* KOCHKURS *
* M R Z *

22. K u r s a b e n d

17. Februar 1970

M e n u:

Salatteller mit Rübli - ,
Sellerie - und grünem Salat
Schweinsrücken reich garniert
ged. Bohnen
Schlosskartoffeln
Zitronencreme

SCHWEINSRUECKEN reich garniert (4 Pers.)

400 - 500 gr. Schweinefleisch, Kotelettstück, ausgebeint

Senf, Pfeffer, Paprika) das Fleisch mit den Gewürzen einreiben
Rosmarin) und eine Stunde liegen lassen

Die Bratpfanne mit Fett ausstreichen, mit Speckscheiben (150 gr. Speck)
belegen.

Fleisch salzen und auf die Speckscheiben legen. Die Bratpfanne zudecken
und in den vorgeheizten Ofen stellen. Bei Mittelhitze $1\frac{1}{2}$ Std. braten.
Braten und Speck aus der Pfanne nehmen, warm stellen.
Sauce zubereiten. (Evt. Fett abgiessen)

Sauce

1 Zwiebel gehackt)
1 Essiggurke ") in die Pfanne geben, leicht bräunen
1 Teel. Tomatenpurée)

1 Glas Rotwein)
1 Bratensaucewürfel aufgelöst) begeben, Sauce 10 Min. kochen

Die Sauce abschmecken, evt. sieben und separat zum Fleisch servieren.
Den Braten aufschneiden, anrichten und mit den Beilagen garnieren.

Beilagen

4 Pfirsichhälften mit je 1 Kirsche garniert (Früchte erhitzen)
4 Birnenhälften, wie Halbäpfel, mit Preiselbeeren gefüllt
2 Ananasscheiben, in Viertel geschnitten, in Butter leicht gebraten
1 Dose Spargeln, erhitzt
2 Tomaten, halbiert, gedämpft

Tomaten , gedämpft

Tomaten halbieren, mit Salz, Knoblauchsatz, Pfeffer, Paprika, gehackten Zwiebeln, Rosmarin, Thymian, Basilikum und Origanostreuen .

In der Pfanne mit Beigabe von wenig Bouillon oder im Ofen auf dem Blech weichdämpfen .

Die Tomaten dürfen nicht zu weich sein, da sie sonst zerfallen .

Anstelle der verschiedenen grünen Kräuter kann italienische Kräutermischung verwendet werden.

Pommes de terre Château

$\frac{1}{4}$ - 1 Kg. Kartoffeln , geschält	) in gleichmässige Schnitze schneiden
2 dl. Salzwasser , kochend	) die Kartoffeln 2-3 Min. darin kochen, abtropfen lassen
1 dl. Oel, heiss	) Kartoffeln braun braten und salzen

gedämpfte Bohnen (4 Pers.)

1 Essl. Oel	}	dämpfen
1 Zwiebel, gehackt		
1 Knoblauchzehe, gehackt		
Peterli, gehackt		
500 - 600 gr. Bohnen	}	in die Pfanne geben, dämpfen
1 Teel. Salz		
Pfeffer, Paprika		
Thymian	}	beigeben, die Bohnen weichkochen
$\frac{1}{2}$ Teel. Bouillon		
1 dl. Wasser		

Bei tiefgekühlten Bohnen kann das Wasser meist weggelassen werden.

Rüblisalat

- Saft von 1 Zitrone
6 Essl. Rahm (1 dl)
wenig Zucker & Salz
- 300 gr. Rübli, geschält
geraffelt
-) mischen
-) mit der Sauce sofort mischen

SelleriesalatSauce

- 1½ dl. Rahm oder Joghurt
oder
1 dl. Mayonnaise und ½ dl. Rahm
2-3 Essl. Zitronensaft
- 400 gr. Sellerie
- 200 gr. Aepfel
- 3 - 4 Nusskerne
-) mischen
-) raffeln, häufig mit der Sauce
mischen, damit der Sellerie
nicht braun wird.
-) raffeln, sofort mit der Sauce
mischen
-) hacken, über den Salat streuen

kalt gerührte Zitronencreme (4-5 Pers.)

- 2 Eigelb
80 gr. Zucker
½ Zitronenschale
6 Essl. Zitronensaft
2 Essl. Wasser
- 1½ Blatt Gelatine
gewässert, aufgelöst
- 2 Eiweiss
2 dl. Rahm
- ½ - 1 dl. Rahm geschlagen
Orangenscheiben
- Vorbereiten der Gelatine:
- 1-2 Essl. Wasser
gewässerte Gelatine
-)
) in einer Schüssel schaumig rühren
(Schwingbesen)
-) begeben, rühren bis die Masse kalt ist
Die Crème leicht fest werden lassen
-) zusammen steif schlagen, mit der Crème
mischen, kalt stellen
-) zum Garnieren nach Belieben
- Die Gelatineblätter klein schneiden, in 1-2 dl.
kaltes Wasser legen, bis sie weich sind (wässern)
-) in die Pfanne geben, solange erwärmen bis die
Gelatine aufgelöst ist. Nicht kochen!