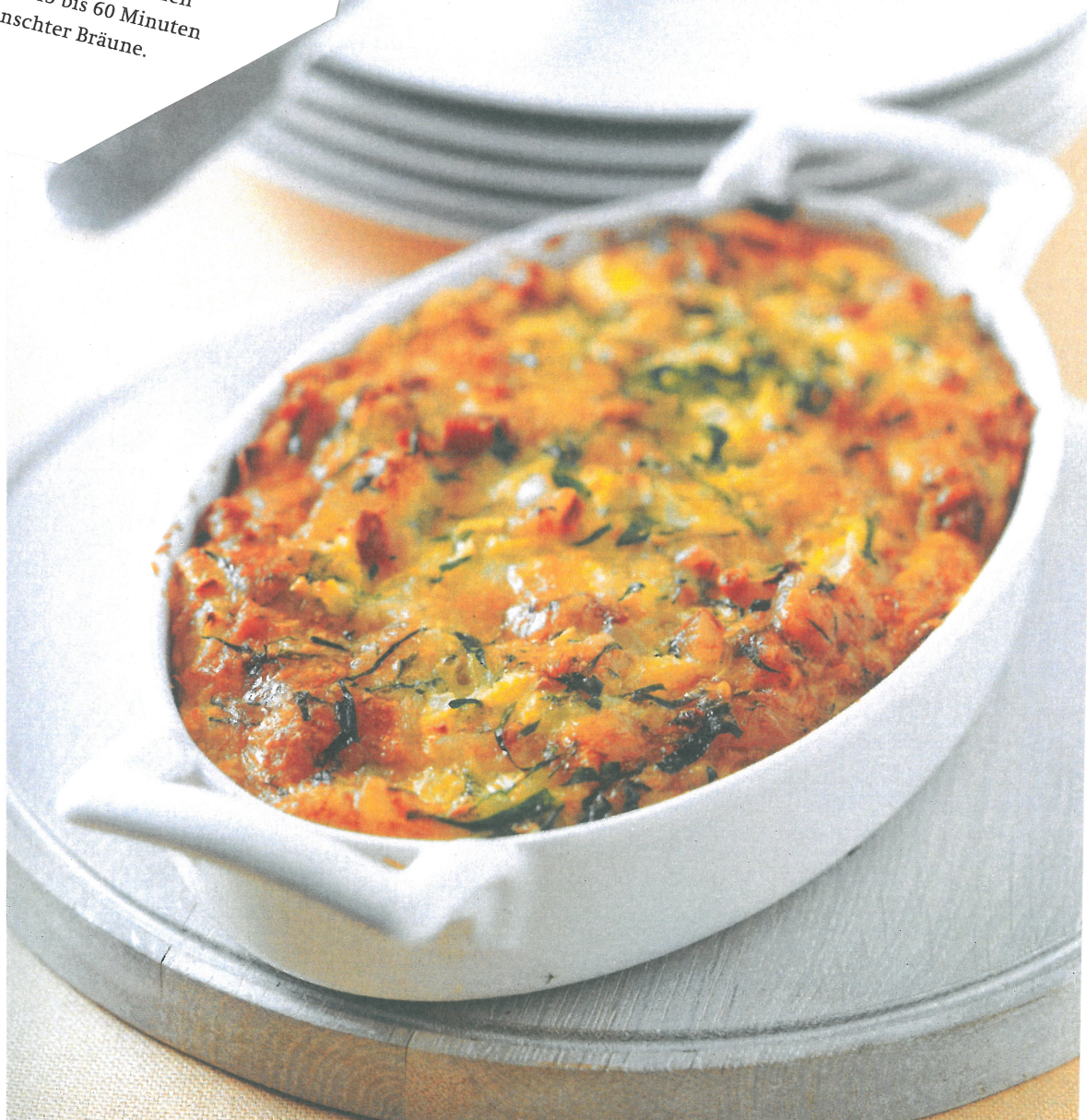


Ofetoori – Kartoffelauflauf

600–800 g mehligkochende Kartoffeln
4 Eier
4 EL Rahm/Sahne
1–2 mittelgroße Zwiebeln,
fein gewürfelt
400 g Alpkäse
50 g Speckwürfelchen
2 EL gehackte glattblättrige Petersilie
Meersalz
frisch gemahlener Pfeffer
Butter für die Form

- 1 | Kartoffeln in der Schale im Dampf weich garen, noch warm schälen und durch das Passevite drehen.
- 2 | Alpkäse auf der Röstiraffel reiben.
- 3 | Backofen auf 180 °C vorheizen.
- 4 | Eine Gratinform einfetten, Kartoffeln in der Form verteilen. Eier und Rahm verquirlen, Zwiebeln, Käse, Speck und Petersilie unterrühren, würzen, auf den Kartoffeln verteilen.
- 5 | Ofetoori in der Mitte in den Backofen schieben und bei 180 °C 45 bis 60 Minuten backen, je nach gewünschter Bräune.

