

Taverne zum Schäfli, Wigoltingen, Rezept von Wolfgang KuchlerGeeiste Tomatenbouillon mit Koriander und Saint – JacquesZutaten für 4 – 6 Personen:

750 g.	reife Eier , oder Strauchtomaten
5 Blatt	grünes Basilikum
5 Blatt	Koriander
1 St.	Estragonstengel
5 St.	Rosmarinnadeln
2 St.	Thymianzweige
2 St.	Knoblauchzehen , ohne Keim
20 g.	Fleur de sel
½ Tl.	Zucker
	Pfeffer aus der Mühle
10 ml.	Weisser Balsamicoessig , oder Champagneressig
8 - 12 St.	Jakobsmuscheln aus der Schale
	Salz , Pfeffer , Toskanisches Olivenöl

Brunoises von Gurken , Melone , Tomate , Lauchzwiebeln und Korianderblätter

Zubereitung:

Sämtliche Zutaten im Küchenmixer fein zerkleinern.
In ein Passiertuch , oder Küchenpapier schütten.
Ueber eine Schüssel aufhängen , oder leicht beschweren.
Abtropfen lassen und im Kühlschrank gut durchkühlen,

Die ausgebrochenen Jakobsmuscheln würzen und im Olivenöl kurz anbraten.
Halbieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen , gut durchkühlen.

Auf kalte Suppenteller oder Schalen verteilen mit den Brunoises anrichten.
Geeiste Bouillon daraufgiessen und mit Korianderblättern und Lauchzwiebeln Garnieren.

Rezepte von Hörerinnen und Hörern

Rezept von Yvonne Wertli

Fischsalat mit Gemüse

1/2 Kohlräbli
1/2 Fenchel
1 Zughini
2 kleine Karotten
1/2 Zwiebel
frische, diverse Kräuter
2 Pangasius Fischfilet (oder ein Fisch der nicht auseinanderfällt).

Marinade:

weisser Balsamico
wenig weisser Essig
weing milder Senf
Thymian, Estragon, Petersilie (nach belieben)
Pfeffer weiss

Gemüse ca 10 Minuten (noch bissfest) vorkochen.
Mit Salz und Pfeffer gewürzter Fisch in Weisswein mit Zitronensaft ganz kurz garen, und dann in mundgerechte Stücke schneiden. Mit dem Gemüse vorsichtig mischen.

Auf Teller anrichten, servieren mit trockenem Weisswein.

Rezept von Josis Bühler

BRENNESSLCHIPS

Ein par frische Brennessel Blätter
und Oliven Öl
Öl und Brennesseln in einer Bratpfanne braten
Fertig

Rezept von Hedy Rudolf

Vitello Tonnato

Ich lege mein Tonnato, vermischt mit Sauerrahm und abgeschmeckt mit etwas Balsamico, Kapern und Gewürzen, auf Trutenbrust oder Ofenbraten. Das schmeckt auch sehr gut und kostet nicht so viel.

Rezepte von Yolanda Reinhard

Salat mit weissem Pfirsich und Stangensellerie

pro Person

1 weissen Pfirsich

Stangensellerie nach belieben

Holundersirup

Olivenoel

Salz und Pfeffer

Zubereitung: Pfirsiche schälen und in Schnitze schneiden.

Sellerie in feine Streifen.

In einer tiefen Schüssel Pfirsichschnitze und Sellerie mit 1 - 2 Esslöffeln Holundersirup und 2 - 3 Löffeln Olivenoel mischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Pouletbrüstli mit Mostarda di Frutta

pro Person

1 Pouletbrüstli

Zitronensaft

mein Gewürzsalz

2 - 3 Senffrüchte

Olivenoel

Zubereitung:

Die Pouletbrüstli mit Zitronensaft marinieren.

Die Senffrüchte fein hacken mit dem Saft im Glas mischen bis eine leicht flüssige Sauce entsteht.

Die Pouletbrüstli über Dampf garen, würzen, erkalten lassen, in feine Stücke schneiden, mit der Senffruchtsauce bestreichen und zum Pfirsichsalat servieren.