

157. Kochabend
07.06.2024

Abendchef: Roli Möhr



Birnen-Bündnerfleisch-Röllchen

Scharfer Rindfleischsalat mit Radiesli

Blauburgunder
Enderlin
Maienfelder

Fischfilets an Brunnenkressesauce **Risotto**

Müller-Thurgau
Sonnenufer
Hagnauer

Käseplatte mit Birnen **Eingelegte Zwiebeln,** **als Topping (Garnitur)**

Birnen-Bündnerfleisch-Röllchen

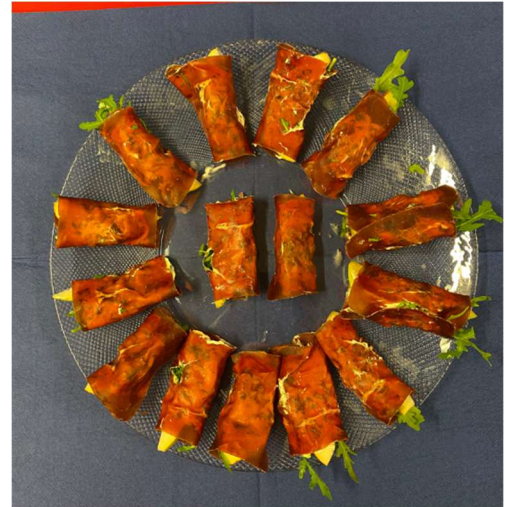
4 Personen

Frischkäse

75g Frischkäse mit Pfeffer
½ EL Wasser
20g Rucola, fein geschnitten

Röllchen

2 Birnen, in Schnitzchen
2 EL Zitronensaft
85g Bündnerfleisch in Tranchen
20g Rucola



Frischkäse und Wasser verrühren, Rucola daruntermischen.

Birnen mit Zitronensaft mischen, Fleisch-Tranchen mit je 1 TL Frischkäse bestreichen, Birnen-Schnitze und wenig Rucola darauf verteilen, aufrollen und servieren.

Rindfleischsalat

4 Personen

400g Rindshuft am Stück
1 roter Peperoncino / Chilli
1 Knoblauchzehe
1dl Limettensaft
3EL Sojasauce (light)
2EL dunkles Sesamöl
1 Kopfsalat mit Herz
2Bund Radiesli
½ Bund Peterli
Öl zum Braten
Salz und Pfeffer



Fleisch in 5mm breite Streifen schneiden, Chilli entkernen und fein hacken.

Knobli pressen, Limettensaft mit Sojasauce und Sesamöl mischen.

Öl in Bratpfanne erhitzen, Fleisch portionenweise ca. 2 Minuten braten, mit der Sauce mischen und auskühlen lassen.

Radiesli in feine Würfel schneiden, Peterli grob schneiden. Beides zum Fleisch geben, mit wenig Salz und Pfeffer würzen.

Kopfsalat-Blätter als Unterlage im Teller anrichten, mit Fleisch und Radiesli belegen und mit einem Baguette anrichten.

Fischfilet an Brunnenkresse-Sauce mit Risotto

4 Personen

50g Brunnenkresse
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
4 Fischfilet mit/ohne Haut je ca. 160g
3 EL Butter
2dl Weisswein
1 ½ dl Gemüsebouillon
Salz und Pfeffer aus der Mühle
1 1/2dl Rahm
1 1/2TL frisch gepresster Zitronensaft



Brunnenkresse waschen und trockenschleudern. 1EL der Blättchen beiseitelegen, den Rest grob hacken. Schalotten und Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Die Fischfilet mit den Fingern nach Gräten abtasten und diese wenn nötig herausziehen. In einer Pfanne die Butter erhitzen und darin Schalotten und Knobli andünsten. Wein und Bouillon beifügen und offen gut zur Hälfte einkochen, beiseitestellen. In einer grossen Bratpfanne die Butter erhitzen. Die Filet beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze pro Seite 2-3 Minuten braten. Gleichzeitig die gehackte Brunnenkresse in die Sauce geben, alles mit dem Stabmixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft abschmecken. Die Fischfilet auf vorgewärmten Teller anrichten, mit Sauce umgiessen und mit den beiseite gelegten Brunnenkresse-Blättchen garnieren.

Risotto

4 Personen

1 Zwiebel
1EL Olivenöl
250g Risottoreis
2dl Weisswein
6.5dl heisse Gemüsebouillon
40g Butter
40g geriebener Parmesan
Salz und Pfeffer

Zwiebel schälen, fein hacken. Öl in einer grossen Pfanne erhitzen und Zwiebel andämpfen. Reis begeben und glasig andünsten. Wein dazugeben und unter rühren vollständig einkochen lassen. Bouillon unter stetigen rühren nach und nach dazu giessen, sodass der Reis immer mit Flüssigkeit bedeckt ist. Das Ganze ca. 20Minuten soweit köcheln, bis der Risotto cremig und al dente ist. Butter und Parmesan unter den Risotto mischen, allenfalls nachwürzen.

Käseplatte mit Birnen

4 Personen

Vier verschiedene Käse, nach Belieben zuschneiden.

1 Birne in kleine Schnitze schneiden.

1 Schalotte in dünne Streifen schneiden

2EL Apfelessig,

1/2TL Salz,

1TL Zucker

über die Schalotten geben.

Gut mischen und 10 Minuten ziehen lassen.

Mit einem 1TL Birnensenf auf einem Teller anrichten und mit Schwarzbrot servieren.