Abbildung



Tessiner Klosterkuchen



für eine Gratinform
von 24 cm Durchmesser

4 EL Olivenöl extra vergine

1 Zwiebel, fein gewürfelt

2 Knoblauchzehen,
fein gewürfelt

20 g getrocknete Steinpilze

800 g Spinat oder halb Spinat/
halb Brennesseln

2 EL gehackte Petersilie

120 g altbackenes Brot,
gewürfelt

1 dl/100 ml Milch

3 Eier

50 g reifer Alpkäse,
klein gewürfelt

frisch gemahlener Pfeffer

frisch geriebene Muskatnuss

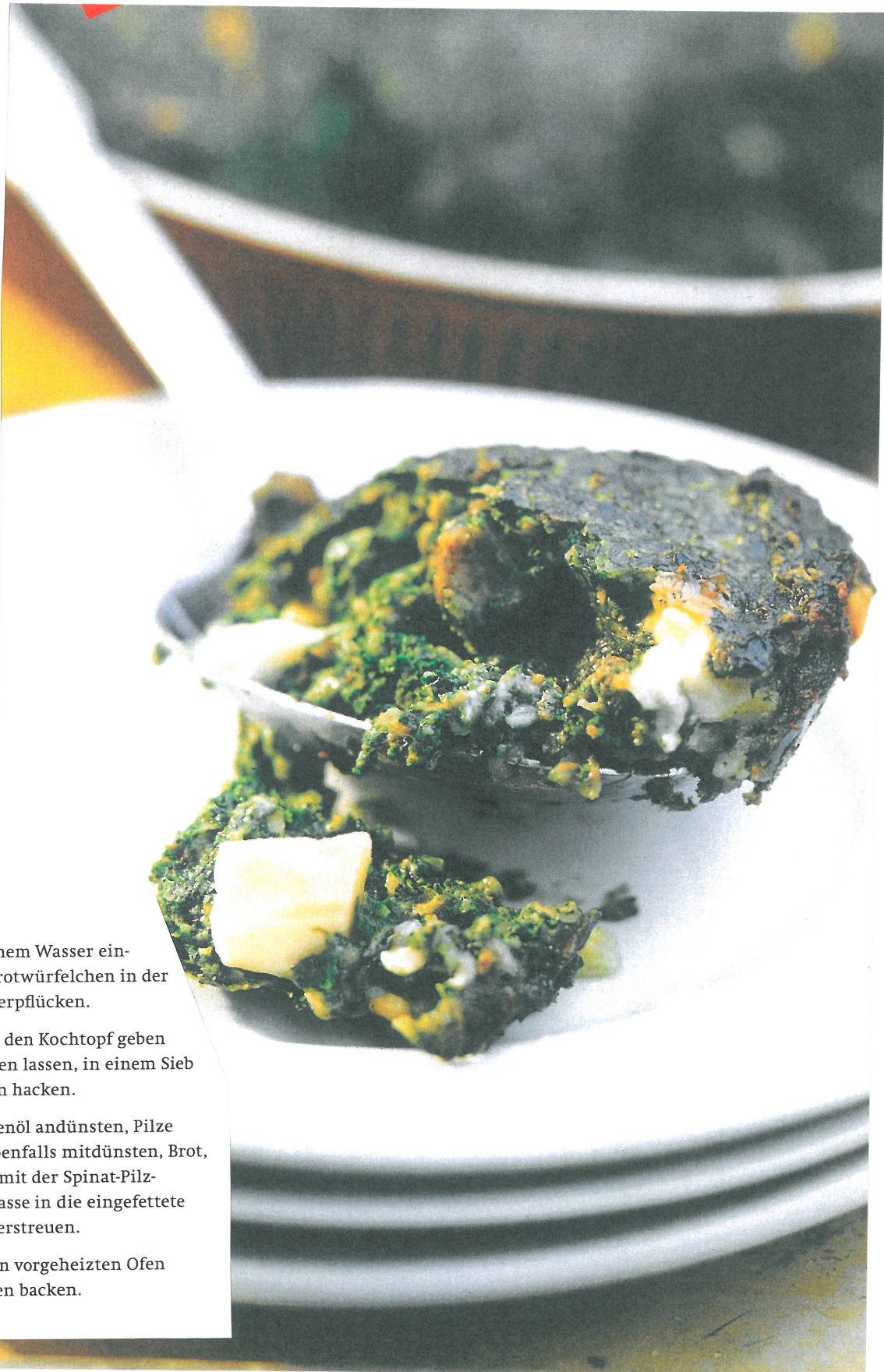
100 g reifer Alpkäse, gerieben

1 | Steinpilze 10 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen, ausdrücken und hacken. Brotwürfelchen in der Milch einweichen, mit einer Gabel zerpfücken.

2 | Spinat/Brennesseln tropfnass in den Kochtopf geben und bei starker Hitze zusammenfallen lassen, in einem Sieb abtropfen und auskühlen lassen, fein hacken.

