



**Kochabend vom 22. Mai 2024**

**Hochgenuss der Saison**

**mit Simone Lüdi**



gut vorbereitet ist fast gekocht



Simone wurde heute unterstützt von Nicole Tanner, Birmmattenhof in Therwil



Zum 60sten Geburtstag wurde auf Joël angestossen, danke Joël

## Menü

### Vorspeise

*Gurken Minz Mojito, grüne Gemüse Ceviche mit Basilikum und rosa Pfeffer, Speck Brioche mit Kümmel*

### 1. Hauptgang

*Spinatomelette mit Spargel und Parmaschinken*

### 2. Hauptgang

*Spargel Quinoa Salat mit Miso und jungem Spinat*

### Dessert

*Erdbeer Estragon Gazpacho mit Mascarpone Pfeffer Espuma*

## Menüvorbesprechung



Damit der Abend klappt, ist die Vorbesprechung wichtig.

## Vorspeise

### Gurken-Minz-Mojito



#### Zutaten für 10 - 12 Personen

1	Gurke, geschält, grob zerkleinert
2	Limetten, abgeriebene Schale von 1 Limette, Saft von beiden
1 EL	Honig
1	Frühlingszwiebel, fein geschnitten
1	Handvoll frische Pfefferminzblätter
2	Handvoll Eiswürfel
	Salz
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

#### Zubereitung

Alle Zutaten zum Gurken-Mojito mixen und mit etwas zerkleinertem Eis in Gläser füllen.

## Grüne Gemüse-Ceviche mit Basilikum und rosa Pfeffer

### Zutaten für 10 - 12 Personen

#### Marinade

4	unbehandelte Limetten
2 TL	L rosa Pfeffer, zerstoßen
½ TL	Kardamom gemahlen
2	Handvoll Basilikumblättchen
300 ml	Kokosmilch
100 ml	Olivenöl

#### Gemüse

2	Avocados
2	junge, kleine Fenchelknollen
4	Stangen Staudensellerie
2	Frühlingszwiebeln
2	Grüne Äpfel
1	Handvoll Basilikum
100 g	Pistazien, geröstet
4 EL	Olivenöl
1 TL	Rosa Pfeffer, gemörsert

#### Zubereitung

1. für die Marinade die Schale der Limette fein abreiben und den Saft auspressen. Zusammen mit den Gewürzen, den Kräutern, der Kokosmilch und dem Olivenöl fein mixen und bereitstellen.
2. Das Gemüse in kleine Würfel schneiden, die Äpfel entkernen und ungeschält ebenfalls fein würfeln. Alles mit der Marinade in einer grossen Schüssel gut vermischen. Die Pistazien grob hacken, dazugeben und untermischen. Etwas Olivenöl über die Ceviche geben und den rosa Pfeffer darüberstreuen.

## Speck-Brioche mit Kümmel



### Zutaten für 12 Brioche

500 g	Weissmehl
1	Würfel Hefe (42gr), zerbröckelt
1 EL	Zucker
1 dl	Milch, lauwarm
1.5 TL	Salz
150 g	Butter, in Stücken, weich
2	Eier
150 g	Speckwürfeli
2 TL	Kümmel
1	Eigelb zum Bestreichen

### Zubereitung

1. Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde eindrücken, Hefe, Zucker und Milch in der Mulde zu einem dünnen Brei anrühren, mit wenig Mehl bestäuben. Stehen lassen, bis der Brei schäumt (ca. 30 Minuten).
2. Salz und alle Zutaten bis und mit Kümmel begeben. Zu einem weichen, glatten Teig kneten.
3.  $\frac{2}{3}$  des Teiges zu einer Rolle drehen, in 12 Portionen teilen, zu Kugeln formen, in die vorbereiteten Förmchen legen, dabei in der Mitte eine Vertiefung eindrücken. Restlichen Teig zu einer Rolle drehen, in 12 Portionen teilen, zu Kugeln formen, in die Teigmitte setzen, etwas andrücken, nochmals ca. 30 Minuten aufgehen lassen. Brioche mit Eigelb bestreichen.

Backen: ca. 20 Minuten in der unteren Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.  
Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen.

## 1. Hauptgang: Spinatomelette mit Spargel und Parmaschinken



### Zutaten für 4 Personen

#### Für den Pfannkuchenteig

100gr	Babyspinat
½ KL	Salz
100gr	Weissmehl
2	Eier
170ml	Mineralwasser mit Kohlesäure
1/2TL	Salz

#### Ausserdem

2	Bund grüner Spargel
60gr	Parmesan
60gr	Butter für den Spargel
4	Scheiben Parmaschinken

## Zubereitung

1. Den Spinat in sprudelnd kochendem Salzwasser für 30 Sekunden blanchieren. Abgiessen, kalt abschrecken, Spinat mit 100 ml Wasser sehr fein pürieren. Mehl in einer Schüssel mit Eiern, Spinatpüree, Mineralwasser und Salz verrühren. Teig 30 Minuten ruhen lassen.
2. Inzwischen Spargeln im unteren Drittel schälen, holzige Enden abschneiden. Spargel in sprudelnd kochendem Salzwasser 3 Minuten blanchieren. Spargel herausheben, kalt abschrecken, abtropfen lassen. Parmesan reiben. Backofen auf 140 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
3. 1 EL Olivenöl in einer breiten Pfanne erhitzen und ein Viertel vom Teig gleichmässig in der Pfanne verteilen. Pfannkuchen auf beiden Seiten goldgelb backen und im Ofen warmhalten. Aus dem übrigen Teig in Öl 3 weitere Pfannkuchen backen, warmhalten.
4. Kurz vor dem Servieren die Spargelstangen in einer breiten Pfanne in der Butter anbraten, bis die Stangen leicht Farbe bekommen.
5. Die warm gehaltenen Pfannkuchen auf Teller legen und jeweils mit Spargelstangen belegen. Mit je 1 Scheibe Parmaschinken belegen. Pfannkuchen mit dem Parmesan bestreuen und servieren.

