

**Menu**  
**Montag, 12. März 2018**

**Rüeblicrèmesuppe mit Ingwer**

\*\*\*

**Eisbergsalat mit gebratenen Champignons**

\*\*\*

**Spaghetti mit**  
**Sauce bolognese**  
**ai funghi porcini secchi**  
**alle cinque Pi**

\*\*\*

**Caramelköpflì mit Rahm**

**Tips :**

- die Rüeblicrèmesuppe kann gut 1 Tag im voraus zubereitet werden. Abkühlen lassen und im Kühlschrank aufbewahren. Kann kalt oder warm serviert werden, je nach Jahreszeit
- die Suppe kann auch mit 4 dl Gemüsebouillon und 1 dl Weisswein zubereitet werden.
- Die Bolognese-Sauce kann sehr gut vorbereitet werden, aufgewärmt schmeckt sie fast noch besser

## Rüeblicrèmesuppe mit Ingwer

für 4 Personen

### Zutaten:

1 EL Bratbutter	in der Pfanne schmelzen
1 Zwiebel	fein hacken, zugeben, andünsten bis sie glasig sind
500 g Rüebli	schälen, längs halbieren und in kleine Stücke schneiden, zugeben, mitdünsten
1 Stück Ingwer	schälen und fein hacken, zugeben
Pfeffer aus der Mühle Cayennepfeffer nach Belieben	würzen
5 dl Gemüsebouillon	ablöschen, aufkochen und ca. 15 Minuten weichköcheln, fein pürieren
Salz	abschmecken
Saft einer halben Zitrone oder Orange etwas abgeriebene Bio Zitronen- oder Orangenschale etwas Paprikapulver	unterrühren
1 ½ dl Rahm	leicht schaumig schlagen, etwas Rahm als Dekoration beiseite stellen, den Rest unter die Suppe ziehen, nochmals erwärmen
½ Bund Petersilie	fein hacken

Anrichten und mit Petersilie garnieren, nach Belieben etwas Zitronen- oder Orangenesten darüber streuen

## Eisbergsalat mit gebratenen Champignons

für 4 Personen

- 2 EL Sonnenblumen- oder Olivenöl      in einer Bratpfanne erhitzen
- 200 g Champignons      putzen (NICHT WASCHEN), in dicke Scheiben schneiden, anbraten
- 1 Knoblauchzehe gehackt  
½ Petersilie, gehackt      am Schluss unter die Champignons rühren  
Salz      würzen
- 1 Eisbergsalat oder 1 Lattich      waschen, in grobe Stücke schneiden  
auf Teller anrichten, die Champignons darüber verteilen, die Salatsauce darüber träufeln
- ½ Bund Peterli      über den Salat streuen

### Sauce:

- 1 KL Senf  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
3 – 4 EL Essig (Kräuter-, Apfel- oder Weinessig)      alles zusammen in einer Schüssel gut verrühren  
6 – 8 EL Olivenöl      zugeben und sämig rühren  
Nach Belieben 1 Knoblauchzehe      dazupressen

## Maccheroni alle cinque Pi

Panna, Prezzemolo, Parmigiano, Pomodoro, Pepe  
(Rahm, Petersilie, Parmesan, Tomaten und Pfeffer)

Als Hauptgericht für 4 Pers., als Vorspeise mit der Hälfte aller Zutaten, für 4 Pers.

### Zutaten:

- 4 dl Rahm      aufkochen, Hitze reduzieren, 10 Minuten köcheln lassen
- ½ Bund Petersilie, gehackt  
3 EL Parmesan, gerieben  
3 EL Tomatenpurée  
Pfeffer aus der Mühle  
wenig Salz      alles zugeben, gut rühren, nochmals 2 Minuten leicht köcheln lassen  
1 Messerspitze Muskat      Die Teigwaren in einer Schüssel anrichten, mit der Sauce gut vermischen.

Geriebenen Parmesan dazu servieren

## Sauce Bolognese original

für 6 Personen

Das wichtigste an einer Bolognese ist das sogenannte

### "Soffritto":

125 g Kochbutter

2 EL Olivenöl in eine Pfanne geben

2 grosse Zwiebeln

schälen, sehr klein hacken

3 Karotten

schälen, längs in dünne Stäbchen schneiden und ganz klein würfeln

3 Stangen Staudensellerie

waschen, längs in Streifen schneiden und sehr klein würfeln

alles zusammen zu der Butter in die Pfanne geben und auf möglichst niedriger Flamme langsam

(mindestens 30 Minuten) garen bis das Gemüse schön glasig und weich geworden ist.

