****

Gemüsebrühe nach Marc Haeberlin
mit pochiertem Ei

****

Rindfleisch sous vide an Portweinsauce mit
Kartoffelstock und einem Apfel-Karotten-Salat

****

Apfeldünne mit Vanilleglacé

****

Weisswein: Glattchuchi-Weine & Cuvée des Alpes 2021

Rotwein: Ramon Lopez Murillo Reserva 2016

Zielzeiten

Was	Wann
Beginn	19:30
Vorspeise	20:45
Hauptspeise	21:15
Nachspeise	21:45

Gruppeneinteilung

Team 1 (Eingang)	Team 2	Team 3	Team 4 (Fenster)
Christian	Marc	Beat	Taschi
Münti	René	Stefan	Ivan
Alain	Kurt	Roger	François
Hans	Reto	Björn	Stephan
Dominik		Wolfgang (Gast)	

Gemüsebrühe nach Marc Haeberlin mit pochiertem Ei

- **Gemüsebrühe**

3 dl	**Weisswein**	Zwiebel, Knoblauch und weissen Teil des Lauchs klein schneiden. Rüebli und Knollenselleries würfeln. Staudensellerie halbieren. Champignons vierteln.
9 dl	**Wasser**	
½	**Zwiebel**	
½	**Knoblauchzehe**	Weisswein und Wasser zusammen mit dem Gemüse, den Pilzen und den Kräutern (ausser dem Schnittlauch) in einen Topf geben. Würzen und dann einmal aufkochen lassen. Die Brühe anschliessend 30 Minuten köcheln lassen. Anschliessend Brühe mit einem Sieb passieren / filtern. Je nach Geschmack ein Teil des Gemüses wieder zugeben.
½	**Stange Lauch (weisser Teil)**	
½	**Rüebli**	
½	**Stange Staudensellerie**	
50 g	**Knollensellerie**	
2	**Champignons**	
1 Prise	**Salz**	
1 Prise	**Weissen Pfeffer**	
1 Zweig	**Thymian**	Pochiertes Ei nach dem Kochen dazugeben. (Achtet darauf, dass das pochierte Ei nicht zu lange kocht.)
1 Bund	**Petersilie**	
1	**Lorbeerblatt**	
½ Bund	**Schnittlauch**	Mit gehacktem Schnittlauch garnieren.
4 -8 Scheiben	**Brot**	Mit geschnittenem Brot servieren

➢ Pochiertes Ei

Methode 1: In Folie

4 Eier

Frischhaltefolie in einen Becher (oder andere Form) ausbreiten. Ei in die Folie aufschlagen. Vorsichtig Folie zusammennehmen und alle Luft entfernen. Folie zubinden. Ei in der Folie für 4 Minuten in kochendes Wasserbad geben. Anschliessend Folie mit dem Messer entfernen und Ei in die Brühe geben.

Achtung: Folie muss 100°C aushalten

Methode 2: Mit Essig ätzen

3 dl Wasser

3 dl milden Essig

4 Eier

Wasser und Essig in eine Schüssel geben und einmal verrühren. Eier in die Wasser / Essig-Mischung aufschlagen. Darauf achten, dass die Eier nicht zu viel Kontakt zueinander haben. Eier 10 Minuten in der Wasser / Essig-Mischung lassen.

Die Eier mit einem Suppenschöpflöffel mit ein bisschen der Mischung einzeln herausnehmen. Diesen Suppenschöpflöffel in einen neuen Topf mit leicht köchelndem Wasser entleeren. 3 Minuten köcheln lassen. Ei auf einem Geschirrtuch trocknen und in die Brühe geben.

Methode 3: Der Wirbel

Nachteil: Es kann immer nur ein Ei gekocht werden

Methode 4: In kleinen Schalen im Topf

4 Eier

Kleine Schälchen in einen Topf mit leicht köchelndem Wasser stellen. Die Schälchen sollten knapp unter der Wasseroberfläche aufhören. Die Eier in die einzelnen Schälchen aufschlagen. 4 Minuten köcheln lassen.

