



Hobby-Köche

Obstalden

Kochabend vom 29. August 2022

vom Güdül

Thema: SAC-Hütten-Menüs, VEGI von A-Z

Vorspeise:

Adelbodner Alpkäse-Brotsuppe

von der **Lämmerenhütte BE** (2507m)

Hauptgang:

Vegi-Eintopf

von der **Leglerhütte GL** (2273m)

Dessert:

Linzertorte

von der **Gspaltenhornhütte BE** (2455m)

Adelbodner Alpkäse-Brotsuppe

Zutaten für 4 Personen:

1 Rüebli – ¼ Sellerie – ¼ Lauchstange – ½ Zwiebel - 1 Knoblauchzehe - 50g altbackenes Brot - 20g Butter – 1 dl Weisswein – 2 l Gemüsebouillon – 1 Lorbeerblatt – ¼ EL Petersilie – 1 Eigelb - 1 EL Rahm - Salz und Pfeffer - 50 g Adelbodner Alpkäse gerieben.

Garnitur: gehackte Petersilie, einige Brotwürfel

Rüebli, Sellerie und Lauch rüsten und in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Brot in kleine Stücke schneiden, die Butter zerlassen und die Brotwürfel darin rösten. Einige gerösteten Brotwürfel für die Garnitur herausnehmen und zur Seite stellen. Gemüse, Zwiebeln und Knoblauch zu den Brotwürfeln in die Pfanne geben, kurz mitrösten und mit Weisswein ablöschen. Bouillon, Lorbeerblatt und gehackte Petersilie beifügen. Die Suppe zugedeckt 30 Minuten kochen lassen. Das Lorbeerblatt entfernen. Die Suppe nochmals aufkochen, danach vom Feuer nehmen und das mit Rahm verquirlte Eigelb dazu rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren mit geriebenem Alpkäse und gehackter Petersilie bestreuen, die beiseite gestellten Brotwürfel als Garnitur verwenden.

Vegi-Eintopf

Zutaten für 8 Personen

300 g Kichererbsen, getrocknet – 100 g grüne Linsen – 3 Knoblauchzehen - 750g Kartoffeln, festkochend, gewürfelt - 250 g Rüebli gewürfelt - wenig Rapsöl – 1½ gehäufter TL Curcuma - 1,5 dl Weisswein - 1,5 TL Curry - 1 gestrichener TL Paprika süß - Salz und Pfeffer - 350 g rote Linsen – 3 dl Saucenrahm

Garnitur: Rosmarin

Am Vorabend die Kichererbsen und die grünen Linsen in einer Schüssel mit kaltem Wasser übergossen, so dass Kichererbsen und Linsen ca. 2 cm unter der Wasseroberfläche zu liegen kommen.

In der Pfanne den gepressten Knoblauch sowie die gewürfelten Kartoffeln und Rüebli mit wenig Rapsöl andünsten. Curcuma begeben und kurz anrösten. Mit dem Weisswein ablöschen und die Kichererbsen und Linsen samt Wasser begeben. Mit Curry, Paprika, sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Nochmals 7.5 dl Wasser hinzufügen und danach köcheln lassen, bis die Kichererbsen bissfest sind. Nun die roten Linsen beifügen und das ganze unter ständigem Umrühren aufkochen oder aber in einer teflonbeschichteten Pfanne verwenden. Am Schluss mit dem Saucenrahm abschmecken.

Linzertorte

Zutaten für 6-8 Tortenstücke

Rundes Blech mit 28 cm Durchmesser

Teig: 300 g Mehl - 1 Prise Salz – 1 TL Backpulver – ½ TL Zimt - 100 g Haselnüsse gemahlen - 160 g Zucker - 2 Eier - 160 g Butter in kleine Stücke geschnitten

Füllung: 400 g Himbeerkonfitüre

Mehl, Salz, Backpulver, Zimt, Haselnüsse und Zucker in eine Schüssel geben und gut vermischen. Eier und Butter dazugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und 2 Stunden kaltstellen. Die Hälfte des Mübeteiges auf einem Backpapier zu einem Kreis von ca. 30 cm Durchmesser ausrollen. Auf ein Kuchenblech legen und mit der Himbeerkonfitüre bestreichen. Den restlichen Teig wiederum auf dem Backpapier zu einem Kreis von ca. 30cm Durchmesser ausrollen. Mittels Teigrädchen ungefähr 2 cm breite Streifen schneiden und diese in gleichmässigem Abstand auf der Torte verteilen. Im auf 180° C vorgeheizten Ofen auf mittlerer Rille 40 Minuten backen. Auskühlen lassen und in 6 - 8 gleich grosse Stücke schneiden.

En Guete mitenang !!!!