



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Scampi-Safran-Suppe

Kalbsschnitzel an Kräuter-Zitronen-Sauce

Apfelsabayon mit Nussglace

Zutaten: Zubereitung:

Scampi-Safran-Suppe

1 Stück	Zwiebel	
2 Zehen	Knoblauch	
500 g	Scampi in der Schale Olivenöl	
4 dl	Weisswein	
4 dl	Fischfond od. Gemüsebouillon	
1 Zweig	Rosmarin	
3 Zweige	Thymian	
2 Stück	Lorbeerblätter	
2 Stück	Fleischtomaten	
1 Briefche	Safran	
0.5 TL	Paprika, edelsüss	
1 Messersp	Ingwer	gemahlen
1 Messersp	Koriander	gemahlen
3 Zweige	Dill	
3 Zweige	Kerbel	
2 dl	Rahm	
	Salz, Pfeffer aus der Mühle	

Die Zwiebel schälen und halbieren. Die eine Hälfte ganz fein hacken und beiseite stellen. Den Rest grob schneiden. Den Knoblauch schälen und in Scheibchen schneiden.

Die Scampi aus der Schale lösen: Dazu mit der Küchenschere die Bauchseite durchschneiden, die Schale leicht auseinander brechen, das Fleisch sorgfältig herauslösen und wenn nötig den schwarzen Darmfaden herausziehen. Die Schalen für die Sauce beiseite stellen. Die Scampi je nach Grösse halbieren oder dritteln. In einer mittleren Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Die grob geschnittene Zwiebel, die Knoblauchscheibchen und die Scampischale darin 3 bis 4 Minuten andünsten. Dann mit dem Weisswein und Fischfond oder Bouillon ablöschen. Rosmarin- und Thymianzweige sowie Lorbeerblätter beifügen. Alles ungedeckt 30 Minuten leise köcheln lassen.

Die Tomate kurz in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken, häuten und in grobe Würfel schneiden.

In einer zweiten Pfanne ebenfalls etwas Olivenöl erhitzen und darin die fein gehackte Zwiebel andünsten. Tomatenwürfel, Safran, Paprika, Ingwer und Koriander beifügen. Den Scampischalensud durch ein Sieb dazugießen und die Suppe 10 Minuten leise kochen lassen.

Die groben Stiele von Dill und Kerbel entfernen. Die Kräuter mit dem Rahm zur Suppe geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Bis hierher kann die Suppe vorbereitet werden. Vor dem Servieren Suppe nochmals gut aufkochen. Die Scampi dazugeben und nur gerade 2 Minuten gar ziehen lassen. Die Suppe in tiefen Tellern oder Tassen anrichten.