3 | Zwiebeln und Knoblauch im Olivenöl andünsten, Pilze mitdünsten, Spinat und Petersilie ebenfalls mitdünsten, Brot, verquirlte Eier und Käsewürfelchen mit der Spinat-Pilz-Masse vermengen, würzen. Spinatmasse in die eingefettete Form füllen, geriebenen Käse darüberstreuen.

4 | Klosterkuchen in der Mitte in den vorgeheizten Ofen schieben, bei 180 °C 40 bis 50 Minuten backen.



Kaninchenragout Tessiner Art · Ragoût de lapin tessinoise

Zutaten

	4 Pers	10 Pers
Kaninchen, ganz, ohne Kopf	1200 g	3000 g
Kaninchenleber	120 g	300 g
Salz	8 g	20 g
Pfeffer, weiß, aus der Mühle	1 g	3 g
Speck, geräuchert	100 g	250 g
Bratbutter (1)	20 g	50 g
Knoblauch, geschält	8 g	20 g
Zwiebeln, geschält	50 g	120 g
Karotten, geschält	40 g	100 g
Rosmarin, frisch	1 g	3 g
Majoran, frisch	1 g	2 g
Thymian, frisch	1 g	2 g
Tomatenpüree	15 g	40 g
Weißmehl	20 g	50 g
Rotwein, Merlot	400 g	1000 g
Kalbsfond, braun	300 g	750 g
Bratbutter (2)	10 g	20 g
Steinpilze, frisch, gerüstet	80 g	200 g
Bratbutter (3)	20 g	50 g

Vorbereitung

- Das Kaninchen mit Knochen in Ragoutstücke zerteilen (die Leber beiseite legen).
- Kaninchenleber in gleichmäßige Stücke (gemäß Personenzahl) schneiden.
- Den geräucherten Speck (ohne Knorpel) in 5 mm große Würfel schneiden und blanchieren.
- Rosmarin, Majoran und Thymian waschen, zupfen, trockentupfen und fein hacken.
- Knoblauch fein hacken.
- Die Zwiebeln und die Karotten in 1 cm große Würfel schneiden.
- Die Steinpilze mit einem Tuch abreiben und in Scheiben schneiden.

Zubereitung

- Das Kaninchenragout mit Salz und Pfeffer würzen.
- Fleisch in der erhitzten Bratbutter (1) rundherum anbraten.
- Speck und Gemüsewürfel begeben und kurz mitsautieren, Knoblauch begeben.
- Das Tomatenpüree begeben und anrösten.
- Mit Weißmehl stäuben, kurz dünsten und mit dem Rotwein ablöschen.
- Wein auf die Hälfte einreduzieren und mit braunem Kalbsfond auffüllen.
- Abschmecken und zugedeckt ca. 35 Minuten weich schmoren.
- Kurz vor Ende der Garzeit die Steinpilzscheiben in Bratbutter (2) heiß sautieren.
- Pilze und die gehackten Kräuter zum Ragout geben und kurz mitschmoren.
- Je nach Konsistenz die Sauce mit angerührtem Stärkemehl etwas abbinden.
- Das Ragout abschmecken und anrichten.
- Kaninchenleberschnitten in der Bratbutter (3) kurz rosa sautieren und auf das Ragout anrichten.

Hinweise für die Praxis

Das Gericht kann auch mit pfannenfertigem Kaninchenragout (ohne Knochen) zubereitet werden, dabei reduziert sich das Einkaufsgewicht des Fleisches um ein Drittel. Die Kaninchenleber muss dann separat eingekauft oder es kann darauf verzichtet werden. Dieses Gericht wird passend mit einer Polenta serviert.

Rhabarbergratin

100 g Petit Beurre
800 g Rhabarber
60 g Zucker
2 Eigelbe
2 dl/200 ml Rahm/Sahne
3 EL Zucker
2 Vanilleschoten, aufgeschnitten
2 TL Maisstärke
2 Eiweiß

- 1 | Rhabarber schälen und in 3 cm lange Stücke schneiden, mit Zucker unter Rühren kochen, bis er Saft zieht. Auf der ausgeschalteten Wärmequelle zugedeckt 5 Minuten ziehen lassen. Der Rhabarber darf nicht zerfallen.
- 2 | Backofen auf 220 °C vorheizen.
- 3 | Petit Beurre in die Form verteilen.
- 4 | Rahm und Eigelbe dickflüssig aufschlagen, Zucker, abgestreiftes Vanillemark und Maisstärke unterrühren. Eiweiß steif schlagen und unterziehen.
- 5 | Rhabarber samt Saft auf den Petit Beurre verteilen, mit der Creme überziehen.
- 6 | Das Rhabarbergratin auf der zweitobersten Schiene in den Ofen schieben, bei starker Hitze 2 bis 3 Minuten überbacken, bis die Haube leicht braun ist. Sofort servieren.