

Ausgabe November/Dezember 2009: Rezepte von Gemeinderät/innen von Bubendorf, Seltisberg, Liestal, Frenkendorf, Füllinsdorf und Lausen.

1. Sandra Sollberger, Gemeinderätin, Bubendorf

Mangohuhn

Zutaten für 4 Personen:

6 Pouletbrüstli

Marinade

1 dl Wasser
1 Esslöffel Salz (Halen Môn Meersalz
aus dem salzladen.ch, Rheinsaline)
4 Knoblauchzehen

Mischen und pürieren
Die Pouletbrüstli mit der Marinade bestreichen,
ca. 2 Std im Kühlschrank ziehen lassen

Mangosauce

2 Dosen Mangoschnitze (je ca. 430g)
1 ½ Esslöffel Rohrzucker

mit dem Saft einer Dose pürieren.
Mangopüree kurz aufkochen,
beiseite stellen

marinierte Pouletbrüstli
80g Butter oder Margarine

abtropfen und in eine Gratinform legen
flüssig werden lassen und die Pouletbrüstli
damit bestreichen

Zubereitung:

Braten: ca. 15 Min. bei 230 Grad im vorgeheizten Umluftofen. Danach Hitze auf 180 Grad reduzieren und 15 Min. weiterbraten.

Dann den Bratensaft zur Mangosauce giessen, diese über die Pouletbrüstli geben und nochmals für 8-10 Minuten in den Ofen schieben.

Gesamtbratzeit: ca. 40 Minuten

Als Deko 1 reife Mango in Schnitzen über den Pouletbrüstli verteilen. Als zusätzlicher Farbtupfer auf den Reis einige rosa Pfefferkörner streuen.

Dieses Rezept eignet sich sehr gut für Gäste. Die Menge kann nach Belieben erhöht werden. Die Sauce kann schon Stunden vor dem Eintreffen der Gäste zubereitet werden. Die Poluetbrüstli lassen sich mariniert in der Gratinform im Kühlschrank aufbewahrt. Durch die Zubereitung im Ofen kann man die Zeit den Gästen widmen.

Knoblauchreis

Knoblauch und Zwiebeln fein gehackt im heissen Öl rösten, Langkornreis dazu, mit Apfelwein ablöschen und in Bouillon köcheln.

Meringue Brösmeli Traum

Double Creme, Himbeeren und Erdbeeren zur Hälfte pürieren, Rest schneiden mit geschlagenem Rahm und Meringuebrösmeli mischen.

Whisky-Kürbis-Crèmesuppe

Zutaten für 4 Personen

1-1,5 kg Speisekürbis
1-2 Karotten
2-3 mittlere Zwiebeln
Olivenöl
Rotwein (zum Ablöschen)
ca. 7dl Bouillon
ca. 2dl Halbrahm
Salz, Pfeffer, Muskat, Curry mild, damit leichter Curry-Hauch entsteht
kräftiger Whisky (z.B. Macallan 1987 Speyside Single Malt Scotch Whisky)
Crème Fraîche, frische Petersilie

Zubereitung:

Den Kürbis und die Karotten in kleine Stücke, die Zwiebeln in feine Würfel schneiden. (Die Karotten etwas kleiner schneiden als den Kürbis; verkürzte Garzeit.)
Die Zwiebeln in reichlich Olivenöl anbraten.
Kürbis und Karotten begeben, kurz mitbraten.
Mit Rotwein ablöschen, Bouillon beifügen.
Zugedeckt kochen lassen, bis das Gemüse gar ist. Eventuell Bouillon nachgiessen.
Pürieren, Halbrahm begeben.
Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Muskat und mildem Curry abschmecken.
Einen guten Schuss Whisky hinzufügen, z.B. Macallan 1987 Speyside Single Malt Scotch Whisky.
Mit Crème Fraîche und frischer Petersilie servieren.

Brustspitz an Tomaten-Zwiebel-Gemüse

Zutaten:

1-2 Brustspitz pro Person (vom Schwein), wer es gehobener mag, nehme Kalbshaxen
wenig Mehl
1 kleiner Stangensellerie
ca. 5 grosse Tomaten
ca. 5 grosse Zwiebeln
Olivenöl
wenig Rotwein (zum Ablöschen)
ca. 5dl Bouillon
Fenchelsamen (oder Anissamen)
1 Lorbeerblatt
Tomatenmark
Salz, Pfeffer, Muskat, Curry scharf, Paprika mild

Zubereitung:

