



## NOSTALGIEREZEPT VON 1990

GURKENCREMESUPPE



ROHER CHAMPIGNONSALAT MIT AVOCADO



GEFÜLLTES APPENZELLER - SCHWEINSFILET



POMMES MOUSSELINE



HONIGMOUSSE AUF BROMBEERSAUCE

## Gurkencremesuppe

30 gr Fett oder Butter	
1 grosse Zwiebel	
1 grosse Gurke in Würfel	alles zusammen andämpfen
5 – 7 ½ dl Hühnerbouillon beifügen	15 Min. köcheln lassen alles durchs Sieb streichen, Flüssigkeit wieder ergänzen
20 gr Butter	
1 Tlf. Mehl	Mehlbuttermilch zubereiten
1 Eigelb	
1 Esslf. Rahm	in die Suppenschüssel geben
Muskat	
Pfeffer	
3 Tropfen Tabasco	
1 Esslf. Peterli	würzen
½ rohe Gurke in Würfeli	separat dazu servieren

*Tipp: Im Sommer auch sehr erfrischend, wenn kalt serviert!*

# Roher Champignonsalat mit Avocado

## Zutaten für 4 Personen

250 gr. frische Champignons  
3 El Zitronensaft  
1 Avocado (gut reif)  
100 gr. Blattsalat (je nach Saison) oder Kresse

### Sauce:

1 Essl. Essig  
4 Essl. Olivenöl, kalt gepresst  
Salz, Pfeffer  
1 Essl. Schnittlauch gehackt

### 1 Essl. Petersilie gehackt

Champignons reinigen und mit 2 Esslöffel Zitronensaft gut mischen. Avocado schälen, halbieren, Kern herausnehmen und die eine Hälfte in Scheiben schneiden. Diese mit dem restlichen Zitronensaft beträufeln und beiseite stellen. Die weite Hälfte längs halbieren und dann in kleine Scheiben schneiden. Champignons schiebeln und dazumischen.

Saisonsalat waschen und schleudern.

Essig, Olivenöl, Salz und Pfeffer gut verrühren. Champignons und Avocadoscheiben gut mit der Sauce vermischen. Flache Portionenschalen oder Teller mit Saisonsalat auslegen.

Champignonsalat in die Mitte geben. Mit den Avocadoscheiben garnieren. Mit Petersilie und Schnittlauch bestreuen.

*Tipp: Avocado durch Radieschen- oder Kiwischeiben ersetzen.*

## Gefülltes Appenzeller - Schweinsfilet

1 Schweinsfilet(ca. 500 - 600 gr.)  
Salz  
Pfeffer  
Mehl zum Bestäuben  
Zahnstocher und Schnur

### **Füllung:**

60 gr. feine Streifen Lauch (Julien)  
60 gr. feine Streifen Rüeblli (Julien)  
(beides zusammen weich kochen und abkalteln lassen)  
etwas Schnittlauch fein geschnitten  
50 – 100 gr. Mostbröckli  
50 gr Appenzellerkäse

### **Sauce:**

1.5 dl Weisswein  
2.5 dl Vollrahm  
1 Prise Muskat  
1 Prise Pfeffer  
ca. 2 dl Bouillon

### **Zubereitung:**

1. Schweinsfilet der Länge nach aufschneiden (muss noch zusammenhalten)
2. Filet aufklappen und die Hälfte der kalten Julien auf der Fleischmitte verteilen. Die Mostbröcklitranchen nebeneinander auf das Gemüse verteilen. Den in etwa 4 Stangen geschnittenen Appenzellerkäse drauflegen.
3. Beide Filetenden mit Zahnstocher zusammenstecken und anschliessend mit der Schnur binden.
4. Das gefüllte Filet mit Salz, Pfeffer würzen, mit Mehl bestäuben und in heisser Butter oder Öl rundum anbraten – anschliessend in eine Gratinform legen.
5. Bratsatz entfetten und mit Weisswein ablöschen –einkochen lassen. Rahm beifügen – alles aufkochen und würzen. Die heisse Sauce über das Filet giessen. Im heissen Backofen bei 180 Grad 15-20 Minuten garen.
6. Filet herausnehmen und mit Alufolie zudecken. Rahmsauce absieben und nochmals aufkochen. Schnittlauch dazugeben.
7. Zahnstocher und Faden aus Filet nehmen, Filet in nicht zu dicke Tranchen schneiden.
8. Sauce auf Teller geben und Filet darauf anrichten.

**dazu gibt's:**

## Pommes mousseline

750 gr. Kartoffeln

Kartoffeln in der Schale weichkochen (im Dampfkochtopf ca. 8 Minuten). Abgiessen, etwas verdampfen lassen, dann, noch heiss schälen. Durch ein Sieb passieren.

¼ l Milch

Die Milch aufkochen und nach und nach unter das Püree mischen. Dann auf kleinem Feuer tüchtig schwingen, bis das Püree luftig wird.

3 Essl. Rahm (Sahne)

Mit Rahm verfeinern.

Salz, Muskat

Wenn nötig, mit Salz und Muskat würzen.

Variationen: Zur Abwechslung mit viel frisch gehackter Petersilie oder Schnittlauch mischen.

## Honigmousse auf Brombeersauce

1 dl Schlagrahm  
1 Blatt Gelatine  
2 El Honig  
2 Eigelb  
100g Brombeeren  
Puderzucker  
Zitronensaft  
Mineralwasser

### Zubereitung:

1. Rahm in einer kalten Schüssel mit Schneebesen von Hand steifschlagen und bis zum Gebrauch kaltstellen.
2. Gelatine in wenig kaltem Wasser einweichen. Honig in einem Pfännchen auf kleinstem Feuer schmelzen und anschliessend mit dem Eigelb schaumig schlagen.
3. Gelatine mit ein paar Tropfen Wasser in einem Pfännchen bei milder Hitze auflösen, langsam zur Eier-Honig-Masse geben und den Rahm sorgfältig unterheben. Honigmousse in eine Schüssel füllen und während mindestens 3 Stunden kaltstellen.
4. Brombeeren verlesen und abspülen, im Mixer feinpürieren und durch ein feines Sieb streichen, damit die Kernchen zurückbleiben. Je nach Zuckergehalt der Beeren Puderzucker zufügen, mit ein paar Tropfen Zitronensaft aromatisieren und mit wenig Mineralwasser zu einer dickflüssigen Sauce verlängern.
5. Sauce dann im Tellerspiegel ausgiessen, die Mousse mit einem heissen Löffel ausstechen und auf die Sauce setzen.