

Kochabend vom 17. Mai 2016 „Wursten“

Roger für den Abend, Hans für das Wursten



„Wursten“

Das Thema „Wursten“ wird von Hans vorbereitet und entsprechend am Abend präsentiert. Die hergestellten Würste werden wir zum Teil gleich zubereiten und verspeisen. Als Beilage werden ein „Salatbuffet“ machen mit verschiedenen Saucen und Salaten. Als Vorpeisen kreieren wir einen Spargelteller „Fantasie“.

Ablauf	Zeit bis ca.
Besprechung	19.00 Uhr
Vorspeise	19.45 Uhr
Hauptgang	21.00 Uhr

Sauce Hollandaise

3 *Eigelb*
2 *El Wasser*
150 g *Butter*
Salz, Pfeffer
Zitronensaft

Butter in einer separaten Pfanne schmelzen und beiseite stellen, diese Butter soll flüssig, aber nicht warm sein!

Eine Chromstahlschale in eine Pfanne mit heissem Wasser stellen. 2-3 El Wasser und Pfeffer für gute 10 Minuten ziehen lassen. Die drei Eigelb hinein geben und ohne Unterlass mit dem Schneebesen schlagen. Das Eigelb soll vollkommen schaumig geschlagen werden und durch die zunehmende Hitze glatt und cremig werden (Gegen 3 Minuten schlagen).

Durch Überhitzung oder zu langes Garen gerinnt das Eigelb und verliert dadurch seine Bindefähigkeit. Es ist darum wichtig, die Masse sehr langsam und vorsichtig zu erhitzen.

Sobald der Eigelbschaum so fest ist, dass er einige Sekunden die Form behält, kann die lauwarme Butter zunächst tropfenweise, später mit einem dünnen Strahl kräftig untergeschlagen werden. Neue Butter erst dann zufügen, wenn die vorherige vollkommen aufgegangen ist, zwischendurch 1-2 El Wasser unterschlagen. Zum Schluss mit Zitrone und Salz abschmecken.

Tipp

Durch Überhitzung oder zu langes Garen gerinnt das Eigelb und verliert dadurch seine Bindefähigkeit. Es ist darum wichtig, die Masse sehr langsam und vorsichtig zu erhitzen.

Die Sauce kann bis zum Servieren in einem nicht allzu heißen Wasserbad warm gehalten werden.

Kartoffelsalat mit Gurken

300 g	<i>Kartoffeln</i>
120 g	<i>Salatgurke</i>
1 dl	<i>Bouillon</i>
0,6 dl	<i>Weinessig</i>
0.5 dl	<i>Sonnenblumenöl</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>

Kartoffeln weich kochen, noch warm schälen und in Scheiben schneiden. Mit heisser Bouillon beträufeln und auskühlen lassen. Sobald die Kartoffeln kalt sind, Gurken schälen (oder teilweise schälen), in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Alle Zutaten für die Sauce untereinander rühren. Alles zusammen mischen und servieren.

Waldorfsalat

100 g	<i>Mayonnaise</i>
100 g	<i>Vollmilchjoghurt</i>
1 - 2 El	<i>Zitronensaft</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>
500 g	<i>Knollensellerie</i>
1	<i>roter Apfel</i>
100 g	<i>Ananasstücke</i>
1 Tl	<i>Zucker</i>
20 g	<i>Walnusskerne</i>

Aus Mayonnaise, Vollmilchjoghurt, Zitronensaft, Salz und Pfeffer die Salatsauce rühren.

Sellerie schälen, in der Küchenmaschine oder auf der Haushaltsreibe grob raffeln und sofort unter die Sauce mischen. Apfel waschen, mit der Schale vierteln, das Kerngehäuse ausschneiden. Zwei Viertel für die Dekoration in Spalten schneiden.

Die übrigen Viertel grob raffeln und mit dem Sellerie in der Sauce mischen. Ananasstücke abtropfen lassen, ebenfalls unter den Salat mischen. Den Waldorfsalat mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Mit den Walnusskernen und Apfelspalten dekorieren.

