



Menue

Apéro

Gemüse-Dips mit Quark

Vorspeise

**Siedfleischtranchen und Sbrinz an Vinaigrettesauce
Kalte Mango-Gurkensuppe**

Hauptspeise

**Involtini mit Salbei und Zitronenrisotto
Kefen und Rüebbligemüse**

Dessert

Aprikosencoupe



Apéro



Gemüse-Dips mit Quark nach freier Wahl

Siedfleisch und Sbrinz an Vinaigrettesauce

(Zutaten 2 Personen)

60 g Sbrinz

150 g gekochte Siedfleischtranchen

1 TL Senf

1 EL Apfelessig

2 EL Aceto balsamico bianco

3 EL Rapsöl

1 kl Zwiebel

½ Bund Schnittlauch

2 Essiggurken

Salz u. Pfeffer nach Bedarf

Sbrinz in feine Scheiben hobeln, Siedfleischtranchen vierteln, beides abwechselnd, ziegelartig auf Teller anrichten

Für die Vinaigrette Senf, Essig, Aceto u. Öl gut verrühren. Zwiebel fein hacken, Schnittlauch fein schneiden, Essiggurken fein würfeln, alles begeben, würzen

Vinaigrette auf Siedfleisch und Sbrinz verteilen.

Dazu passt Pariserbrot



Kalte Mango-Gurkensuppe

2 reife Mangos, in Stücken

½ Gurke (ca. 200 g),
geschält, längs halbiert,
entkernt, in Stücken

2-3 dl fettfreie Gemüsebouillon

1 Teelöffel Zitronenmelissen-
blätter, in feinen Streifen

wenig Cayennepfeffer
Gurkenscheiben, fein
gehobelt, zum Garnieren

Mango- und Gurkenstücke mit
der Bouillon im Mixglas fein
pürieren. Zitronenmelisse
darunter rühren. Suppe würzen,
in Tassen anrichten, garnieren



Involtini mit Salbei

12 dünne Kalbsplätzli
(z.B. Nuss je ca 50 g)
vom Metzger flach geklopft
¾ Teelöffel Salz
wenig Pfeffer aus der Mühle
100g Ziegen-Frischkäse
(z.B. Chavroux)
1 Knoblauchzehe, gepresst
8 mittlere Salbeiblätter,
fein gehackt
2 Prisen Salz
wenig Pfeffer aus der Mühle

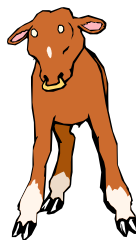
2 Esslöffel Mehl
Olivenöl zum Anbraten
4 Feigen, in Vierteln

1. Plätzli auf einer Seite würzen, wenden, Frischkäse mit Knoblauch u. Salbei verrühren, Füllung würzen, auf die Plätzli streichen, ringsum einen ca. 1cm breiten Rand freilassen. Plätzli satt aufrollen mit Zahnstochern fixieren.
2. Mehl in einen flachen Teller geben, Involtini darin wenden, überschüssiges Mehl abschütteln.
3. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen

4. Öl in einer Pfanne heiss werden lassen, Feigen ca. 2 Min. braten. Herausnehmen, zugedeckt warm stellen.
5. Bratfett auftupfen, wenig Öl begeben. Involtini portionenweise bei mittlerer Hitze ca. 6 Min. rundum braten, zugedeckt warm stellen. Bratfett mit Haushaltspapier auftupfen.

Portweinsauce

- 1 dl roter Portwein
2 dl Kalbsfond **oder Fleischbouillon**
1 kleines Zweiglein Salbei
1 Esslöffel Butter, **weich**
1 Esslöffel Mehl
Salz nach Bedarf, wenig Pfeffer
1. Portwein und Fond in dieselbe Pfanne giessen, Bratsatz lösen. Salbei begeben, Flüssigkeit auf ca. 2 dl einkochen. Reduktion absieben, in die Pfanne zurückgiessen.
 2. Butter und Mehl mit einer Gabel gut mischen. Reduktion aufkochen, Mehlbutter portionenweise unter rühren mit dem Schwingbesen begeben. Hitze reduzieren, Sauce unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze ca 10 Min köcheln, bis sie sämig ist, würzen



Zitronenrisotto

Zutaten für 2 Personen)

½ EL Olivenöl

1 kleine Zwiebel, fein gehackt

150 g Uncle Ben's Risottoreis

1 dl Weisswein

½ Bio-Zitrone, abgeriebene

Schale und Saft

1. Öl warm werden lassen,
Zwiebel

andämpfen, Reis begeben,
glasig dünsten.

2. Wein und Zitronensaft
dazugießen,

aufkochen. Bouillon nach und nach
dazugießen. Reis bei kleiner Hitze
unter gelegentlichem Rühren ca 15
Min.

köcheln. Zitronenschale darunter -
mischen

Kefen mit Rüebli

8 Schalotten

Öl oder Bratbutter

2 Rüebli

schneiden, bei-

500 gr Kefen

andämpfen

½ dl Gemüsebouillon

Salz und Pfeffer

dämpfen

1 Bund gehackte Kräuter

(Majoran, Dill, Petersilie)

Margarine oder Butter daruntermischen

längs vierteln

gut anbraten

in feine Streifen (Julienne)

geben und mit den Kefen

zugeben

würzen, zugedeckt 15 – 20 Min.



Aprikosencoupe

**1 kg Aprikosen
150 bis 200 g Zucker**

Saft einer halben Zitrone

3 dl Rahm

**Vanillezucker nach belieben
6 bis 8 Löffelbiscuits mit Kirsch
ge-
tränkt**

**Die gewaschenen Aprikosen
werden entkernt und in
Schnitze geschnitten, gezuckert
und
mit Zitronensaft und
Vanillezucker
aromatisiert. Nun vermischt man
die**

**Schnitze mit den in Kirsch
getränkten Biscuitwürfeln**

**und füllt sie in Coupegläser.
Die Coupes werden mit
Schlagrahm garniert, und
obendrauf legt man noch einen
Aprikosenschnitz**

