



Netzwerk Rommerskirchen

FÜR UNS UND ANDERE



" Die Schürzenträger "

Rezepte für das Treffen der „Schürzenträger“ am 27. Juni 2017 um 10:30 Uhr in Nettlesheim
Rezepte für 7 Personen

Zum Ende der Spargelsaison wollen wir nochmals ein Spargelmenu servieren !!!

Vorspeise:

Orangen-Spargel-Salat mit Garnelen

1 L Orangensaft - ohne Fruchtfleisch
Olivenöl
Sonnenblumenöl
500-700 g weißer Spargel
2 Orangen
1-2 Garnelen pro Person
50 g Butter zum Braten der Garnelen
2-3 Stängel Blatt Petersilie
Salz
Pfeffer

1 l Orangensaft auf ein Viertel reduzieren; mit Olivenöl : Sonnenblumenöl 1:1 (2 Teile Öl ein Teil Saftkonzentrat) wie bei einer Majonäse-Herstellung mit dem Stabmixer im Gefäß hochziehen, bis Soße entsteht - mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein wenig Blatt Petersilie (für das Farbenspiel auf dem Teller) fein schneiden und in die fertige Marinade einrühren.

Der Spargel wird roh in eine flache Schale gehobelt,
dazu kommen geteilte Filets von 2 Orangen

Die Marinade darübergießen und 30 Minuten ziehen lassen.

Garnelen (2 pro Person) in Olivenöl und Butter 2-3 Minuten abraten, vorher von Kopf und Darm befreien.

Den Salat vor dem Braten der Garnelen anrichten und die heißen Garnelen darüberlegen und sofort servieren.

Hauptgericht:

Spargel mit Butter und einer Schinkenplatte und Sauce Hollandaise

500 g Spargel pro Person
Salz
1 Prise Zucker
1 Teelöffel Butter

250 gr. Butter
Petersilie

Den Spargel schälen, oder schälen lassen.
Wasser zum Kochen bringen, salzen, 1 Prise Zucker u. 1Tel. Butter zugeben,
den Spargel ins kochende Wasser geben, je nach Spargeldicke 5-10 Min. kochen lassen,
prüfen ob er bissfest ist und auf eine heißgestellte Platte legen mit Petersilie garnieren, mit zerlassener
Butter beim Servieren übergießen.
Dazu kochen wir neue Kartoffeln.

Die Schinkenplatte stellen wir uns diesmal selbst zusammen.

Sauce Hollandaise

Diesmal nehmen wir die Sauce aus der Tüte.

Nachtisch:

Erdbeereis

400 g. frische Erdbeeren zum Pürieren
400 g frische Erdbeeren als Beilage zum Eis
150 g. Zucker
1 Vanillezucker
1 Esslöffel Zitronensaft
2 Becher Sahne

Die Erdbeeren waschen und pürieren, anschließend Zucker, Vanillezucker und den Zitronensaft sowie
die Sahne unterrühren. Die Masse in die Schüssel der Eismaschine füllen, die Zubereitungszeit dauert
ca. 45 Minuten.

Das Eis wird mit frischen Erdbeeren serviert.

Oder gezuckerte Erdbeeren mit Schlagsahne