



Kochabend vom 27.03.2017

Menü : **Emmentaler – Birnen in der Tüte** **Schweinsfilet mit Ananas und Reis** **Jogurt - Limetten - Cup mit Amaretti**

Zutaten für 4 Personen

Emmentaler – Birnen in der Tüte

2 Birnen, in 3 mm dünne Schnitze geschnitten
2 dl Weisswein
2 TL Zitronensaft
2 EL Zucker

4 Cicorino Rosso Blätter
½ Zuckerhut in ca. 5 mm dünne Streifen geschnitten
16 Scheiben Rohschinken
16 dünne Scheiben milder Emmentaler

Zubereitung

1. Die Birnenschnitze in einer weiten Pfanne im Weisswein, Zitronensaft und Zucker zugedeckt knapp weich pochieren. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Saft ohne Deckel einkochen, karamellisieren lassen, Birnenschnitze erneut begeben, darin wenden und beiseite stellen.
2. Auf jede Scheibe Rohschinken eine Scheibe Emmentaler und zwei bis drei Birnenschnitze legen, zu einer Tüte aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren. Auf dem Teller neben dem Salat anrichten.
3. Salat waschen und abtropfen lassen. Zuckerhut mit der Salatsauce mischen.

Damit die Emmentaler-Scheiben wirklich dünn werden: Mit dem Sparschäler von einem Stück abziehen.

Salatsauce mit Senf, Essig, Öl, Aromare, Schnittlauch und eventuell etwas Honig.

Schweinsfilet mit Ananas und Reis

450 g Ananas
4 EL Olivenöl
2 EL flüssiger Honig
½ Zwiebel
1 EL Butter
250 g Langkornreis
5 dl Gemüsebouillon
Salz, Pfeffer
1 Schweinsfilet am Stück, ca. 500- 600 g
wenig Öl zum Braten
1 TL milder Senf

Zubereitung

1. Backofen auf 200 °C vorheizen. Ananasstrunk wegschneiden. Ananas samt Schale in Scheiben à ca. 1 cm schneiden. Scheiben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Das Olivenöl mit Honig mischen. Ananasscheiben mit der Hälfte des Honigöls bestreichen. In der Ofenmitte ca. 20 Minuten backen. Ofentemperatur auf 160 °C reduzieren.
2. Filet mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Filet rundum ca. 4 Minuten anbraten. Senf zum restlichen Öl-Honig-Gemisch geben und verrühren. Filet zu den Ananasscheiben aufs Blech legen. Filet mit der Honig- Senf- Marinade bestreichen. In der Ofenmitte ca. 20 Minuten garen. Filet dabei ab und zu mit der Marinade bestreichen. Filet aus dem Ofen nehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen. Filet in Tranchen schneiden mit Reis und Ananasscheiben servieren.
3. Zwiebel hacken und in der Butter andünsten. Reis begeben und unter Rühren mitdünsten, bis er glasig wird. Bouillon dazu giessen und zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist.

Senfsauce

40 g Butter
20 g Mehl
200 ml Fleischbouillon
1 EL Senf
1 Schuss Weisswein
110 ml Halbrahm
1 Prise Salz
Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Die Butter in der Pfanne erhitzen, das Mehl dazugeben und anschwitzen –immer gut rühren.

Nun die noch helle Mehlschwitze vorsichtig mit der Fleischbouillon ablöschen, dabei immer gut rühren. Den Schuss Weisswein (sofern gewünscht) und den Senf dazugeben.

Kurz mit dem Schwingbesen verrühren und dann den Halbrahm unterrühren. Mit Salz und etwas Pfeffer abschmecken.

Ergibt ca. 3 ½ dl Sauce

Joghurt- Limetten- Cup mit Amaretti

360 g Rahmjogurt

3 – 4 EL Zucker

je ½ Zitrone und Limette, Schale fein abgerieben und je 1 EL Saft

2,5 dl Rahm, steif geschlagen

12 – 16 Amaretti, zerbröckelt

1 Limette, Saft

Zitronen- und Limettenresten zum Garnieren

Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung

1. Jogurt, Zucker, Zitronen- und Limettenschale und Saft verrühren. Rahm darunter ziehen, in die Gläser verteilen. Mindestens 2 Stunden kühl stellen.
2. Vor dem Servieren Amaretti darüber geben, mit je 1 TL Limettensaft beträufeln, garnieren und mit Puderzucker bestäuben.

Ä Guätä wünscht dr Büeli Res