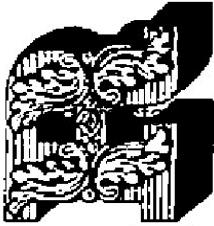


GRÜBCHEN

Servus Österreich



Liptauer



Griessnockelsuppe



Lungenbraten
Kartoffelknödel
Karotten



Topfenpalatschinken mit Vanilleeis



Weine: Weiss Grüner Veltliner, Huber Markus, Reichersdorf
Rot Tetuna Cuvée, Goldenits Robert, Taden



Luzern, 21.04.2009



Mahlzeit, wünscht Gruppe A:



Beat Renggli
Charles Hoffmann,
Christian Ganglmair
Paul Bättig
Peter Ulrich

Apéro: **Liptauer**

Zutaten für 8 Personen

- 100 g Butter
- 250 g Magerquark
- 250 g Hüttenkäse
- 5 EL Crème fraîche oder Sauerrahm
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 4 EL Paprikapulver (edelsüss)
- 1 KL Salz
- 2 Messerspitzen weisser Pfeffer
- 1 Bund Schnittlauch
- 400 g Schwarzbrot (oder ein anderes, dunkles Brot z.Bsp. Roggenbrot)

Zubereitung:

- Die Butter mit dem Mixer sehr schaumig rühren
- Zwiebel schälen und ganz fein schneiden
- Die Gewürze (Salz, Pfeffer, Paprika) und die fein geschnittene Zwiebel unterrühren
- Quark, Hüttenkäse und Crème fraîche unterrühren
- Den Schnittlauch fein schneiden
- Einen Teil des Schnittlauchs ebenfalls unterrühren; Rest für Dekoration beiseite stellen
- Aufstrich mit Spritzsack auf zugeschnittene Brotstücke auftragen

Vorspeise: **Griessnockerlsuppe**

Zutaten für 8 Personen

- 180 g Griess
- 2 Eier
- 100 g Butter
- 1 Prise Muskatnuss
- Salz
- 2 l Rindsbouillon
- etwas Schnittlauch

Zubereitung:

- Butter mit Ei schaumig schlagen und dann den Griess und die Gewürze einrühren
- 5 Minuten ruhen lassen
- Mit zwei Kaffeelöffel Nockerln formen und die die zuvor aufgekochte Bouillon geben.
- Bouillon leicht weiter kochen lassen bis Nockerl nach ca 8-10 Minuten aufsteigen.
- Suppe anrichten und mit etwas Schnittlauch bestreuen

Hauptgang: **Lungenbraten mit Kartoffelknödel und Karotten**

Zutaten für 4 Personen

600 g Rindsfilet
2.5 dl Essig
7.5 dl Wasser
1 Bund Suppengrün (Petersilie, Lauch, Sellerie, Karotten)
1 grosse Zwiebel
1 Lorbeerblatt
6 Pfefferkörner
3 Pimentkörner
1 Messerspitze Thymian
Salz
60 g Bratfett
1/3 TL Senf
125 g Sauerrahm
1 TL Maizena

für die Kartoffelknödel

- 700 g Kartoffeln (mehlig)
- 20 g Butter
- 100 g Mehl
- 2 Eier
- 1 Prise Muskatnuss
- 1 Prise Salz
- evtl. etwas Griess oder Mehl zum Verdicken des Teigs

- 600 g Karotten
- evtl. 1 Zwiebel

Zubereitung **Lungenbraten**

ACHTUNG: Fleisch muss 2 - 3 Tage in abgekühlter Beize liegen!

- Wasser, Essig, Suppengrün, geschnittene Zwiebel, Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Piment, Thymian und Salz zusammen aufkochen.
- Das Fleisch in die abgekühlte Beize legen und 2 - 3 Tage liegen lassen.
- Das Fleisch aus der Beize nehmen und abtrocknen. In einer Bratpfanne erhitzen und das Fleisch allseitig kräftig anbraten.
- Fleisch salzen und nach belieben pfeffern.
- Die Beize durch ein Sieb giessen und erwärmen.
- Fleisch in einen offenen Topf legen
- Mit der erhitzten Beize wird der Lungenbraten während der restlichen Garzeit (bei 80° ca 120 Minuten) in Abständen von ca 10 Minuten übergossen
- Zum Bratensaft, der evtl. mit etwas Wasser verdünnt werden muss, kommt der Senf und der Sauerrahm, in den das Mehl gemischt wurde. Die Sauce noch einmal aufkochen und getrennt servieren

Zubereitung **Kartoffelknödel**:

- Die Kartoffeln zugedeckt 20 Minuten kochen und weitere 10 Minuten im heissen Wasser ziehen lassen.
- Mit kaltem Wasser abschrecken, schälen und durch die Kartoffelpresse drücken
- „Kartoffelstock“, Mehl (je nach Flüssigkeit der Masse), Eier, Salz und Muskat gut vernetzen und den Teig etwas aufgehen lassen
- Aus dem Teig gleichmässige Knödel formen. Dabei darauf achten, dass keine Risse bleiben.
- Salzwasser (1 TL Salz pro Liter Wasser) zum Kochen bringen
- Die Kartoffelknödel ins Wasser geben und zum Sieden bringen. Die Knödel sollten nicht am Boden kleben!
- Mit halb aufgelegtem Deckel bei schwacher Hitze 15 - 20 Minuten ziehen lassen (nicht kochen)
- Die fertigen Knödel aus dem Wasser herausnehmen, und servieren.

Zubereitung Karotten wie gewünscht.

Dessert: **Topfenpalatschinken mit Vanilleeis**

Zutaten für 8 Personen

Teig:

200 g Mehl

2 Eier

1 Prise Salz

40 g Zucker

ca 3/8 l kalte Milch

60-80 g Butter zum ausbacken

Füllung

50 g Rosinen

1 EL Rum

30 g weiche Butter

100 g Zucker

1 Pack Vanillezucker

250 g Magerquark (kann auch Halbfett sein)

abgeriebene Schale einer halben, unbehandelten Zitrone

2 Eier

Puderzucker

Zubereitung

- Für die Palatschinken gesiebt Mehl mit 3 EL Milch, Eier, Salz und Zucker verrühren.
- Soviel Milch dazugießen, dass ein dünnflüssiger, glatter Teig entsteht.
- Teig ca. 20 Minuten rasten lassen.
- In einer mittelgrossen Pfanne die Butter erhitzen und ca 1/8 des Teiges mit Hilfe eines Schöpflöffels hineingeben. Die Pfanne leicht schwenken, damit der Boden gleichmässig bedeckt ist. Insgesamt 8 Palatschinken bei schwacher Hitze beidseitig goldgelb backen, auf einen Teller geben und zugedeckt warmhalten.
- Für die Füllung zunächst die Rosinen heiss abwaschen und mit Rum beträufeln.
- Butter mit Zucker, Vanillezucker sowie der geriebenen Zitronenschale schaumig rühren.
- Die Eier trennen und das Eigelb unterrühren. Den Quark und die Rosinen untermischen. Das Eiweiss steif schlagen und unter die Quarkmasse heben.
- Die Palatschinken einzeln mit der Quarkmasse bestreichen, aufrollen und mit Puderzucker bestreuen.
- Mit einer Kugel Vanilleeis anrichten und servieren.