



Kantonesische Suppe

Rindsfiletmedaillon an Pfeffersauce
farbiges Kartoffelpüree

Apfelschmarrn mit Chai
und karamellisierten Walnüssen
(life is full of goodies)

Weine

Weiss: Château la Pagueze
Rot: Vedi Torre Sonora

(alle Rezepte sind für 4 Personen)

Kantonesische Suppe (scharf)

30 gr	getrocknete chinesische Pilze
50 gr	Glasnudeln
250 gr	Schweinefleisch
2 TL	Sojasauce
100 gr	Karotten
1 Bd	Frühlingszwiebeln
1 Stk	Peperoncini (Chili)
2 EL	Rapsöl
100 gr	grüne Erbsen
1 ltr	Fleischbouillon
130 gr	Bambussprossen
50 gr	Sojabohnenkeimlinge
	Sambal Olek
	Salz, Pfeffer

Die Pilze einige Stunden einweichen. Glasnudeln in reichlich kochendes Wasser geben, von der Kochstelle nehmen und zugedeckt ca. 4 Minuten quellen lassen. Nudeln auf ein Sieb geben, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Das Fleisch in Streifen schneiden, salzen, pfeffern und mit Soja-Sauce beträufeln. Karotten schälen, nach Wunsch der Länge nach 4 Kerben einschneiden und die Karotten in Scheibchen schneiden, so entstehen Blütenblätter. Frühlingszwiebeln waschen und in Ringe schneiden. Chili-Schoten entkernen und in feine Streifen schneiden.

Öl in einer Bratpfanne erhitzen, das Fleisch darin kurz anbraten. Vorbereitetes Gemüse und Erbsen zugeben und mit Brühe auffüllen. Zum Kochen bringen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Bambussprossen, Sojabohnenkeimlinge, Glasnudeln, abgetropfte Pilze sowie Chilischoten zufügen und 5 Minuten ziehen lassen. Suppe mit Sambal Olek abschmecken.

Wer es schärfer liebt, gibt noch etwas Sambal Olek in seine Suppentasse.

Servieren

Dazu servieren wir frisches Baguette oder Sesamsticks.

Rindsfilemedaillon an Pfeffersauce mit farbigem Kartoffelpüree

4 Stk	Rindsfiletmedaillon à ca. 150 gr
4 Tranchen	Bratspeck
800 gr	Kartoffeln, mehlig kochend
2 Stk	rote Peperoni
2 Würfel	Spinat, tiefgefroren
2 dl	Vollrahm
2 dl	Milch
1 Stk	Schalotte
1 dl	Weisswein
0,5 dl	Cognac
1 EL	Pfefferkörner, schwarz
2 TL	Maizena
1 dl	Fleischbouillon
	Butter
	Salz, Pfeffer
	Bratfett

Kartoffelpüree

Die Kartoffeln waschen, schälen, in grosse Stücke schneiden, auf dem Siebeinsatz in eine Pfanne mit Wasser geben, während 20 –25 Minuten weich kochen. 30 g Butter in eine Pfanne geben, die Kartoffeln dazu passieren, mit Salz und Pfeffer würzen, die Masse dritteln. Wenig Milch unter einen Drittel der Masse mischen.

rotes Kartoffelpüree

Die Peperoni schälen, fein schneiden, pürieren, mit einem Drittel Kartoffelmasse mischen, mit wenig Rahm verfeinern, vor dem Anrichten erhitzen.

grünes Kartoffelpüree

Den Spinat auftauen, fein hacken, gut abtropfen lassen, mit einem Drittel Kartoffelmasse mischen, mit wenig Rahm verfeinern, vor dem Anrichten erhitzen.

