

01.11.2014 KOCHEN BEI CLAUDI & JOGI



KÜRBISSUPPE
SALAT MIT ZIEGENKÄSE
UND KANINCHENLEBER
KANINCHEN MIT ROSENKOHL
UNDSALZKARTOFFELN
BLAUBÄR-MARONEN-CRUMBLE



Kürbissuppe

Für 10 Portionen: 1000 g Hokkaido-Kürbis | 6 Schalotten | 5 EL Rapsöl
1200 ml Gemüsefond (Glas) | 600 ml Sahne | Salz | Pfeffer aus der Mühle
5 EL gehackte Kürbiskerne | 5 EL Kürbiskernöl



1 Den Kürbis waschen, vierteln, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Schalotten schälen und klein würfeln.

TIPP Hokkaido-Kürbis ist populär und weitverbreitet. Man bekommt ihn auch in kleinen Stücken und kann ihn mit der Schale verarbeiten.

2 Das Rapsöl in einem Topf erhitzen, Schalotten zugeben und darin andünsten.

3 Die Kürbiswürfel zufügen und 3 Minuten andünsten.

4 Den Suppenansatz mit dem Gemüsefond ablöschen.

5 Die Sahne dazugießen und die Suppe einmal aufkochen lassen.

TIPP Statt Sahne können Sie auch Kokosmilch nehmen.



Die Suppe bei geschlossenem Deckel -20 Minuten bei milder Hitze garen.

7 Wenn der Kürbis weich ist, alles mit einem Pürierstab fein pürieren.

8 Die Suppe durch ein feines Sieb in einen anderen Topf gießen.

9 Die Suppe mit Hilfe einer Suppenkelle durch das Sieb streichen.

10 Die Kürbissuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller füllen und mit frisch gerösteten, gehackten Kürbiskernen und Kürbiskernöl garnieren.

TIPP Schäumen Sie die heiße Suppe kurz vor dem Servieren mit dem Pürierstab nochmals auf. Dadurch bekommt sie eine feine Struktur.

»Als Sohn der Steiermark schätze ich das Kürbiskernöl aus meiner Heimat. Davon gebe ich zum Schluss gern ein paar Tropfen auf cremige Gemüsesuppen. Das macht sie zu wahren Delikatessen.«

Kaninchen mit Rosenkohl und Salzkartoffeln

Kaninchen:

- Pilze putzen, zerkleinern und anbraten (zur Seite stellen)
- Hinterläufe kurz anbraten und ca. 3 Std. im Ofen bei 140 ° Umluft
- Vorderläufe und Bauchlappen kurz anbraten und ca. 2 Std. im Ofen bei 140 °
- Rücken kurz anbraten und ca. ½ Std. vor Ende hinzufügen

Sauce :

Gerippe mit Kopf ☺, sowie Suppengemüse im Kaninchenfett anbraten, bis das Gemüse richtig Farbe genommen hat. Anschließend mit Wasser auffüllen und ca. 2 Std. auskochen.

Soße nach Geschmack verfeinern (Wir sind ja mittlerweile Profiköche und brauchen keine extra Anleitung / Freestyle)

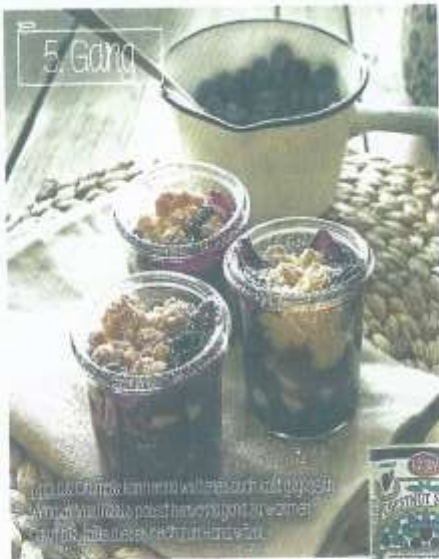
Rosenkohl :

putzen, kochen, mit Butter und Muskat abschmecken

Kartoffeln:

kann jeder

5. Gang



Alle Produkte können online bestellt werden. Wenn Sie online bestellen, können Sie Ihre Bestellung auch über den METRO-Markt durchführen.



Blaubeer-Maronen-Crumble

Zutaten für 4 Personen:

- 600 g frische Blaubeeren
- 1 x B. Maronengüsse, Marke Clement Faugler
- Puderzucker zum Bestäuben

Für die Crumble:

- 300 g Mehl, Typ 405
- 150 g gemahlene Mandeln
- 300 g Zucker
- 300 g Butter
- 1 Messerspitze Backpulver
- 1 Messerspitze gemahlene Vanille
- 1 Eiweiß

Zubereitung:

- 1 Für die Crumble alle Zutaten bis auf das Eiweiß in eine Schüssel geben und mit den Händen verkneten. Danach das Eiweiß zugeben und schnell einarbeiten. Abdecken und im Kühlschrank eine halbe Stunde durchkühlen lassen.
- 2 In der Zwischenzeit die Blaubeeren waschen und den Backofen auf 210 °C vorheizen.
- 3 Zuerst Blaubeeren in vier kleine Auflaufformen geben. Darauf die Hälfte des Maronengüses verteilen und mit Crumbles abdecken. Eine weitere Schicht mit Blaubeeren sowie das restliche Maronengüsse darauf verteilen und mit Crumbles abdecken.
- 4 In den vorgeheizten Backofen geben und etwa 20 Minuten backen. Herausnehmen, mit Puderzucker bestäuben und anrichten.

Alle Produkte finden Sie in Ihrem METRO-Markt.

M Mehr inspirierende Gerichte unter www.metro-gourmetblog.de