Kochabend vom 28.04.2025

Menu:

Saisonsalat mit frühlingsfrischen Kräutern
+++
Chili con carne
«Berühmter Mexikaner»
+++
Rhabarberkompott mit Vanillerahm

Salat-Zutaten für 4 Personen:

1 Kopfsalat mittelgross, 4 Eier, 100 g Radieschen, 1 Apfel, 2 Lauchzwiebeln

Für das Dressing:
150 g Magerjoghurt, 2 EL weisser Balsamico, 1 Prise Zucker, 1 Schuss Kürbiskernöl

Ausserdem:
Gehackte Kräuter: Schnittlauch, Bärlauch, Kresse, Basilikum etc.

Den Salat putzen, waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Radieschen waschen und in Scheiben schneiden. Ebenso die Lauchzwiebeln waschen und in Ringe schneiden. Die Eier schälen und vierteln. Alles zusammen in einer grossen Schüssel vermischen. Die Eierviertel obenauf legen. Die Zutaten fürs Dressing verrühren und über Eier und Salat träufeln. Die gehackten Kräuter darauf verteilen und anrichten.

Chili con carne Zutaten für 4 Personen:

500 g Rindhackfleisch, Bratbutter oder Rapsöl, Salz und Pfeffer, 1-2 Paprika (süss oder scharf), 2 Zwiebeln gehackt, 2 Knoblauchzehen gehackt, 2 rote Chili, fein, gehackt und entkernt, 3 EL Tomatenpüree, 3 dl Rotwein, 1 Dose gehackte Pelati à ca. 800 g, 1 Dose rote Bohnen à ca, 300 g, heiss abgespült, 1 Dose Maiskörner à 300 g abgespült, 200 g festkochende Kartoffeln geschält, klein gewürfelt, 180g Crème fraiche

Zubereitung Chili con carne:

Hackfleisch in der heissen Bratbutter anbraten und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Zwiebeln, Knoblauch, Chili und Tomatenpüree kurz mitbraten. Mit Wein ablöschen. Pelati, Bohnen Mais, und Kartoffeln beifügen, aufkochen und bei kleiner Hitze offen 30 Minuten köcheln. Chili con carne würzen und mit Crème fraiche servieren.

Rhaborber-Dessert für 4 Personen :

(4 Glastassen ä ca. 2,5 dl lnhalt)
500 g Rhabarber gerüstet, gewürfelt, 75g Zucker, 1 TL Zitronensaft, 2 EL Maisstärke, 2 EL Orangensaft, 1 EL Honig

Vanillerahm:

1dl Rahm, 1 Vanillestängel, ausgeschabtes Mark, 1 EL Honig

Rhabarber, Zucker und Zitronensaft zudeckt knapp weichkochen. Maisstärke mit dem Orangensaft anrühren. Sorgfältig unter die Rhabarber mischen, unter Rühren kurz aufkochen. Honig daruntermischen, Kompott in die Gläser verteilen, 30 Minuten auskühlen lassen. Rahm, Vanille und Honig schaumig schlagen. Vanillerahm auf dem Kompott verteilen.

E Guete wünscht dr Matthias