Das Fleisch frühzeitig aus dem Kühlschrank nehmen, abtrocknen und im Mehl wenden.
Die Zwiebeln vierteln, den Stangensellerie klein schneiden. Die Tomaten schälen (in kochendem Wasser blanchieren, bis die Haut aufplatzt) und in grobe Würfel schneiden.
Die Zwiebeln in reichlich Olivenöl in einer grossen Bratpfanne vorsichtig anbraten / dämpfen und aus der Pfanne heben.
Im gleichen Öl das Fleisch kräftig anbraten. Die Zwiebeln wieder dazu geben, Sellerie beifügen, kurz mitbraten.
Mit Rotwein ablöschen.
Die Tomatenwürfel beifügen, kurz anziehen lassen.
Fleisch und Gemüse mit Bouillon knapp bedecken (ca. 5 dl).
Mit einer Prise Muskat, reichlich scharfem Curry und mildem Paprika würzen, Lorbeerblatt beifügen.
Nach Belieben Fenchel- oder Anissamen zugeben.
Zugedeckt ca. 0,5 Stunden auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist.
Sauce nach Bedarf mit Tomatenmark eindicken und mit Salz, Pfeffer und Tomatenmark abschmecken.

Spätzli

Zutaten:

400g Weissmehl
1 EL Hartweizengriess
1 TL Salz
4 Eier
etwas Milch
wenig Butter zum Braten

Zubereitung:

Mehl und Hartweizengriess in einer Schüssel vermischen, Salz beifügen.
Eier verquirlen.
Im Mehl eine Mulde bilden, Eier und wenig lauwarmes Wasser hineingeben und mit dem Mehl gut vermengen. Nach Belieben Wasser mit ein wenig Milch ersetzen.
So lange lauwarmes Wasser nachgiessen, bis ein reissender Teig entsteht.
In einem grossen Topf Wasser zum kochen bringen, gut salzen.
Den Spätzliteig mittels Spätzlisieb /-hobel in das kochende Wasser einrühren.
Warten, bis die Spätzli an die Wasseroberfläche steigen.
Abschöpfen, mit kaltem Wasser abschrecken, zudecken.
Vor dem Servieren in einer Bratpfanne mit ein wenig Butter wärmen.

Frische Feigen an Portweinreduktion

Zutaten:

4 frische Feigen
30g Zucker
4EL Orangensaft
1/4l Portwein
Crème Fraîche
evtl. Vanille- oder Baumnussglacé

Zubereitung:

Die Feigen vorsichtig häuten.
Den Zucker in einer kleinen Pfanne schmelzen und leicht karamellisieren lassen.
Mit dem Orangensaft ablöschen.
Den Portwein zugeben und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen, bis sich der Karamel vollständig löst.
Die Feigen in den Sud geben und auf kleiner Flamme zugedeckt ca. 10 Min. ziehen lassen.
Die Feigen aus dem Sud heben und auf Desserttellern anrichten.
Den Portweinsud dickflüssig einkochen lassen, die Portweinreduktion über die Feigen giessen.
Mit Crème Fraîche und allenfalls einer Kugel Vanille- oder Baumnussglacé servieren.

3. Lukas Ott, Stadtrat, Liestal

Saftplätzli

Zutaten:

4 - 8 dünn geschnittene Rindsplätzli (je nach Grösse)
3 Esslöffel grobkörniger Senf
Pfeffer
1 Teelöffel Salz
Soyasauce
Petersilie
Rosmarin
Thymian
Oregano
2 Zwiebeln
250 g frische Pilze
200 g Speck
Wirz nach Belieben
Rotwein
Bouillon

Zubereitung:

Senf, Pfeffer, Salz und Soyasauce mischen. Die Plätzli damit bepinseln.
Kräuter und Zwiebeln hacken. Pilze, Speck und Wirz schneiden.
Bratpfanne mit Pflanzenfett ausstreichen. Die Plätzli mit Kräutern, Gemüse und Speck
lagenweise einschichten. 1,5 dl Rotwein und Bouillon zum Fleisch geben.
Im Ofen 1,5 Stunden bei 180 Grad zugedeckt schmoren lassen.
Vor dem Anrichten gehackte Petersilie darüberstreuen.

Beilagen und Dessert nach saisonalem Angebot.

4. Roger Gradl, Gemeinderat, Frenkendorf:

Apfel-Zimt-Flan

Zutaten für 2 Personen:

1 Apfel
wenig Butter für die Form
2 EL Zucker
1/2 TL Zimt
25 g Rosinen
2 dl Milch
2 Eier
1 Prise Salz
Zimtzucker aus 1 EL Zucker

Zubereitung:

Den Apfel mit Schale grob raffeln und sofort mit Zucker, Zimt und Rosinen mischen.
Eine kleine Gratinform ausbuttern, die Apfelmischung hineingeben.
Die Milch mit Eiern und Salz verrühren und über die Äpfel giessen
Im vorgeheizten Ofen (Mitte) bei 180 Grad mindestens ca. 20 Min. backen.
Mit Zimtzucker oder Puderzucker bestreuen und warm servieren.

5. Carine Hugenschmidt, Gemeinderätin, Füllinsdorf

Piccata alla Nonna

Zutaten für 5 Personen:

10 kleine Plätzli vom Schweinsnierenstück
Geriebener Käse
1-2 Eier
Etwas Mehl und Milch.

