



**Hobby Köche**  
**Obstalden**  
**Kochabend vom**  
**27. 02. 2017**

# **Rüebli- suppe mit Sesam-Crème-fraîche**

## **Schweinsplätzli-Braten**

## **Himbeerdessert mit Bären- tätzen**

### **Rüebli- suppe mit Sesam-Crème-fraîche**

Vorspeise für 4 Personen

600 g	Rüebli
1	Zwiebel
1 EL	Butter
2 EL	Zucker
1,2 L	Gemüsebouillon
1 dl	Rahm
	Salz, Pfeffer
10 g	Rucola
1 EL	geröstete Sesamsamen
4 EL	Crème fraîche



Rüebli in Scheiben à ca. 5 mm schneiden. Zwiebel grob hacken. In einer hohen Pfanne Rüebli, Zwiebel, Butter und Zucker ca. 5 Minuten dünsten. Mit Bouillon ablöschen und zugedeckt ca. 20 Minuten weich köcheln. Rahm dazu giessen und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rucola hacken. Mit Sesam und Crème fraîche mischen. Suppe anrichten, Sesam Crème fraîche separat dazu servieren.

## Schweinsplätzli-Braten

Hauptgericht für 4 Personen

700 g	Schweinsplätzli (Nierstück)
3	Knoblauchzehen
½ Bund	Basilikum
1 EL	Rosmarinnadeln
3 EL	Rapsöl
1 TL	Salz
wenig	Pfeffer
	Küchenschnur, Klarsichtfolie



### **Zubereitung Fleisch**

Plätzli flach klopfen, leicht überlappend auf eine Klarsichtfolie zu einem Quadrat (ca. 30x30 cm) auslegen. Knoblauch pressen, Kräuter fein schneiden, mit dem Öl verrühren, würzen.  $\frac{3}{4}$  des Gewürzöles auf das Fleisch streichen. Fleisch satt zu einem Braten aufrollen, Folie entfernen, mit Schnur binden. Braten rundum mit dem restlichen Gewürzöl bestreichen. Braten im Ofen: ca. 50 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens (Kerntemperatur ca. 70 Grad). Braten ca. 5. Min ruhen lassen, Schnur entfernen, Braten tranchieren.

### **Kräutersauce:**

½ Bund	Basilikum
1 EL	Rosmarinnadeln
1	Schalotte
3 EL	Rapsöl
1 ½ EL	Rotweinessig
1 Prise	Zucker
	Salz, Pfeffer, nach Bedarf

### **Zubereitung Kräutersauce**

Kräuter fein schneiden, Schalotte sehr fein hacken, mit Öl, Essig und Zucker verrühren, würzen. Sauce zum tranchierten Fleisch servieren.

Dazu servieren wir **Reis und Broccoli**.

Reis gemäss Angaben auf der Verpackung zubereiten.

Broccoli-Röschen und Stiele kleinschneiden, Stiele schälen und vierteln. In Salzwasser ca. 10 min. garen.

## Himbeerdessert mit Bärenatzen

Dessert für 4 Personen

250 g	tiefgekühlte Himbeeren vor Gebrauch aufgetaut
100 g	Zucker
150 g	Bärenatzen
3	Blätter Gelatine
150 g	M-Dessert (Sauermilch)
100 g	Magerquark
2 dl	Vollrahm



Himbeeren mit etwas Zucker verrühren. 4 Bärenatzen für die Garnitur beiseite stellen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Restlichen Zucker, M-Dessert Sauermilch und Quark glatt zu einer Crème rühren. Gelatine ausdrücken mit 2 EL Crème mischen. Bei kleiner Hitze auflösen. Unter die Crème rühren. Rahm steif schlagen und darunter heben.

Crème, zerkleinerte Bärenatzen und Himbeeren lagenweise in Dessertgläser füllen. Vor dem Servieren ca. 1 Stunde kühl stellen, bis die Crème etwas fester ist. Mit restlichen Bärenatzen garnieren.

Ä Güte wünscht, Reto