Pfeffersauce

Wenig Butter erhitzen. Die Schalotte fein hacken, in einer flachen Pfanne dünsten. Den Weisswein, den Cognac und die Pfefferkörner beifügen, aufkochen, Hitze reduzieren. Auf vier Esslöffel einkochen. Das Maizena mit der Bouillon anrühren und beifügen, aufkochen. Kurze Zeit köcheln lassen. 1 dl Rahm steif schlagen, darunter ziehen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Medaillons

Die Filets mit dem Speck seitlich umwickeln. Wenig Bratfett erhitzen, das Fleisch beidseitig kräftig anbraten, mit Salz, Pfeffer würzen, warm stellen.

Servieren

Das Fleisch auf vorgewärmte Teller setzen und mit der Sauce übergiessen. Die verschiedenen Kartoffelpürees mit dem Spritzsack dazu garnieren.

Apfelschmarrn mit Chai und karamellisierten Walnüssen

Chai Karamell

200 gr	Zucker
60 ml	Wasser
60 gr	Butter
1/2 TL	Zimtpulver
1/4 TL	Kardamompulver
1/4 TL	Nelkenpulver
1/4 TL	Ingwerpulver
180 ml	Sahne

Den Zucker mit dem Wasser aufkochen und ca. 10 – 15 Minuten köcheln lassen bis der Zucker beginnt zu karamellisieren (und damit beginnt zu bräunen). Dann sofort vom Herd nehmen und die Butter unterrühren. Alle Gewürze hinzugeben und die Sahne eingießen. Zurück auf den Herd stellen bis eine gleichmäßige zähflüssige Masse entstanden ist. Noch wenige Minuten bis zur gewünschten Konsistenz köcheln lassen. Das konsequente Rühren nicht vergessen, damit nichts anbrennt! In ein Gefäß füllen und abkühlen lassen. Bitte bedenken, dass das Karamell noch fester wird, wenn es ausgekühlt ist. Deshalb nicht allzu lange einkochen lassen.

Karamellierte Walnüsse

100 gr	gehackte Walnüsse
60 gr	Zucker

Die Walnüsse kurz anrösten und beiseite stellen. Den Zucker in einer Pfanne erhitzen bis er sich verflüssigt hat und beginnt zu karamellisieren. Dann die Walnüsse hinzugeben, gleichmäßig wenden bis alle Nüsse mit dem Zucker überzogen sind und anschließend zum Auskühlen auf ein Backpapier ausbreiten. Bei Bedarf die Walnüsse dann noch zerkleinern.

Apfelschmarrn

3 Stk	Eier
1 Päckchen	Vanillezucker
1 Prise	Salz
35 gr	Zucker
25 gr	flüssige Butter
125 gr	Mehl
1/4 TL	Zimtpulver
2 dl	Milch
2 Stk	Äpfel

Butter zum Ausbacken und Puderzucker zum Bestreuen

Die Eier trennen. Das Eigelb mit dem Vanillezucker, dem Salz und dem Zucker schaumig schlagen. Die flüssige Butter einfließen lassen. Das Mehl mit dem Zimt mischen und zusammen mit der Milch ebenfalls hinzugeben. Zu einer gleichmäßigen Masse verrühren. Anschließend das Eiweiß steif schlagen und unterheben.

Die Äpfel schälen, entkernen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben nun nochmals halbieren oder sogar vierteln (je nachdem wie groß Ihr Eure Apfelstückchen haben wollt). Die Apfelscheiben unter den Teig heben und den Schmarrn nun in einer Pfanne mit etwas Butter bei mittlerer Hitze langsam ausbacken. Dafür den Teig in die Pfanne geben und einige Minuten backen lassen. Dann wenden, kurz backen lassen und den Schmarrn letztlich mit einer Gabel "zerreißen", damit er die typischen Stückchen bekommt. Fertig backen und sofort servieren.

Wer möchte, der kann die Hälfte der karamellisierten Walnüsse während dem Ausbacken schon zum Schmarrn geben, dann bekommt er noch ein wenig Biss (ansonsten einfach später darüber streuen). Die (restlichen) Walnüsse darüber streuen und den Apfelschmarrn mit Puderzucker bestäuben. Den Chai-Karamell dazu reichen oder gleich darüber gießen.