Menu Terra e Mare

7. Februar 2020



Gnocchi boscaiolo

Gnocchi

550g Kartoffeln mehlig kochend 100g Mehl 1 Ei (ohne Schale) ½ Teelöffel Salz 120g Reibkäse hart (z.B. Grana Padano) Etwas frische Kräuter, gezupft



Kartoffeln weichkochen, schälen und noch lauwarm zu Purée verarbeiten. Mit Mehl, Ei und Salz vermischen. Die Masse nicht zu stark kneten, sollte luftig bleiben.

Die Masse auf leicht mehlierter Fläche zu Würsten von ca. 2cm Durchmesser rollen und zu ca. 3cm langen Scheiben schneiden. Auf ein (sauberes, trockenes) Küchentuch legen. Die Scheiben portionenweise im Mehl wenden und gleich danach über ein Gnocchi-Brett (oder eine Gabel mit langen Zinken) abrollen und wieder auf das Küchentuch legen.

Kurz vor dem Servieren in reichlich, leicht gesalzenem Wasser kochen, bis die Gnocchi an die Oberfläche kommen. Abschöpfen und in die Pfanne mit der Sauce geben, kurz ziehen lassen.

Salsa boscaiolo

- 40g Butter
- 2 EL Olivenöl
- 1 grosse Zwiebel, grob geschnitten
- ½ Teelöffel Rohrohrzucker
- 1 Knoblauchzehe gepresst
- 1 EL Tomatenpurée
- ca. 50g Salsiccia piccante, halbiert oder geviertelt und in Scheiben geschnitten
- 1 Peperoni rot in Würfeln
- 8 mittlere (braune) Champignons, halbiert und in Scheiben geschnitten
- 2 dl Gemüse-Bouillon fettfrei
- 1 Dose Pelati (ca. 400g) geschält
- 1 dl Rahm
- 6 EL Weisswein
- 1 Messerspitze Rosenpaprika scharf
- 1 TL Kräuter gehackt (Basilikum, Oregano, Thymian, Bohnenkraut, ...)

Pfeffer und Salz zum Abschmecken

In genügend grosser Bratpfanne, bei mittlerer Hitze Butter, Olivenöl, Zucker und Zwiebeln beigeben und glasig werden lassen. Peperoni, Knoblauch, Tomatenpurée und Salsiccia beigeben. Ca. 15 Minuten dünsten. Champignons beigeben. Danach Bouillon und Pelati beifügen. 15 Minuten offen köcheln lassen, danach zudecken (oder nötigenfalls Wasser beifügen). 30 Minuten vor dem servieren Rahm, Weisswein, Rosenpaprika und Kräuter dazugeben. Abschmecken.

5 Minuten vor dem servieren die gekochten Gnocchi in die Sauce geben umrühren und ziehen lassen.

Auf Teller anrichten, Käse darüber streuen und mit den Kräutern garnieren.

Merluzzo con lenticchie e verdure

Fisch und Linsen

4 EL Olivenöl1 Zwiebel in Linsengrüsse geschnitten1 Knoblauchzehe (gepresst)50g Salsiccia piccante, in Linsengrösse geschnitten

200g Lauch, in Linsengrösse geschnitten 150g Rüebli (in Würfeli geschnitten)

2 dl Gemüsebouillon fettfrei200g Linsen2 EL Weisswein500g Fischfilet (in 4 Portionen)Salz und Pfeffer



Backofen auf 160°C vorheizen. Lauch, Zwiebeln, Rüebli, Knoblauch und Salsiccia im Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten andünsten. Gemüsebouillon, Linsen und Weisswein beigeben und Flüssigkeit stark reduzieren. Fisch auf die Linsen legen, Fisch würzen, je nach dicke des Fisches 15-20 Minuten im Backofen garen.

Salsa

60g Butter
¼ TL Zucker
0.5 dl Weisswein
1 dl Gemüsebouillon
Saft von ¼ Zitrone
Pfeffer aus der Mühle
4 Thymianzweige

Zucker und Butter bei mittlerer Hitze in eine kleine Pfanne geben. Nach ca. 5 Minuten Weisswein, Bouillon und Zitronensaft dazugeben. Bei geringer Temperatur um fast die Hälfte reduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fisch auf Linsen/Lauch/Rüeblibeet anrichten, Sauce über den Fisch geben, mit Thymianzweig dekorieren.

Coppa boscaiolo

200ml Espresso Glacé
400g Beeren Mischung tiefgekühlt
100ml Vollrahm
1/2 TL Zimtpulver
4 Waffelbiscuits
Pfefferminze- oder Melissenblätter



30 Minuten (grosse Beeren 45 Minuten) vor dem Servieren die tiefgekülten Beeren auf 4 Dessertschalen verteilen. Zimtpulver zum Rahm geben und steif schlagen. Je eine Kugel Espresso Glacé und eine Quenelle Rahm auf die Beerenmischung geben und mit Waffelbiscuits und Pfferminze/Melisse garnieren. Evtl. den Rahm noch mit Zimtzucker bestreuen.