

# GOURMET ZUM FÜNFTEN

KOCHABEND VOM 06. APRIL 2008  
NEUMÜLIWEG 2, GAMS

GILDEKÖCHE:  
HARDEGGER MARKUS  
RÜDISÜHLI RENÉ  
SCHÖB MANUEL  
LENHERR ROLF

## MENÜ:

GRUSS AUS DER KÜCHE:  
CROSTINI-VARIATIONEN  
WEISSWEIN

---

SUPPE:  
FRÜHLINGSZWIEBELSUPPE  
WEISSWEIN

---

VORSPEISE:  
GEBRATENE SPARGELN  
WEISSWEIN / ROTWEIN

---

HAUPTGANG:  
RINDSFILET CHATEAUBRIAND  
AN PORTWEINRAHM MIT GETROCKNETEN TOMATEN  
ROTWEIN

---

DESSERT:  
ERDBEERGLACE AUF ANANASBETT

Sämig – Zum Vorbereiten

## Frühlingszwiebelsuppe

Ergibt 6 Portionen

**3 Bund Frühlingszwiebeln**  
**1–2 Zweige Rosmarin, je nach Grösse**  
**4 magere Bratspecktranchen (1)**  
**1 Esslöffel Butter**  
**1 gestrichener Esslöffel Mehl**  
**½ dl trockener Sherry**  
**7 dl Hühner- oder Gemüsebouillon**  
**200 g Dattel- oder normale Cherrytomaten**  
**80 g magere Bratspecktranchen (2)**  
**150 g Crème fraîche**  
**Salz, schwarzer Pfeffer**

- 1 Die weissen Zwiebelknollen von 3 Frühlingszwiebeln abschneiden und beiseitelegen. Das schöne Grün dieser Zwiebeln sowie die restlichen Frühlingszwiebeln mitsamt Röhrchen in dünne Ringe schneiden.
- 2 Die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und fein hacken. Die 1. Portion Bratspecktranchen in dünne Streifen schneiden.
- 3 Die Butter erhitzen. Die Speckstreifen darin anrösten. Dann die Frühlingszwiebelringe und den Rosmarin beifügen und kurz mitdünsten. Das Mehl in ein Siebchen geben und darüberstäuben. Sherry und Bouillon mischen und unter Rühren langsam dazugiessen. Die Suppe aufkochen und zugedeckt auf kleinem Feuer 10 Minuten kochen lassen.
- 4 Inzwischen die beiseitegelegten Zwiebelknollen in dünne Ringe schneiden. Die Tomaten je nach Grösse halbieren oder vierteln. Die 2. Portion Bratspecktranchen in dünne Streifen schneiden.

- 5 In einer Bratpfanne die Speckstreifen im eigenen Fett knusprig rösten. Die Zwiebelringe beifügen und kurz Farbe annehmen lassen.
- 6 Die Crème fraîche zur Zwiebel-suppe rühren, dann diese mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 7 Vor dem Servieren die Speck-Zwiebel-Mischung nochmals erhitzen. Die Tomaten beifügen und gut 1 Minute mitrösten.
- 8 Die Suppe nochmals aufkochen und in vorgewärmten tiefen Tellern oder Tassen anrichten. Die Tomatenmischung auf die Suppe geben und diese sofort servieren.

### Für den Kleinhaushalt

**2–3 Portionen:** Zutaten halbieren.

Pro Portion 6 g Eiweiss,  
20 g Fett, 6 g Kohlenhydrate;  
235 kKalorien oder 982 kJoule

Purinarm



## Gebratene Spargeln

Es ist noch nicht so lange her, dass ich zum ersten Mal Spargeln gebraten ass – und ich war hin und weg: Sie waren perfekt in der Konsistenz, hatten also noch Biss und besaßen ein feines, intensives und dennoch nicht dominantes Aroma. Vor allem grüner Spargel eignet sich hervorragend für diese Zubereitungsart. Zum Würzen wird in diesem Rezept Balsamicoessig verwendet, mit dem man aber eher sparsam umgehen sollte, damit er das Spargelaroma nicht übertönt. Und drücken Sie den Knoblauch auf keinen Fall durch die Knoblauchpresse, mit dem Messer gehackt schmeckt er wesentlich feiner. Wer es pikant mag, brät etwas fein geschnittenen Peperoncino (italienische Pfefferschote) mit. Der Spargel passt gut als Beilage zu gebratenem Fleisch oder auf einen Safranrisotto.

