
* KOCHKURS *
* M R Z *

5. Kursabend

14. Mai 1968

Menu:

Salatplatte:

GOLDEN TOAST
Rindfleischsalat Marianne
Fischmayonnaise
Maissalat
Kopfsalat
Gefüllte Tomaten
Spargeln

RINDFLEISCHSALAT MARIANNE

1.5 Kg. gesottenes Rindfleisch)
in feine Scheibchen schneiden)
1 Glas Eierschwämme)
4 Essiggurken, in Scheibchen)
3 Peperoni, in Streifchen)
2 Zwiebeln, in feinen Ringen)
3 gekochte Eier, grob geschnitten)
½ Glas Piment, fein geschnitten)

mit der Sauce mischen

Sauce:

1-2 Essl. scharfen Senf)
1 Essl. Aromat)
½-1 Teel. Salz)
1 Essl. Meerrettich)
1 Essl. Worcestersauce)
3 Essl. Mayonnaise)
1 Messersp. Cayennepfeffer)
Thymian, Rosmarin)
Basilikum, Pfeffer)

m i s c h e n

4-6 Essl. Essig)
6-8 Essl. Öl)

beigeben, mischen

FISCHMAYONNAISE (5 Pers.)

500 Gramm Süss- oder Meerwasserfische
gekocht) in grosse Stücke schneiden

2 Essl. Essig)
1 Teel. Salz) mischen, über die Fische giessen
½ Std. stehen lassen

2 Portionen Mayonnaise
(2 Eigelb, 3-4 dl. Oel)

1-2 Blatt Gelatine, aufgelöst) mit der Mayonnaise mischen

Die Gelatine kann auch weggelassen werden .

Die Fischstücke leicht erhöht anrichten, mit Mayonnaise überziehen .

Nach Belieben mit Sardellenfilets, Kapern, Cornichons und gekochten Eiern garnieren.

Kochen von Fischen : (Filets, ca. 1 Kg.)

<u>S u d</u>	2 Ltr. Wasser	}	in die Pfanne geben, 10 - 15 Min. kochen
	1½ Essl. Salz		
	1 besteckte Zwiebel		
	1 Glas Weisswein	}	beigeben
	1 Glas Wasser		

Die Fische in den Sud legen. (sie müssen vom Sud bedeckt sein)

Bei schwacher Hitze abgedeckt ziehen lassen. Dauer 4 - 6 Min.

Sorgfältig anrichten und erkalten lassen .

MAISSALAT (5 - 6 Pers.)

1 mittlere Dose Maiskörner	)	
3-4 Tomaten, in Schnitzen	)	
je 1 gelbe, grüne & rote	)	m i s c h e n
Peperoni, in Streifchen	)	

Sauce :

1 kleine Zwiebel, gehackt	)	
2 Sardellenfilets, gehackt	)	
1 Büschel Peterli, gehackt	)	
2 - 3 Essl. Essig	)	mischen, über den Salat giessen
5 - 6 Essl. Öl	)	
Salz, Pfeffer, Aromat	)	

SPARGELN (4 - 5 Pers.)

1 Kg. Spargeln

) sorgfältig waschen,
schälen bis zum Köpfchen,
untern Teil etwas dicker abschälen

Spargeln zu Bündeln zusammenbinden . Dünne Spargeln gesondert .

 $1\frac{1}{2}$ Ltr. Wasser

2 Teel. Salz

 $\frac{1}{2}$ Teel. Zucker

)
) in weiter Pfanne aufkochen
)

Spargelbündel

) begeben, auf mässigen Feuer kochen lassen

Kochzeit : Dünne Spargeln = 20 Min.

Dicke Spargeln = 30 - 40 Min.

(Dünne Spargeln später begeben.)

GEFUELLTE TOMATEN (12 Stück)

12 mittlere Tomaten

) waschen, oben einen Deckel wegschneiden
Das Mark mit einem Löffel entfernen

Füllung:

1 Dose Champignons, sehr fein schneiden)

150 Gramm Schinken, in kleinen Würfel)

1 dl. Mayonnaise)

 $\frac{1}{2}$ Teel. Curry)

1 Essl. Peterli , gehackt)

evt. Salz, Pfeffer & Aromat)

Alle Zutaten mischen, in die Tomaten
einfüllen . Den Deckel darauflegen .

Käseschnitte BUTTERFLY (gem. beil. Rezept)