



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Klare Tomatensuppe mit Langusten

Steak vom Kalbsnierstück mit Reisbällchen

Cranachan

Zutaten:

Zubereitung:

Klare Tomatensuppe mit Langusten

2 Stk.	Langusten à 500 g	
	Kümmel	gemahlen
400 g	Tomaten	reif
1 Stk.	Zwiebel	
2 Stk.	Rüebli	
180 g	Knollensellerie	
2 EL	Olivenöl	
3 EL	Weisswein	
1 l	Gemüsebrühe	
1 Stk.	Lorbeerblatt	
1 Stk.	Thymianzweig	
	Cayennepfeffer	
1/4 Stk.	Lauchstange	
1 Stk.	Zucchini	
	Öl	zum frittieren

Langusten waschen und abtropfen lassen. In reichlich sprudelndem Salzwasser mit einer Prise Kümmel zwei Minuten kochen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Langusten etwa 12 Minuten ziehen lassen.

Langusten aus dem Wasser heben. Mit einer Küchenschere die Bauchseite einschneiden, das Schwanzfleisch aus den Karkassen lösen. Von den Karkassen die Weissteile entfernen, waschen, mit der Schere klein schneiden, trockentupfen. Das Langustenfleisch vom Darm befreien und in mundgerechte Stücke schneiden.

Tomaten überbrühen, häuten, halbieren und entkernen. Die Hälfte der Tomaten grob zerkleinern, den Rest in Würfel schneiden und beiseite stellen.

Die Zwiebel, ein Rüebli und 100 g Knollensellerie schälen, klein schneiden.

Das Öl in einem grossen Topf erhitzen und die Karkassen darin anrösten. Zwiebeln, Rüebli und Sellerie hinzufügen und kurz mitgaren. Mit Weisswein und Brühe ablöschen.

Die grob zerkleinerten Tomaten, das Lorbeerblatt und den Thymianzweig dazugeben, mit Cayennepfeffer würzen und die Suppe 20 Minuten ziehen lassen. Vorsichtig durch ein Sieb giessen.

Restlichen Sellerie und ein Rüebli schälen. Lauch und Zucchini waschen.

Die Gemüse in feine Streifen schneiden. Gemüsestreifen in einer kleinen Pfanne in heissem Öl frittieren und portionenweise abtropfen lassen.

Das Langustenfleisch mit den kleinen Tomatenwürfeln in die Suppe geben und kurz darin erwärmen. Auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen und mit dem frittierten Gemüse garnieren.