Zubereiten: 20 Minuten

Für 4 Personen

500 g grüne Spargeln

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

5 Esslöffel Olivenöl

Salz

2 Esslöffel Balsamicoessig

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

- 1** Die Spargeln kurz waschen. Das untere Drittel der Spargelstangen grosszügig abschneiden; das Schälchen erübrigt sich bei frischen grünen Spargeln. Dann die Stangen der Länge nach halbieren und schräg in etwa 5 cm lange Stücke schneiden.
- 2** Die Schalotte und den Knoblauch schälen und sehr fein hacken.
- 3** In einer Bratpfanne oder im Wok das Olivenöl erhitzen. Die Spargeln beifügen, leicht salzen und unter häufigem Wenden etwa 5 Minuten braten. Nach der Hälfte der Bratzeit Schalotte und Knoblauch beifügen. Am Schluss die Spargeln mit Balsamicoessig und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.



# Chateaubriand

(siehe auch Niedergarmethode S. 26–27)  
Marinieren: ca. 12 Std.

**Vorbereiten:** Ofen auf 80 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

600 g Rindsfilet (Filetkopf)

## Marinade

½ Esslöffel **scharfer Senf**, z. B. Dijon-Senf  
2 Esslöffel **Öl**  
1 Esslöffel **Worcestershiresauce**  
1 kleine **Knoblauchzehe**, gepresst  
je ¼ Teelöffel **Pfeffer und Paprika**

½ Teelöffel **Salz**

**Bratbutter** zum Anbraten

alles gut verrühren, Fleisch damit bestreichen. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 12 Std. marinieren. Fleisch ca. 1 Std. vor dem Anbraten herausnehmen, Marinade abstreifen, Fleisch mit Haushaltspapier trockentupfen

würzen

in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch ca. 5 Min. anbraten, erst wenden, wenn sich eine Kruste gebildet hat, auf die vorgewärmte Platte legen

**Garen:** ca. 2 Std. im vorgeheizten Ofen. Die Kerntemperatur soll ca. 60 Grad betragen. Das Chateaubriand kann anschliessend bei 60 Grad bis zu ca. 1 Std. warm gehalten werden. (ca. 1 ½ Std. saignant/Kerntemperatur 50–55 Grad).

## Die Niedergarmethode

am Beispiel «Chateaubriand» (Rezept und Foto S. 100/101)



### Vorbereiten

Fleisch mit der Marinade bestreichen, zugedeckt ca. 12 Std. im Kühlschrank marinieren, ca. 1 Std. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Ofen auf 80 Grad vorheizen, Platte und Teller in der unteren Hälfte des Ofens vorwärmen.



### Anbraten

Marinade abstreifen, Fleisch mit Haushaltspapier trockentupfen, salzen (kleine Fleischstücke erst nach dem Anbraten), in der heissen Bratbutter allseitig ca. 5 Min. anbraten, erst wenden, wenn sich eine Kruste gebildet hat.



### Garen

Chateaubriand nach dem Anbraten sofort auf die vorgewärmte Platte legen, Fleischthermometer in die Mitte des Fleisches stecken und in den vorgeheizten Ofen stellen. Garen: ca. 2 Std. (à point/ Kerntemperatur 60 Grad). Ofen während des Garens nicht öffnen. Ofentemperatur gelegentlich kontrollieren.

### Warm halten

Ist die gewünschte Garstufe erreicht, Ofentür öffnen, bis die Temperatur auf 60 Grad gesunken ist. Das Chateaubriand lässt sich bis zu ca. 1 Std. warm halten.

### Tipp

Soll das Chateaubriand saignant (Kerntemperatur 50–55 Grad) sein, nur 1 ½ Std. garen.

