



## **Bärlauchsuppe**

\*\*\*

## **Polenta-Arancini mit Käse und Salat**

\*\*\*

## **Rindsgeschnetzeltes Tessiner Art mit Gorgonzola Polenta**

\*\*\*

## **Tiramisu**

**Kochabend vom 8. März 2022**

**Jürg Hufschmid**

# Bärlauchsuppe



## Zutaten für 4 Personen

### Suppe

1 EL Butter

2 Schalotten, grob gehackt

300 g mehligkochende Kartoffeln, in Stücken

8 dl Gemüsebouillon

30 g Bärlauch, grob geschnitten, 1 EL beiseite gestellt

200 g Blattspinat

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

### Croûtons

1 EL Butter

2 Scheiben Brot (ca. 100 g), in Würfeln

¼ TL Fleur de Sel

### Garnieren

150 g Ziegenfrischkäse

100 g Crème fraîche

1 Bio-Zitrone, nur wenig abgeriebene Schale

¼ TL Salz

wenig Pfeffer

## **Zubereitung**

### **Suppe**

Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Schalotte und Kartoffel kurz andämpfen, Bouillon dazugießen, aufkochen, zugedeckt ca. 15 Min. köcheln. Bärlauch und Spinat begeben, zusammen fallen lassen. Suppe pürieren und würzen.

### **Croûtons**

Beiseite gestellten Bärlauch fein schneiden. Butter in einer Bratpfanne erwärmen. Brot mit dem Bärlauch ca. 3 Min. goldgelb rösten, herausnehmen, salzen, beiseite stellen.

### **Garnieren**

Käse mit Crème fraîche und Zitronenschale glatt rühren, würzen. Suppe in tiefen Tellern anrichten, mit Creme und Croûtons garnieren.

# Polenta-Arancini mit Käse und Salat



## Zutaten für 4 Personen

### Polenta

8 dl Milchwasser (½ Milch/½ Wasser)

1 TL Salz

160 g feiner Maisgriess

¼ Bund Thymian, fein geschnitten

20 g Butter

80 g geriebener Parmesan

### Formen

150 g Mozzarella-Kugeln

2 Prisen Salz

wenig Pfeffer

3 EL Weissmehl

140 g Paniermehl

2 Eier

### Braten

Olivenöl zum Braten

## **Zubereitung**

### **Polenta**

Milchwasser in einer Pfanne aufkochen. Salz, Mais und Thymian einrühren, Hitze reduzieren, unter Rühren ca. 5 Min. bei kleiner Hitze zu einem dicken Brei köcheln. Butter und Käse darunterrühren, auskühlen.

### **Formen**

Mozzarella würzen. Polentamasse zu baumnussgrossen Kugeln formen, etwas flach drücken. In die Mitte je 1 Mozzarella-Kugel geben, mit dem Teig zudecken, gut andrücken, zu Kugeln formen. Mehl und Paniermehl je auf einen flachen Teller geben, Eier in einem tiefen Teller verklopfen. Kugeln zuerst im Mehl, dann im Ei und im Paniermehl wenden, gut andrücken.

### **Braten**

Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Polenta-Arancini portionenweise unter gelegentlichem Wenden ca. 8 Min. knusprig braten. Herausnehmen, auf Haushaltspapier abtropfen.

# **Rindsgeschnetzeltes Tessiner Art mit Gorgonzola Polenta**



## **Zutaten für 4 Personen**

### **Geschnetzeltes Rindfleisch**

50 g Speck, gewürfelt

evtl. Öl oder Fett

400 g Rindfleisch, geschnetzelt

1 Frühlingszwiebel

1 EL Mehl

2 dl Wasser oder Bouillon

Salz und Pfeffer

4 Tomaten

evtl. Pilze

Paprikapulver

Oregano

evtl. Peperoni

## **Gorgonzola Polenta**

1 Liter Milch

$\frac{3}{4}$  Liter Wasser

2 TL Salz

300 g grobkörniger Maisgriess (Bramata)

$\frac{1}{4}$  Bund Thymian, Blätter abgezupft

40 g geriebener Parmesan

160 g Blauschimmelkäse (z.B. Gorgonzola), in Stücken

### **Anrichten**

60 g Blauschimmelkäse (z.B. Gorgonzola), in Stücken

### **Zubereitung**

#### **Geschnetzeltes Rindfleisch**

Speckwürfel glasig braten, herausnehmen. Öl in der Pfanne erhitzen.

Geschnetzeltes Rindfleisch auf grosser Stufe braten, die Zwiebel schneiden, zugeben. Sofort auf kleine Stufe zurückschalten, unter ständigem Rühren dünsten. Das Mehl darüber stäuben, mischen. Mit Wasser oder Bouillon ablöschen. Würzen, Speckwürfel beifügen, auf kleiner Stufe 30–40 Minuten zugedeckt schmoren.

Tomaten evt. schälen, schneiden und in den letzten 15 Minuten mitkochen.

**Tipp:** Nach Geschmack können noch Pilze in Scheiben oder kleingehackte Peperoni beigefügt werden.

#### **Gorgonzola Polenta**

Milch und Wasser aufkochen, salzen. Mais und Thymian einrühren, Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Rühren bei kleinster Hitze ca. 40 Min. zu einem dicken Brei köcheln. Beide Käse darunterühren.

### **Anrichten**

Polenta anrichten, Gorgonzola darauf verteilen.

# Tiramisu



## Zutaten für 4 Personen

### Mascarponecreme

50 g Zucker

2 frische Eigelbe

1 Bio-Orange, wenig abgeriebene Schale

250 g Mascarpone

2 frische Eiweisse

1 Prise Salz

1 EL Zucker

### Flüssigkeit

2 dl starker Kaffee (z.B. Espresso), heiss

4 EL Amaretto

1 EL Zucker

### Einschichten

150 g Löffelbiskuits

Kakaopulver zum Bestäuben



## **Zubereitung**

### **Mascarponecreme**

Zucker, Eigelbe und Orangenschale mit den Schwingbesen des Handrührgeräts rühren, bis die Masse heller ist. Mascarpone glatt rühren, darunter rühren. Eiweisse mit dem Salz steif schlagen, Zucker begeben, weiterschlagen, bis der Eischnee glänzt. Eischnee mit dem Gummischaber sorgfältig unter die Masse ziehen, kühl stellen.

### **Flüssigkeit**

Kaffee, Amaretto und Zucker verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat, auskühlen.

### **Einschichten**

Die Hälfte der Löffelbiskuits mit der gezuckerten Seite nach unten in die Form legen, mit der Hälfte der Flüssigkeit beträufeln. Die Hälfte der Masse darauf verteilen. Restliche Biskuits in die Flüssigkeit tauchen, darauflegen. Mit der restlichen Masse bedecken. Zugedeckt ca. 2 Std. kühl stellen. Mit Kakaopulver bestäuben.