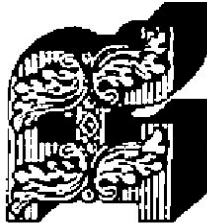


# GRÜSS

◆◆◆



Belegte Cracker

◆◆◆



Süskartoffel- Orangensuppe

◆◆◆



Dorschfilets mit Rüebli-Kruste  
Wildreis  
Broccoli

◆◆◆

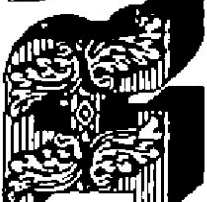


Blutorangen-Tiramisu

◆◆◆



Weine: Weiss: HERESIE Corbières 2021, G. Bertrand, Narbonne  
Rot: Casadei Armonia 2021, L. Maroni, Toskana



Luzern, 26.03.2024

Die Gruppe A wünscht: „en Guete“



Beat Renggli  
Christian Ganglmair  
Patrick Grob  
Peter Ulrich



### Apéro: **Belegte Cracker**

Cracker  
Birnenweggenfüllung  
Rezenter Käse in dünnen Scheiben  
Rohschinken  
Essig-Gurken



Essig-Gurken in Scheiben schneiden. Cracker mit Birnenweggenfüllung bestreichen. Mit einer Scheibe Käse, einer Scheibe Essig-Gurke und dem Rohschinken belegen.

### Vorspeise: **Süßkartoffel- Orangensuppe**

3 Orangen  
1 Schalotte  
500 g Süßkartoffeln  
¼ Bund Thymian (1 EL Blättchen abzupfen)  
¾ dl Vollrahm  
6 dl Gemüsebouillon  
Olivenöl  
Salz  
Pfeffer



Von einer Orange Filets Herausschneiden, den dabei entstehenden Fruchtsaft auffangen. Filets beiseite stellen. Restliche Orangen auspressen (ergibt ca. 1 ½ dl Saft). Schalotte und Süßkartoffeln in Stücke schneiden und im Öl andämpfen. Orangensaft und Bouillon dazugießen. Thymianzweiglein begeben. Zugedeckt ca. 15 Min. köcheln. Thymian entfernen. Suppe pürieren, würzen. Rahm knapp steif schlagen, Thymianblättchen begeben. Suppe anrichten, Thymianrahm darauf verteilen, mit den Orangenfilets garnieren.

## Hauptgang: **Dorschfilets mit Rüebl-Kruste**

400 g Dorschfilets  
250 g Rüebl  
½ Bund glattblättrige Peterli  
1 EL geriebener Meerrettich  
2 Eier  
40 g feine Haferflocken  
½ TL Salz, wenig Pfeffer  
1 EL Mehl  
Öl zum Braten



Rüebl an der Bircherraffel reiben, gut ausdrücken. Peterli fein schneiden, mit dem Meerrettich, den Eiern und den Haferflocken zum Gemüse geben, alles gut mischen, würzen  
Fischfilets würzen, mit Mehl bestäuben. Gemüse-Masse auf eine Seite der Fischfilets verteilen und gut andrücken.

Fischfilets in einer beschichteten Bratpfanne mit der Gemüse-Seite zuerst ca. 2 Min. braten. Filets wenden und ca. 2 Min. fertigbraten.

## Dessert: **Blutorangen-Tiramisu**

### **Blutorangen**

4 Blutorangen, in Stücken  
2 Blutorangen, ganzer Saft  
4 EL Zucker

### **Tiramisu**

60 g Löffelbiskuits, in Stücken  
250 g Magerquark  
300 g griechischer Jogurt nature  
2 EL Zucker  
2 Blutorangen, in dünnen Scheiben  
Grand Marnier (nach Lust)



**Blutorangen:** Blutorangenstücke, -saft und Zucker in einer Pfanne aufkochen, ca. 5 Min. köcheln, auskühlen lassen.

**Tiramisu:** Biskuits in Gläser verteilen. Eventuell mit Grand Marnier beträufeln. Quark, Jogurt und Zucker verrühren. Die Hälfte der Blutorangenstücke auf den Biskuits verteilen, Quarkmasse darauf geben. Restliche Blutorangen darüber geben. Mit Blutorangenscheiben garnieren.