

ELEGANT

Tournedos sur jardinière de légumes

Tournedos mit Gemüsestreifen

Für 4 Personen

je 1 Kohlrabi, Karotte, Zucchini
4 Rindsfilet-Tournedos à 120 g
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 EL Bratbutter
2 EL Wasser
40 g Café-de-Paris-Butter in
 Scheiben

1 Gemüse in lange Streifen schneiden. Tournedos mit Salz und Pfeffer würzen. In Bratbutter je 1 Minute beidseitig anbraten. Hitze wenig reduzieren und beidseitig je ca. 3–5 Minuten braten. Fleisch aus der Pfanne heben. 2–3 Minuten ruhen lassen.

2 Gemüsestreifen im Bratensatz kurz dünsten. Würzen

und mit Wasser ablöschen. Zugedeckt 1 Minute garen.

3 Gemüsestreifen als Sockel mittig auf vorgewärmte Teller anrichten. Tournedos darauf setzen. Mit Café-de-Paris-Butter belegen und servieren.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten

Pro Person ca. 24 g Eiweiss,
 17 g Fett, 5 g Kohlenhydrate,
 1100 kJ/260 kcal

GEWÜRZBUTTER

Beurre Café de Paris

Café-de-Paris-Butter

Für ca. 30 Portionen

20 g Kräuter Petersilie, Estragon
2 EL Ketchup
2 EL Senf z.B. Dijon Originale
1 EL Kapern
 $\frac{1}{2}$ Schalotte gehackt
 $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
1 Cornichon ca. 6 g
1 Dose Kantabrische Sardellen
 à 27 g
2 EL Cognac

$\frac{1}{2}$ TL Worcestersauce
 $\frac{1}{2}$ TL Paprika edelsüss
2 TL Currypulver
4 EL Zitronensaft
 $\frac{1}{4}$ TL Tabasco
500 g Butter weich
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Alle Zutaten bis Tabasco im Cutter sehr fein pürieren. Butter mit dem Handrührgerät schaumig aufschlagen 8 Minuten. Püre begeben.

Gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Um eine Rolle zu formen, Butter in einem Streifen auf Backpapier geben. Papier umschlagen. Mit einer Messerkante die Butter zu einer Rolle zusammenschieben. Kühl stellen.

Butter portionieren und tiefkühlen.
Bei Bedarf portinenweise auftauen.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
 + 1 Stunde kühl stellen

BEILAGE

Gratin dauphinois

Kartoffelgratin

Für 4 Personen

800 g Kartoffeln mehlig kochend
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Muskat frisch gerieben
 $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
Butter für die Form

1,5 dl Halbrahm
1,5 dl Milch
50 g Sprinz gerieben

Ofen auf 180 °C vorheizen. Kartoffeln in dünne Scheiben hobeln oder schneiden. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Ofenfeste Form mit

Knoblauch und Butter ausreiben. Kartoffeln hineinschichten. Mit Rahm und Milch übergießen. Mit Käse bestreuen. In der Ofenmitte ca. 45 Minuten backen.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten
 + 45 Minuten backen

GARSTUFEN

Beim Braten in der Pfanne gilt es einige Grundregeln zu beachten: Fleisch frühzeitig aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. Trockentupfen. Erst kurz vor

dem Braten würzen. Beidseitig heiss anbraten, um die Poren zu schliessen. Hitze reduzieren und unter zeitweisem Wenden auf den gewünschten Gargrad braten. Kurz ruhen lassen.



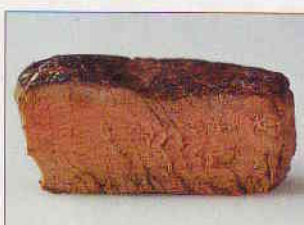
Kerntemperatur:
ca. 45 °C.
 F= bleu /E= rare
 D= stark blutig
 Das Fleisch ist eigentlich noch roh, der austretende Fleischsaft ist dunkelrot.



Kerntemperatur:
ca. 50 °C.
 F= saignant
 E= medium rare
 D= blutig
 Das Fleisch ist in der Mitte noch fast roh, der austretende Saft ist rötlich.



Kerntemperatur:
ca. 60 °C.
 F= à point/E= medium/D= auf den Punkt gebraten
 Das Fleisch hat einen rosa leuchtenden Kern, der austretende Saft ist rosa.



Kerntemperatur:
ab 70 °C.
 F= bien cuit
 E= well done
 D= durch
 Das Fleisch ist gleichmässig durchgebraten, der austretende Saft ist hell und klar.



BEURRE CAFÉ DE PARIS

Die berühmte Butter Café de Paris wurde nicht in Paris kreiert, wir verdanken sie auch keinem Starkoch, sondern der Madame Boubier, die bei Genf wohnte und in ihrer Küche gerne tüftelte. Ihre Butter umfasst rund 40 Zutaten! Weltruhm erlangte sie, als ihr Schwiegersohn in Genf das «Café de Paris» eröffnete und Entrecôte mit Gewürzbutter Café de Paris servierte.

Quelle: Hannes Bertschi, Marcus Reckwitz: Von Absinth bis Zabaione. Argon, 2002, Fr. 32.10/EUR 18.90