

ELEGANT

Tournedos sur jardinière de légumes Tournedos mit Gemüestreifen

Für 4 Personen

- je 1 Kohlrabi, Karotte, Zucchetti
- 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 Gemüestreifen im Bratensatz kurz dünsten. Würzen

und mit Wasser ablöschen. Zugedeckt 1 Minute garen.

3 Gemüestreifen 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
- 1/2 Schalotte gehackt
- 1/2 Knoblauchzehe
- 1 Cornichon ca. 6 g
- 1 Dose Kantabrische Sardellen à 27 g
- 2 EL Cognac

- 1/2 TL Worcestersauce
- 1/2 TL Paprika edelsüß
- 2 TL Currysplätzchen
- 4 EL Zitronensaft
- 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 beigeben.

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 portoinweise auftauen.**

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
+ 1 Stunde kühl stellen

BEILAGE

Gratin dauphinois

Kartoffelgratin

Für 4 Personen

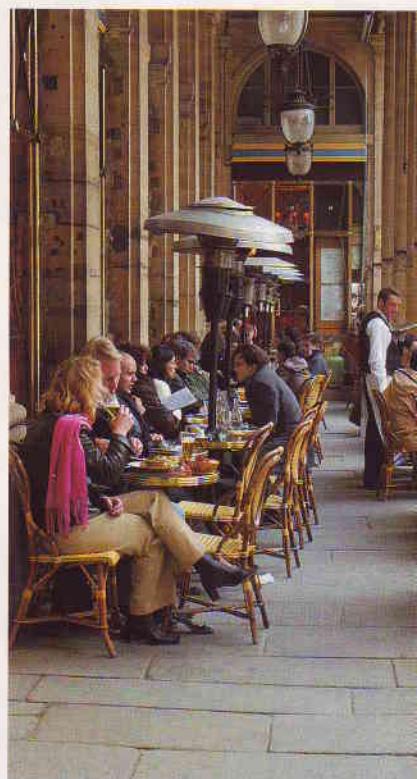
- 800 g Kartoffeln mehlig kochend
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Muskat frisch gerieben
- 1/2 Knoblauchzehe
- Butter für die Form

- 1,5 dl Halbrahm
- 1,5 dl Milch
- 50 g Sbrinz 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.

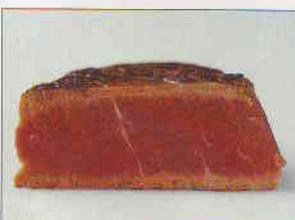
Zubereitungszeit ca. 20 Minuten
+ 45 Minuten backen



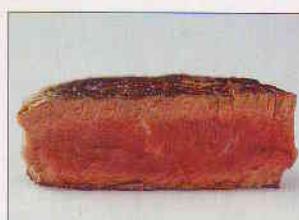
GARSTUFEN

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

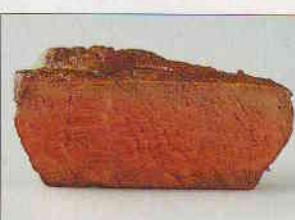
dem Braten würzen. Beidseitig heiß anbraten, um die Poren zu schließen. Hitze reduzieren und unter zeitweisem Wenden auf den gewünschten Gargrad braten. Kurz ruhen lassen.



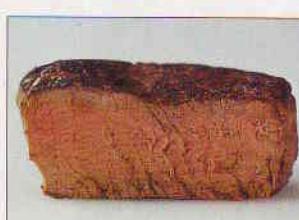
Kerntemperatur:
ca. 45 °C.
F= bleu / E= rare
D= stark blutig
Das Fleisch ist eigentlich noch roh, der austretende Fleischsaft ist dunkelrot.



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



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 Reckewitz: Von Absinth bis Zabaione. Argon, 2002, Fr. 32.10/EUR 18.90