Rindfleisch sous vide an Portweinsauce mit Kartoffelstock und einem Apfel-Rüebli-Salat

- **Rindfleisch sous vide**

600 g	**Rindfleisch**
8	**Rosmarinzweige**
1 Prise	**Salz**
1 Prise	**Pfeffer**

Mageres Rindfleisch (z. B.: Rindernuss) in maximal 3 cm dicke Stücke schneiden. Das Fleisch von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Jedes Fleischstück einzelnen mit zwei Rosmarinzweigen vakuumieren.

Wasserbad auf 56° Celsius temperieren. Anschliessend vakuumierte Fleischstücke für mindestens 90 Minuten im Wasserbad erwärmen.

Rindfleisch aus dem Wasser nehmen und Beutel entfernen. Fleisch mit einem Küchentuch oder einem Geschirrtuch von allen Seiten trocknen. Anschliessend von allen Seiten KURZ sehr HEISS anbraten.

- **Kartoffelstock**

1 kg	**Kartoffeln**
2 dl	**Milch**
30 g	**Butter**
1 TL	**Salz**

Kartoffeln in Salzwasser ca. 20-25 Minuten weichkochen. Abgiessen und vollständig abtropfen lassen.

Milch, Butter und Salz in die noch heisse Pfanne geben, bei kleiner Temperatur warmhalten. Kartoffeln durch eine Presse oder das Passe-vite treiben oder mit einem Stampfer fein

zerdrücken. Kräftig mit der Milch-Buttermischung verrühren, abschmecken. Bei Bedarf noch etwas Milch beigeben.

- **Portweinsauce**

2 EL	**Zucker**
1 EL	**Tomatenmark**
1,9 dl	**Roter Portwein**
2 dl	**Rindsbouillon**
1 Prise	**Salz**
1 Prise	**Pfeffer**

Zucker in der Pfanne karamellisieren. Tomatenmark unterrühren und sofort mit Portwein ablöschen. Rindsbouillon zugeben und anschliessend auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- **Apfel-Rüebli-Salat**

1	**Apfel**
3	**Rüebli**
½	**Limette**
1 TL	**flüssigen Honig**
½ TL	**Salz**
5 EL	**Aceto Balsamico di Modena**
2 EL	**Olivenöl**

Die Ruebli und den Apfel schälen und fein raspeln, mit Limettensaft beträufeln und gut miteinander vermischen. Honig, Salz, Essig und Öl in den Salat geben und gut durchmischen, abschmecken und evtl. nachwürzen.

Apfeldünne mit Vanilleglacé

- **Kuchenteig**

200 g	**Mehl**
½ TL	**Salz**
100 g	**Butter, kalt in Stücken**
0.5 dl	**Waser**

Mehl und Salz mischen. Butter beifügen und zu einer krümeligen Masse verreiben, Wasser zugeben und zu einem Teig zusammenfügen. Zwischen 2 Backpapier-Bogen legen und auswallen. 30 Minuten kühl stellen. Oberes Backpapier entfernen.

- **Guss**

4	**Äpfel**
4 EL	**gemahlene Haselnüsse**
1 dl	**Milch**
1,5 dl	**Rahm**
2	**Eier**
4 EL	**Zucker**
1 EL	**Maisstärke**
2 TL	**Vanillezucker**
	Vanilleglacé

Teig auf einer Wähen-Backform ausbreiten. Teig mit einer Gabel einstechen. Nüsse auf dem Teigboden verteilen.

Apfel schälen und in dünne Schnitze schneiden. Apfelschnitze rosetenförmig darauflegen.

Backofen auf 220°C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Milch, Rahm, Eier, Zucker, Maisstärke und Vanillezucker gut verrühren. Guss über die Äpfel giessen.

Wähe in der unteren Hälfte des vorgeheizten Backofen 30-35 Minuten backen. Anschliessend die Wähe auskühlen lassen.

Wähenstück zusammen mit einer Kugel Vanilleglacé servieren.