Zubereitung:

Plätzli gut würzen mit Salz, Aromat und Grillgewürz, im Mehl wenden.
Teigli zubereiten mit 1-2 Eiern, Mehl, Milch, geriebenem Käse.
Plätzli im Teig wenden.
In der Pfanne braten, Öl zunächst heiss, dann zurückschalten.
Die Plätzli im Ofen bei 80 Grad warm halten, bis alle am Tisch sind.

Dazu verschiedene Salate und zum Dessert Herzliwähen mit Aprikosen (kleine Wähen, die in einem Blech mit herzförmigen Vertiefungen gebacken werden).

Jakobsmuscheln auf Blattspinat und Artischocken

Zutaten für 4 Personen

Jakobsmuscheln:

12 Jakobsmuscheln, geputzt, ohne Corail
1 EL Bratbutter
1 EL Olivenöl
1 EL Meersalz

Artischockengemüse:

4 Artischockenböden
4 Artischockenstiele
1 EL Bratbutter
1 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe, geschält, halbiert, ohne den grünen Keim
1 dl helle Gemüsebouillon
Salz
Pfeffer

Sauce:

Bratfond der Jakobsmuscheln
Wenig Kochfond der Artischocken
1 EL Sherryessig
20g Butter, gewürfelt, eisgekühlt
Salz
Pfeffer

Blattspinat:

600g Blattspinat, gewaschen
1 Knoblauchzehe, geschält, fein gehackt
1 EL Butter
Wenig Zitronensaft
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Jakobsmuscheln – À la minute:

Die Jakobsmuscheln auf einer Seite mit einem scharfen Messer gitterförmig einschneiden, mit Meersalz würzen. Die Butter und das Olivenöl erhitzen, die Jakobsmuscheln zuerst auf der eingeschnittenen Seite anbraten, bis sie Farbe annehmen und wenden. Die Pfanne vom Feuer nehmen und die Muscheln kurz ruhen lassen. Den Bratfond für die Zubereitung der Sauce beiseite stellen.

Artischockengemüse – Vorbereiten:

Die Artischockenböden in circa 1cm breite Stücke schneiden, die Stiele der Länge nach halbieren. Die Butter und das Olivenöl erhitzen, die Artischocken und den Knoblauch kurz andünsten, mit der Gemüsebouillon aufgiessen und die Flüssigkeit reduzieren.

Sauce – À la minute:

Den Bratfond der Jakobsmuscheln erwärmen, mit dem Sherryessig ablöschen und die Flüssigkeit reduzieren. Wenig Kochfond des Artischockengemüses hinzugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der kalten Butter aufmontieren.

Blattspinat – Vorbereiten:

Die Butter in einer Sauteuse erhitzen, den Knoblauch kurz anrösten und den Spinat hinzufügen. Die Hitze reduzieren, den Spinat zugedeckt circa 5 Minuten al dente kochen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Anrichten:

Portionsweise je 3 Jakobsmuscheln mit dem Blattspinat und den Artischocken auf den vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Sauce nappieren.

Lammracks mit Rosmarin

Zutaten für 4 Personen:

700g Lammracks vom Metzger vorbereitet
(Als Alternative Lammnierstück)
4 Stängel Rosmarin, davon die Hälfte gehackt
4 EL Olivenöl
2 Zehen Knoblauch fein gehackt
½ Peperoncini fein gehackt
1 EL grober Senf
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Vorbereiten:

Aus allen Zutaten, ausser Salz, eine Marinade herstellen. Lammracks einige Stunden oder über Nacht marinieren.

Zubereitung Lammracks:

Lammracks trocken tupfen, salzen und auf den Grill oder im Ofen ringsherum heiss anbraten. Mit Rosmarinzweigen belegen, bei schwacher Hitze rosa garen. Vor dem Tranchieren 5 – 10 Minuten zugedeckt stehen lassen.

Feuchter Schokoladenkuchen

Zutaten für 4 Personen:

Für eine Springform von 24cm Durchmesser.

150g Butter
200g Zucker
5 Eigelb
50g dunkle Schokolade
150g gemahlene Mandeln
60g Kakaopulver
40g Schokoladenpulver
5 Eiweiss
Puderzucker

Zubereitung:

Vorbereiten:

Springform ausbuttern, mehlen, Schokolade im Wasserbad bei max. 50 Grad schmelzen.

Zubereitung Schokoladenkuchen:

Butter mit der Hälfte des Zuckers schaumig rühren, Eigelb und flüssige Schokolade begeben, glatt rühren. Mandeln, Kakaopulver und Schokoladenpulver unter die Masse mischen. Eiweiss mit dem restlichen Zucker zu Schnee schlagen, vorsichtig unter die Masse ziehen, in Springform füllen und bei 170 Grad etwa 20 Minuten backen. Der Kuchen muss innen noch feucht sein. Mit Puderzucker bestreuen, lauwarm servieren.