## Die Niedergarmethode

Bei der Niedergarmethode wird Fleisch bei hoher Temperatur gut angebraten, dann bei niedriger Temperatur (80 Grad) langsam fertig gegart. Das Niedergaren bringt einige Vorteile: das Fleisch bleibt saftig und zart, die lange Garzeit bietet genügend Zeit für die Zubereitung der Sauce oder Beilagen und das Fleisch lässt sich bis zu 1 Std. warm halten, ideal, wenn Gäste kommen. Für diese Zubereitungsart eignen sich alle zarten Fleischstücke vom Kalb, Rind, Schwein, Lamm und Wild. Fragen Sie den Metzger um Rat.

### Gut zu wissen

– Kleine Fleischstücke ca. 30 Min., grosse ca. 1 Std. vor dem Zubereiten aus dem Kühlschrank nehmen, damit diese vor dem Anbraten bereits Raumtemperatur haben, die Garzeit verkürzt sich und das Fleisch wird bis zum Kern heiss.

– Je länger die Anbratzeit, desto kürzer ist die Garzeit im Ofen.

– Im auf 80 Grad vorgeheizten Ofen eine Platte vorwärmen, Fleisch darin garen. Die Teller können gleichzeitig vorgewärmt werden.

– Fleisch nie in der Bratpfanne in den Ofen stellen, das Fleisch würde wegen der Speicherwärme der Pfanne zu schnell und stark garen.

– Fleisch darf während dem Garen nie zugedeckt werden, es würde sich eine zu grosse Hitze entwickeln und die Temperatur von 80 Grad übersteigen.

– Darauf achten, dass die Ofentemperatur nie unter 80 Grad fällt, deshalb Ofen während des Garens nicht öffnen. Die Temperatur lässt sich mit dem Backofenthermometer genau kontrollieren.

– Fleisch bei niedriger Temperatur gegart, braucht keine Standzeit, deshalb kann es sofort tranziert und auf den vorgewärmten Tellern angerichtet werden.

– Grosse Fleischstücke können anschliessend bei 60 Grad bis zu ca. 1 Std., kleine bis zu ca. 30 Min. warm gehalten werden.

**Weitere Rezepte:** Kalbssteaks mit Steinpilzsauce S. 40, Kalbssteaks mit Morchelsauce S. 42, Kalbskoteletts S. 44, Hohrückensteaks mit grünem Pfeffer S. 94, Roastbeef S. 98.



## Portweinrahm mit getrockneten Tomaten

Für 5–6 Personen

100 g in Olivenöl eingelegte  
getrocknete Tomaten, abgetropft  
gewogen

2 Knoblauchzehen

2 Schalotten

600–800 g runde Kalbsnuss oder  
Faux-filet (Lendenstück)

Salz, schwarzer Pfeffer aus der  
Mühle

2 Esslöffel Bratbutter

150 ml Portwein

200 ml Kalbsfond

300 ml Rahm

einige Tropfen Zitronensaft

1 Bund Schnittlauch

- ◆ Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.
- ◆ Die Tomaten auf Küchenpapier abtropfen lassen. In Streifen schneiden.
- ◆ Knoblauch und Schalotten schälen und fein hacken.
- ◆ Die Kalbsnuss mit Salz und Pfeffer würzen. In der heissen Bratbutter rundherum 8 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen und sofort auf die vorgewärmte Platte geben. Im vorgeheizten Ofen bei 80 Grad 2½ Stunden nachgaren lassen.
- ◆ Im Bratensatz Tomaten, Schalotten und Knoblauch andünsten. Mit dem Portwein ablöschen und zur Hälfte einkochen lassen. Den Kalbsfond dazugießen und

alles wiederum auf etwa 150 ml einkochen lassen.

- ◆ Den Rahm beifügen und die Sauce noch so lange kochen lassen, bis sie cremig bindet. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Beiseite stellen.
- ◆ Unmittelbar vor dem Servieren die Sauce nochmals aufkochen und den Schnittlauch mit der Schere dazuschneiden. Die Kalbsnuss in dünne Scheiben aufschneiden, anrichten und mit Sauce umgiessen.