## 2. Hauptgang: Spargel Quinoa – Salat mit Miso und Spinat



## Zutaten für 6 Personen

### Misodressing

100 ml	Weisser Balsamicoessig
4 EL	Sojasauce
2 EL	Ahornsirup
4 EL	Helle Misopaste
4 EL	Tahini
1	grosse Handvoll Minzblättchen
1	grosse Handvoll Basilikumblättchen
1 Prise	Zimt, gemahlen
100 ml	Sonnenblumenöl
	Salz
	Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

### Salat

200 g	Quinoa
	Salz
1.5 kg	weisser Spargel
3 EL	Olivenöl
200 ml	Wasser mit Bouillon
250 g	Baby-Spinat
100 g	Pinienkerne

### Zubereitung

1. Für das Miso-Dressing alle Zutaten bis auf das Oel und Salz und Pfeffer fein mixen. Das Oel langsam bei laufendem Mixer dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Die Quinoa in kochendem Salzwasser etwa 12 Minuten leicht köchelnd garen. In ein Sieb abgiessen und kalt abspülen.
3. Den Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen der Länge nach halbieren, dann schräg dritteln. In der Pfanne im heissen Olivenöl goldbraun anbraten, salzen und mit der Bouillon ablöschen. 4 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist.
4. Den Spargel in eine grosse Schüssel geben und etwas abkühlen lassen. Mit der Quinoa und den Spinatblättern mischen und mit dem Dressing marinieren.
5. Die gerösteten Pinienkerne über den Salat geben.

Und dazu einen Tourmentin von Rouvinez, auf unserer Weinreise im Herbst 2023 eingekauft.





## Dessert: Erdbeeren Estragon Gazpacho mit Mascarpone Pfeffer Espuma



### Zutaten für 6 Gläser à 200ml

#### Gazpacho

500 g	Erdbeeren
150 ml	Mineralwasser
2 EL	Zucker
2 EL	Estragonblätter, geschnitten
½	Limette, abgeriebene Schale mit Saft
50 ml	Champagner oder Prosecco

**Erdbeer-Pfeffer-Sirup**

300 g	Zucker
	Wasser
5 Stück	Langer Pfeffer, leicht zerstoßen
500 g	Erdbeeren, gewaschen, geputzt, halbiert

**Espuma**

200 g	Erdbeer-Pfeffer-Sirup
250 g	Mascarpone
50 g	Joghurt

**Zubereitung**

Für die Gazpacho 300 g der Erdbeeren mit allen weiteren Zutaten ausser Champagner mixen. Den Champagner dazugeben und die Suppe kaltstellen.

Die restlichen Erdbeeren klein würfeln und in Gläser füllen.

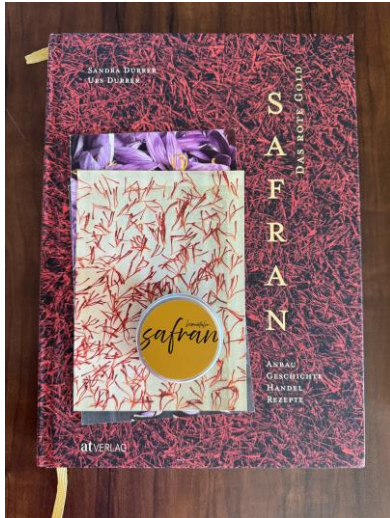
Für den Sirup Zucker, Wasser und Pfeffer zusammen aufkochen. Die Erdbeeren dazugeben und 5 Minuten köcheln lassen. ½ Stunde ziehen lassen, dann durch ein feines Sieb abgessen.

Für den Schaum alle Zutaten gut verrühren und in Rahmbläser füllen. Eine Kapsel aufschrauben, schütteln und kaltstellen.

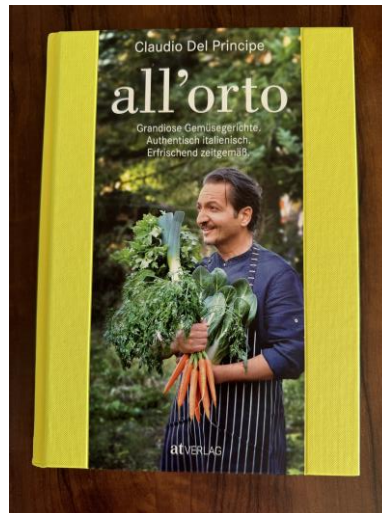
Zum Servieren die Gazpacho über die Erdbeeren verteilen und die Espuma draufgeben. Nach Belieben mit einem Estragonzweig garnieren.

Tipp: Das Rezept gibt mehr Sirup als benötigt, er kann aber problemlos im Kühlschrank aufbewahrt werden. Schmeckt gut mit Champagner und eignet sich zum Marinieren von Erdbeeren.

## Literaturempfehlungen von Simone:



**Safrangeschichten**  
von Sandra und Urs Durrer,  
at Verlag



**all'orto - grandiose Gemüsegerichte**  
von Claudio Del Principe  
at Verlag

## Impressionen



Hans, unser Kellermeister im Element.



Jetzt wird gearbeitet...

... und e Guete!



An dieser Tafel speist man doch gerne.



Die Tellerwäscher-Maffia, danke Jacques

Vielen Dank an Simone, es war ein super Abend mit vielen Erlebnissen und natürlich einem vorzüglichen Menü, Topp Vorbereitung, und auch gut gekocht von unseren Zingge!