Wichtig ist, dass das Gemüse nicht brät, sondern wirklich nur gart - also nicht zu heiß werden lassen!

1 kg Rindshackfleisch

zugeben, Hitze erhöhen und so lange rühren bis das Fleisch nicht mehr roh und rot aussieht

Salz und Pfeffer

kräftig salzen und pfeffern

7 dl Milch

zugeben, aufkochen und die Flüssigkeit ganz einkochen lassen (die Milch legt sich um das Hackfleisch und verleiht diesem einen milden Geschmack)

7 dl trockener Weisswein

ablöschen, so dass sich alles Angebackene vom Boden lösen lässt, etwas einkochen lassen

2 Dosen Pelati gehackt

ca. 800 g

zugeben, aufkochen

2 – 3 Knoblauchzehen

in Scheiben schneiden, zugeben

2 – 3 Peperoncini

aufschneiden, Samen entfernen, waschen, klein hacken, zugeben (je nach Geschmack)

Das Ganze kann nun gar nicht lange genug köcheln. Ideal wären ca. 5 Stunden. Mindestens 2 Stunden sollte es aber köcheln.

Salz und Pfeffer

abschmecken

*Rezept nach Christian Seiler im Magazin vom 16. Dezember 17 – etwas abgeändert*

## **Ai funghi secchi**

für 4 Personen

### **Zutaten:**

- 30 g getrocknete Steinpilze während ca. 30 Minuten in lauwarmes Wasser einlegen. Die Pilze herausnehmen, nicht abgiessen den Sand abspülen, ausdrücken und grob hacken
- 1 EL Olivenöl  
2 EL Bratbutter in einer Pfanne erhitzen
- 1 feingehackte Zwiebel zugeben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Wenden etwa 5 Min. dünsten  
Wenn nötig 2 – 3 EL Einlegeflüssigkeit der Pilze durch ein Sieb dazugeben
- 1 Lorbeerblatt und Pilze beifügen und gut umrühren
- 4 EL Marsala ablöschen und zur Hälfte einkochen lassen
- 3 dl Fleischbrühe zugeben
- Salz und Pfeffer würzen  
Die Sauce während ca. 10 Minuten offen köcheln lassen bis sie etwas eingedickt ist.
- 200 g Rohschinken in feine Streifen schneiden, kurz vor dem Ende der Kochzeit zur Sauce geben
- 100 g geriebener Parmesan
- 2 EL Kochbutter in eine vorgewärmte Schüssel legen. Die al dente gekochten Teigwaren, die Hälfte der Sauce und des Parmesan darüber verteilen. Gut mischen, die restliche Sauce darüber giessen und mit dem übriggebliebenen Käse servieren.

### **Pasta**

für 4 Personen

- 400 – 500 g Teigwaren (z.B. Spaghetti, Maccheroni, Fusili, Penne etc.)  
Salzwasser für die Teigwaren aufsetzen, Teigwaren al dente kochen, abtropfen lassen

## Caramelköpfl

für ca. 6 Personen

6 EL Zucker

2 EL Wasser

1 Tropfen Zitronensaft

in einer Pfanne rösten bis der Zucker hellbraun ist und schäumt

1 dl heisses Wasser

ablöschen

Den Zuckersirup etwas einkochen lassen

6 Portionenförmchen

mit kaltem Wasser ausspülen

den Zuckersirup in die Förmchen giessen

5 dl Milch

4 EL Zucker

½ Vanillestängel, aufgeschnitten

alles zusammen in einer Pfanne aufkochen

4 Eier

in einer Schüssel verklopfen.

die Milch dazurühren, den Vanillestängel herausnehmen, in die Förmchen giessen.

Die Förmchen mit Alufolie zudecken.

Auf den Boden einer Gratinform oder eines Brattopfes ein Tuch legen, die Förmchen hineinstellen.

Heisses Wasser in die Form giessen bis etwa zur Hälfte der Höhe der Förmchen.

Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad 30 – 40 Minuten pochieren.

Im Umluftofen bei 130 Grad.

Mit einem Holzspiesschen hineinstecken – wenn keine ungekochte Masse daran hängen bleibt, sind die Caramelköpfl gar.

Auskühlen lassen.

Die Caramelköpfl dürfen nicht zu heiss pochiert werden, da sie sonst zu sehr aufgehen und löchrig werden (wie Käse)

Zum Stürzen mit einem Messer den Rand lösen, die Förmchen eventuell kurze Zeit in heisses Wasser tauchen.

**Servieren:** Nach Belieben mit flaumig geschlagenem Rahm servieren.