



Zanderfilet mit Meerrettichsauce



Gebackene Spargelrollen



Lammhüftli, Frühkartoffeln mit Gemüsetapenade



Caramelisierte Ananas



Kaffee,





## Zanderfilet mit Meerrettichsauce

Rezept für 4 Personen

---

Weisswein (1EI)  
Wermut Noilly Prat (1EI)  
Lorbeerblätter (1)  
Pfefferkörner (5)  
Schalotte klein (1)  
Gemüsefond (0,8dl)  
120g Rahm  
Tafelmeerrettich (2EI)  
Frischen Dill  
Salz, Pfeffer  
Mehl  
4 Zander Filet mit Haut ca.80g/Person  
Bratbutter  
Erdnussöl  
Frischen Salat für Unterlage

### Für die Meerrettichsauce

1 Esslöffel Weisswein und 1 Ei Wermut Noilly Prat mit einem Lorbeerblatt, 5 Pfefferkörnern und einer kleinen, fein gehackte Schalotte aufkochen. Die Flüssigkeit um die Hälfte ein reduzieren lassen. Mit 80 Gramm (ca. 0,8 dl) Gemüsefond auffüllen, 120 g Rahm zugießen und 2 Esslöffel Tafelmeerrettich unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce bei niedriger Hitze köcheln und cremig werden lassen. Etwa zehn Minuten ziehen lassen und durch ein feines Sieb passieren. Falls die Sauce zu dünn ist nochmals ein wenig ein reduzieren. Vor dem Servieren mit dem Mixer rasch aufschäumen.

### Für die Zanderfilet

Vier Zanderfilets mit Haut salzen und pfeffern, auf der Hautseite mit Mehl bestäuben. Etwas Butter und Erdnussöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Darin die Fischfilets auf der Hautseite knusprig braten, wenden, nochmals zwei Minuten braten und anschliessend 3-4 Minuten bei niedriger Hitze ziehen lassen. Die Zanderfilets auf dem vorbereiteten Salatbeet anrichten und mit der Meerrettichsauce und dem Dill garnieren.

---



## Gebackene Spargelrollen

Rezept für 4 Personen als Hauptgericht

---

### Spargeln:

1 kg grüne Spargeln  
Salz  
120 ausgewallten Strudelteig  
40 g Butter, abschrecken.  
150 g Rohschinken Kühlschranks nehmen

### Vinaigrette:

1 Frühlingszwiebel  
1 Bund gemischte Kräuter, Dill, Schnittlauch, Peterli  
1 Knoblauchzehe  
3 El Weissweinessig  
4 El Olivenöl  
Fleur de Sel, Pfeffer  
Ofenfeste Form

Spargeln im unteren Drittel schälen und Enden frisch abschneiden  
In kochendem Salzwasser blanchieren und im kalten Wasser abschrecken.  
Strudelteig ca. 10 Minuten vor dem Verarbeiten aus dem Kühlschrank nehmen.  
Backofen auf 180°C vorheizen.

Für die Vinaigrette Frühlingszwiebel und Kräuter fein hacken. Knoblauch pressen.  
Alles mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer zu einer Sauce mischen.

Eine ofenfeste Form mit wenig Butter ausfetten. Restliche Butter schmelzen.  
Teigblätter doppelt auslegen mit Butter bestreichen und in ca. 8 cm breite Streifen schneiden.  
Je 4 bis 5 Spargeln fest mit Rohschinken, anschliessend locker mit einem Streifen Strudelteig umwickeln.  
Spargelrollen in die Form legen. In der Ofenmitte ca. 15 Minuten backen.

Spargelrollen anrichten. mit der Vinaigrette beträufeln,

---



## Lammhüftli, Frühkartoffeln mit Gemüsetapenade

Rezept für 4 Personen 25 Minuten + ca. 50 Minuten garen

---

200 g Frühkartoffel  
Olivenöl  
4 Zweige Rosmarin  
Salz, Pfeffer  
1 Aubergine  
1 Zucchini  
1 rote Peperoni  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
4 Lammhüftli ca. 180 g  
20 g Sardellen  
60 g entsteinte schwarze Oliven  
1 Bund Kräuter Basilikum, Kerbel, Peterli und Thymian  
1 Frühlingszwiebel  
Bräter

### Zubereitung

Backofen auf 200 °C vorheizen. Kartoffeln vierteln.

Mit Olivenöl in einen Bräter geben. Rosmarinnadeln dazu zupfen.

Mit Salz und Pfeffer würzen, mischen. In der Ofenmitte ca. 20 Minuten vorgaren

Aubergine, Zucchini und Peperoni in Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehen grob hacken.

Gemüse auf die Kartoffeln geben und 15 Minuten garen.

Lammfleisch salzen und pfeffern. Bei starker Hitze in wenig Öl rundum ca. 8 Minuten anbraten. Das Fleisch auf das Gemüse legen. 10-15 Minuten weitergaren, bis das Lammhüftli eine Kerntemperatur von 58 °C erreicht hat.

Fleisch aus dem Ofen nehmen und zugedeckt ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen 2/3 des Gemüses zu einer Tapenade verarbeiten.

Dazu das Gemüse mit Sardellen, Oliven, Kräutern und Frühlingszwiebel fein hacken.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lammhüftli quer zur Faser aufschneiden. Mit Kartoffeln und dem restlichen Gemüse samt Saft anrichten. Mit Tapenade servieren.

---



## Caramelisierte Ananas

Rezept für 4 Personen

---

2 Baby Ananas  
2 Orangen  
20 g Butter  
6 El Rohzucker  
Puderzucker für Garniture  
Relisch  
4 Zweige Pfefferminze  
100 g Joghurt  
100 g Magerquark  
2 El Rohzucker  
Zitronenkonzentrat  
Krokant  
8 Rohzucker  
80 g Cashewnüsse  
Backtrennpapier  
Wallholz  
Schälleli

Für den Krokant Zucker karamellisieren. Cashewnüsse beigeben und kurz mitrösten. Auf Backpapier auskühlen lassen. Das Backpapier so über den Krokant falten, dass die Ränder geschlossen sind. Mit dem Wallholz bearbeiten, bis der Krokant grobkörnig ist.

Für den Relish die Pfefferminze fein hacken und mit den restlichen Zutaten mischen. Mindestens 30 Minuten ziehen lassen

Inzwischen Ananas schälen,( Blätter für Garnitur beiseitelegen) vierteln, evtl. Strunk herausschneiden.

Der Länge nach je in 4 Spalten schneiden.

Orangen auspressen.

Butter und Zucker karamellisieren. Mit Orangensaft ablöschen und einkochen, bis die Sauce bindet.

Ananasspalten darinwenden.

Ananasspalten anrichten, mit Sauce übergießen und Krokant darüber streuen.

Mit Puderzucker bestäuben.

Relish separat dazu servieren.

---