Beilage: Maisgaletten (Rezept Seite 99).

Zubereitungsart auch geeignet für:

- Pouletbrüstchen: Anbraten: 3 Minuten; Nachgaren: 45–60 Minuten bei 75 Grad.
- Schweinsfilet: Anbraten: 5 Minuten; Nachgaren: 1½–1¾ Stunden bei 80 Grad.
- Kalbsfilet: Anbraten: 6–7 Minuten; Nachgaren: 1¾–2 Stunden bei 80 Grad.
- Schweins- oder Kalbskarree (Nierstück): Anbraten: je nach Grösse und Gewicht 8–10 Minuten; Nachgaren: 2–2½ Stunden bei 80 Grad.



## Zucchini-Kartoffel-Küchlein

*Für 4 Personen*

*250 g Kartoffeln*

*250 g Zucchini*

*1 grosse Zwiebel*

*1 Bund Petersilie*

*50 g Teigwaren- oder Maismehl*

*2 Esslöffel frisch geriebener Sbrinz  
oder Parmesan*

*3 Eier*

*Salz, Pfeffer aus der Mühle*

*2–3 Esslöffel Butter*

*2–3 Esslöffel Olivenöl*

◆ Die Hälfte der Butter und des Olivenöls in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Jeweils einen Löffel Gemüsemasse hineingeben und zu einem Küchlein formen. Die Küchlein nicht zu heiss langsam auf der einen Seite braten. Dann wenden, die restliche Butter und das restliche Olivenöl beifügen und die Küchlein auch auf der zweiten Seite goldbraun braten. Die Gesamtbratzeit beträgt etwa 12–15 Minuten.


◆ Die Kartoffeln schälen. Die Zucchini waschen und die Enden abschneiden, die Früchte jedoch nicht schälen. Beide Gemüse an der Röstiraffel reiben. Die Zwiebel und die Petersilie fein hacken. Alle diese Zutaten in eine Schüssel geben, das Mehl darüber stäuben und alles gut mischen.

◆ Käse, Eier, Salz und Pfeffer gut verrühren. Zum Gemüse geben und alles sehr gut mischen.



## Erdbeer-Eiscreme

- 200 g frische Erdbeeren
- 90 g Kristallzucker
- 1 Eigelb
- 1 Tl Zitronensaft
- 225 ml Vollmilch
- 100 ml süße Sahne, ungeschlagen

Waschen Sie die Erdbeeren, und pürieren Sie sie mit dem Zitronensaft, dem Eigelb und dem Zucker. Rühren Sie die Erdbeermischung unter die Sahne und die Milch. Vermengen Sie die Mischungen gründlich. Schalten Sie das Gerät auf , und gießen Sie die Masse in die Schüssel.  
Zubereitungszeit: ca. 35 bis 45 Minuten.


**Hinweis:** Die folgenden Früchte können anstatt der Erdbeeren verwendet werden: 200 g Fruchtmus aus Waldbeeren, Heidelbeeren, Stachelbeeren, Himbeeren oder Brombeeren.

### **Coupe Ambrosia** (Für 4 bis 6 Personen)

Erdbeer-Eiscreme; 4 bis 6 Eisschalen; einige ganze Himbeeren und/oder andere Beeren (mit Stengeln); 4 bis 6 Dessertlöffel Erdbeer-Sirup, vermischt mit 3 El Cointreau oder Orangenlikör

Einige frische Minzblätter; 125 ml geschlagene Schlagsahne; 4 bis 6 Eiswaffeln.

Serviervorschlag: siehe Abbildung.

**Hinweis:** Das Rezept ist auch zur Zubereitung von Softeis geeignet. Schalten Sie dazu das Gerät auf .

Zubereitungszeit: ca. 25 bis 30 Minuten.

Serviervorschlag: siehe Abbildung.



