

**Chochete 23. Mai 2019**

Thomas Zürcher

**MENU**

Apéro : s'Nacks und Bier

Vorspeise : Randensuppe mit Ingwer

Hauptgang : Medaillons mit Spargeln  
an Whisky-Sauce

Nachspeise: Süssmostcrème und Prussiens

## Rezept

# Rote-Bete-Suppe mit Ingwer

Ein Rezept von GU, am 30.11.2007



4 Kommentare

## Zutaten

2	Zwiebeln	1 Stück	Ingwer (ca. pflaumengroß)
1 EL	Butter	300 g	Rote Beten
1	Apfel		1/2 l Rote-Bete-Saft (Reformhaus)
200 g	Sahne	50 g	Frischkäse
2 TL	gekörnte Gemüsebrühe		Salz
	Pfeffer	2 EL	Crème fraîche

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 715 kcal

## Zubereitung

1.

Die Zwiebeln und den Ingwer schälen und fein hacken. Die Zwiebeln in der Butter bei schwacher Hitze ca. 2 Min. anschwitzen. Den Ingwer dazugeben und mitbraten.

2.

Die Roteß Beten schälen und klein schneiden. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und den Apfel klein schneiden. Apfel und Rote Beten mit in den Topf geben. Den Rote-Bete-Saft, die Sahne, 150 ml Wasser, Frischkäse und Brühe dazugeben, alles einmal aufkochen und ca. 15 Min. leise kochen lassen.

3.

Die Suppe fein pürieren und ggf. noch etwas Brühe dazugeben. Weitere 5 Min. leise kochen lassen, salzen und pfeffern. Die Suppe auf zwei Teller verteilen und jeweils mit 1 EL Crème fraîche servieren.



## Medaillons mit Spargeln an Whisky-Sauce

### Zubereitung:

1. Nudelgerichte sind immer eine gute Idee!
2. Vorbereiten: Herd auf 80 Grad vorwärmen. Eine Platte zum Vorwärmen hineinstellen.
3. Schweinsfilet: In ca. 2cm dicke Medaillons schneiden, mit Haushaltspapier abtrocknen. Medaillons im heißen Öl auf beiden Seiten jeweils ca. 1 Minute anbraten, auf die vorgewärmte Platte legen und würzen. Im aufgeheizten Herd ca. eine halbe Stunde fertig gardünsten.
4. Spargeln: Stielenden wegschneiden, unteres Drittel abschälen, diagonal 4cm lange Stückchen schneiden. Wasser zum Kochen bringen, Zucker, Butter und Salz hinzufügen. Spargeln 10 bis 15 Min. knapp weich gardünsten, herausnehmen, gut abrinnen. Bratensud zur Seite stellen.
5. Whisky-Sauce: Schalotten in der warmen Butter andämpfen. Mit dem Whisky löschen, auf die Hälfte kochen. Der zur Seite gestellte Spargelsud (2dl) absieben, dazugeben, ein weiteres Mal auf die Hälfte kochen. Rahm beugeben, aufwallen lassen. Senf darunterrühren und die Sauce nach Wunsch würzen.
6. Servieren: Medaillons und Spargeln auf vorgewärmter Platte oder Tellern anrichten. Sauce separat zu Tisch bringen.
7. Dazu passt: Trockenreis oder Nudeln.

**Kochdauer:** 30 bis 60 min

**Schwierigkeit:**

### Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Schweinsfilet, 600g
- Öl (zum Anbraten)
- 0.5 Teelöffel Salz
- Pfeffer (frisch gemahlen)

### Spargeln:

- 500 g Stangenspargel
- 1000 ml Wasser
- 1 Teelöffel Butter
- 1 Teelöffel Salz
- 1 Prise Zucker

### Whiskysauce:

- 1 Schalotte (fein gehackt)
- 1 EL Butter
- 150 ml Whisky
- 200 ml Spargelsud
- 200 ml Doppelrahm
- 0.5 EL Senf (grobkörnig)
- 0.25 Teelöffel Salz
- Pfeffer (frisch gemahlen)

## Süssmostcrème

4 EL Maizena	in Pfanne geben
12 dl Süssmost	Maizena anrühren
4 EL Zucker	
4 Eier	zugeben, gut mischen. Unter ständigem Schlagen bis zum Kochen bringen. Sofort in Schüssel Geben und Auskühlen lassen
1 Zitrone	auspressen, den Saft zugeben
4 dl Rahm	schlagen, sorgfältig darunterziehen

## Prussiens

250g Blätterteig auf Zucker 2 mm dick zu einem Rechteck auswallen

Zucker darüber streuen, mit dem Wallholz überrollen. Von beiden Seiten gegen die Mitte einschlagen.

In 5 mm dicke Scheiben schneiden, evtl. im Zucker wenden.

Auf mit Backpapier belegtes Blech geben.

Backen: Ofenmitte 220° C 8 – 10 Minuten

Evtl. nach der halben Backzeit wenden.

Blätterteigrolle vor dem Schneiden im Tiefkühler ca.15 Min. anfrieren lassen