Rüebli Salat

400 g	<i>Rüebli</i>
2 Kl	<i>Zitronensaft</i>
20 g	<i>Vollrahm oder Kaffeerahm</i>
	<i>Streuwürze</i>

Rüebli schälen und fein raffeln. Zitronen und Streuwürze daruntermischen und gute 10 Minuten ziehen lassen. Rahm daruntermischen und für eine gute Stunde im Kühlschrank ziehen lassen.

Italienische Sauce

1	<i>feingehackte Zwiebel</i>
1	<i>gehackte Knoblauchzehe</i>
1 Tl	<i>Streuwürze</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>
1 Prise	<i>Oregan</i>
1 El	<i>Rotweinessig</i>
1 El	<i>Balsamico</i>
2 El	<i>Olivenöl</i>

Alle Zutaten gut vermischen

Klassische Vinaigrette

2 El	<i>Kräuteressig</i>
8 El	<i>Sonnenblumenöl</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>
	<i>feingehackte Kräuter nach Belieben wie Schnittlauch, Petersilie, Rosmarin, Thymian usw.</i>

Alle Zutaten mit dem Schwingbesen gut verrühren, 5 Minuten schlagen, damit die Mischung möglichst gleichmässig wird und sich das Öl nicht vom Essig trennt.

Kräuter-Joghurt Sauce

1 Becher	<i>Nature Joghurt</i>
	<i>frische Küchenkräuter (Schnittlauch, Petersilie, Kerbel)</i>
½ dl	<i>Orangensaft</i>
2 El	<i>Zitronensaft</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>

Küchenkräuter waschen, zupfen und fein hacken. Joghurt mit Küchenkräutern, Orangen - und Zitronensaft zu einer Sauce verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mango-Orangendressing

50 g	<i>reife Mango</i>
1 Tl	<i>Zitronensaft</i>
2 El	<i>Bienenhonig</i>
1 dl	<i>Orangensaft</i>
1 El	<i>Senf</i>
1 dl	<i>Rahm</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>

Mango schälen, in Spalten vom Stein schneiden, die Spalten in kleine Würfel schneiden und mit Zitronensaft mischen.

Honig und Orangensaft leicht erwärmen, Senf und Rahm dazugeben und alles vermischen. Mangowürfel darunterziehen, mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken, nach Belieben noch etwas Honig dazugeben.

Salatsauce mit gekochtem Eigelb

2	<i>Eigelb, gekocht</i>
5 g	<i>Sardellenfilet</i>
10 g	<i>Senf</i>
10 g	<i>Essig</i>
50 g	<i>Sonnenblumenöl</i>
20 g	<i>Vollrahm</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>
	<i>Aromat</i>

Eigelbe und Sardellen mit einer Gabel zerdrücken und durch ein Sieb streichen anschliessend mit den übrigen Zutaten verrühren und abschmecken.

Salatsauce mit Joghurt

150 g	<i>Naturejoghurt</i>
50 g	<i>Orangensaft</i>
10 g	<i>Zitronensaft</i>
80 g	<i>Sonnenblumenöl</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>

Verrühren und mit Salz, Pfeffer und Aromat abschmecken.

Salatsauce mit rohen Tomaten

4	<i>Tomaten, geschält und fein gehackt</i>
2 El	<i>Nature-Joghurt</i>
1 Tl	<i>Streuwürze</i>
1 Prise	<i>Pfeffer</i>
1 Tl	<i>gehackter Basilikum</i>
2 El	<i>Essig</i>
4 El	<i>Sonnenblumenöl</i>

Alle Zutaten gut vermischen

Vinaigrette

350 g	<i>Kräuteressig</i>
400 g	<i>Bouillon</i>
150 g	<i>Sonnenblumenöl</i>
150 g	<i>fein geschnitten Zwiebeln</i>
30 g	<i>Senf</i>
50 g	<i>Petersilie, fein gehackt</i>
50 g	<i>fein geschnittener Schnittlauch</i>
150 g	<i>Gemüsebrunoise</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>
	<i>Aromat</i>

Alles miteinander verrühren und mit den Gewürzen abschmecken, kaltstellen.