# Primitivo di Manduria "Giravolta" Pozzopalo DOC 2005

## Accademia dei Racemi/Pozzopalo, Manduria (Apulien)

### Weinbeschreibung:

Sattes Rotbraun mit hellen Reflexen, feine Beerenaromen und balsamische Noten im Duft, [samtig](#) und sehr saftig am Gaumen mit klarem und feingliedrigem [Abgang](#). **Erzeuger:** "Accademia dei Racemi ist keine Akademie, sondern vielmehr Frucht einer Idee von Gregorio Perucci. Als Sohn eines großen Verschnittweinproduzenten gründete Gregorio mit seinen Geschwistern 1993 die Pervini. Man wollte aus Vaters Fundus die interessantesten Weine selektionieren und abfüllen. Aber schon nach kurzer Zeit merkten die drei, dass reines Abfüllen ohne eigene Trauben unbefriedigend war. 1994 wurde das Weingut Fellingine mit neun Hektar gekauft und man konnte erstmals Wein aus eigenen Trauben erzeugen. Die Resultate begeisterten Gregorio so sehr, dass er eine Reihe von Winzern dafür gewinnen konnte, für sein Projekt "Accademia dei Racemi", das die Weine der einzelnen Güter separat ausbaut, besonders aufmerksam gepflegte Trauben zu erzeugen. Der sympathische Vollblutunternehmer und Pianist - neben dem Schreibtisch steht sein Flügel - hat mit seinem Engagement entscheidend dazu beigetragen, dem [Primitivo](#) den Weg ins Ausland zu ebnet." [Merum](#), Nr. 1/05

"Unter Gregory Perrucci gibt die Accademia dei Racemi ein beachtliches Etikett nach dem anderen heraus. Nicht nur als verlässliche Adresse für Weinliebhaber mit Anspruch hat sie sich einen Namen gemacht, sondern auch wegen ihrer Verdienste um die Imagestärkung autochthoner Rebsorten der Region, angefangen beim bekannteren [Primitivo](#) bis hin zu solchen Außenseitern wie Ottavianello und Susumaniello." [Gambero Rosso](#) 2005

### Auszeichnungen:

[Gambero Rosso](#) 2007: 2 Gläser  
[Duemilavini](#) 2007: 4 Trauben  
[Veronelli-Guide](#) 2008: 89 Punkte / 2 Sterne  
Guide l'Espresso 2007: 3 Flaschen

### Daten:

[Rebsorte](#): 100% [Primitivo](#)  
[Alkoholgehalt](#): 14,00 Vol. %  
[Trinktemperatur](#): 18-20°C  
[Lagerpotenzial](#) bis ca.: 2010





# Basa 2006

*Weißwein*

Bodega Telmo Rodriguez

*Traube:* Verdejo 80%, Viura 15%, Sauvignon Blanc 5%

Frisch und fruchtbetont mit floralen und fruchtig-würzigen Noten (Aprikose, exotische Früchte) und mineralischen Anklängen, die charakteristisch für den Sauvignon sind. Ein typisch spanischer Weißwein, im Geschmack frisch, kräftig und saftig, sehr fruchtig mit leicht bitterem Nachhall, der an Kräuter erinnert und der vom Verdejo stammt.

Der gebürtige Baske Telmo Rodriguez wird gerne als "Driving Winemaker" bezeichnet. Nach dem Önologie-Studium in Bordeaux und verschiedenen Stationen u.a. bei Cos d'Estournel und dem elterlichen Rioja- Weingut Remelluri, machter er sich zusammen mit seinem Studienkollegen Pablo Eguzkikza auf, die spanische Weinwelt ein wenig auf den Kopf zu stellen.

Die Compañia de Vinos Telmo Rodriguez wurde 1994 gegründet. Heute arbeitet er mit einem Team von 12 Önologen in den verschiedensten Regionen Spaniens. Dabei versucht er die regional typischen Reben und Merkmale der einzelnen Weine in den Vordergrund zu stellen und war sicherlich einer der ersten Winzer in Spanien, die sich intensiv mit dem Thema "Terroir" beschäftigten. Dabei ist es ihm besonders wichtig, auch anspruchsvolle und früh trinkbare Weine in der unteren bis mittleren Preiskategorie herzustellen.

## Reviews

**Der Winespectator: 88/100 Punkte**

**Robert Parker: 89/100 Punkte**

**Romazini: 4/5 Sterne**

