



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Forellenmousse mit grünen Spargeln

Rindsfilet-Medaillons mit Zwiebel-Sauce und Safrankartoffelküchlein

Gebrannte Crème mit Rhabarber

Zutaten:

Zubereitung:

Forellenmousse mit grünen Spargeln

4 Stk.	Forellenfilets geräucht
4 Zweige	Thymian
1 1/2 EL	Zitronensaft
150 g	Quark aus Vollmilch Pfeffer aus der Mühle
500 g	grüne Spargeln Butter / Salz / Zucker
2 EL	Sherryessig
4 EL	Nussöl
2 EL	Gemüsebouillon
2 EL	Honigwasser Salz weisser Pfeffer aus der Mühle Cayenne
1 Stk.	Schalotte
1 Bund	Schnittlauch

Die Forellenfilets mit einer Pinzette entgräten. Mit einer Gabel fein zerdrücken. Die Thymianblättchen abzupfen und fein hacken. Mit dem Zitronensaft und dem Quark zum Fisch geben. Gut durchmischen und mit Pfeffer würzen. Ca. 30 Minuten kühlstellen.

Spargeln schälen und zuschneiden. In Salzwasser, dem eine Spur Zucker und ein nussgrosses Stück Butter zugefügt wird auf den Punkt garkochen (ca. 12 Minuten).

Für die Nussölvinaigrette Sherryessig, Nussöl, Gemüsebouillon und Honigwasser (1 Messerspitze Honig in 1 EL heissem Wasser lösen) mischen. Mit Salz, weissem Pfeffer aus der Mühle und einer Spur Cayenne abschmecken. Schalotte in feinste Brunoise und Schnittlauch in feinste Röllchen schneiden und unter die Vinaigrette mischen.

Spargeln auf die Teller verteilen und mit Vinaigrette beträufeln. Aus dem Forellenmousse Kugeln formen und neben den Spargeln anrichten.