

**130. Kochabend**  
**Freitag, 03.12.2021**  
**Abendchef: Thomas Bär**

### **Bündner Sushi**

*Pinot Grigio Grave Friuli DOC 2019*  
*Scarbolo*

\*\*\*

### **Black Tigers mit Guacamole**

\*\*\*

### **Kalbstatar mit Trüffelcreme und Ei**

\*\*\*

### **Rindsentrecôte an Maienfelder Pinot Noir Jus mit Bergkartoffelstampf und mehrfarbige Randen**

*Raasol, Rosso Veronese Appassito IGT*  
*Contramalini*

\*\*\*

### **Bündner Nusstorte einmal anders**

## Bündner Sushi

4 Personen

1/2	Zwiebeln
1 Zehe	Knoblauch
2 EL	Butter (zum andünsten)
125 gr	Gerste
1 dl	Weisswein
2 dl	Gemüse Bouillon
2 Briefchen	Safran Fäden
6	Mangoldblätter
2 Scheiben	Bergkäse
8 Scheiben	Bündner Rohschinken



- Zwiebeln und Knoblauch fein hacken und in Butter andünsten
- Gerste begeben, mitdünsten und mit Weisswein ablöschen
- Safran begeben
- Immer wieder mit Gemüsebouillon aufgiessen und kochen bis sie noch ein bisschen biss fest ist
- Gerste kühl stellen
- Mangoldblätter im Salzwasser blanchieren und im Eiswasser abschrecken
- Bergkäse in längliche Scheiben schneiden
- Bündner Rohschinken auslegen und mit dem Bergkäse zusammen einrollen
- Klarsichtfolie auslegen und Mangoldblätter darauf auslegen
- Gerstensalat darauf verteilen wie Sushi Reis und den Rohschinken- Bergkäse im unteren Drittel darauflegen
- Jetzt alles zusammenrollen wie Sushi

## Black Tigers mit Guacamole

4 Personen

2	Avocado
3 EL	Crème Fraîche
4 EL	Saft von frischer Zitrone
	Salz, Pfeffer
4 Stk	Black Tigers
1 EL	Olivenöl
1 Zehe	Knoblauch



- Avocados halbieren, Kerne entfernen, Fruchtfleisch herauslösen, dieses mit einer Gabel zerdrücken. Crème Fraîche beigeben und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen
- Black Tigers auftauen, Knoblauch fein schneiden
- Black Tigers mit Olivenöl und Knoblauch anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen
- Eventuell noch mit Zitronensaft beträufeln

TIPP: Zusätzlich Chili oder Koriander je nach Geschmack beimischen

## Kalbstatar mit Trüffelcreme und Ei

4 Personen

### **Kalbstartar:**

350 g	Kalbsfilet
2 EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer
	Zitronenzeste



- Kalbsfilet mit scharfen Messer in kleine Würfel schneiden und fein hacken
- mit Olivenöl, Salz, Pfeffer würzen
- je nach Geschmack noch ein bisschen Zitronensaft begeben

### **Trüffelcreme:**

1	Eigelb
1 TL	Senf
150 ml	Sonnenblumenöl
2 TL	Zitronensaft
1 TL	Trüffelöl
	Salz, Pfeffer

- Eigelb, Senf, Zitronensaft, Salz, Pfeffer mit dem Pürierstab mixen
- Sonnenblumenöl langsam dazugeben und zu einer Mayonnaise mixen
- mit Trüffelöl aromatisieren
- mit Salz, Pfeffer abschmecken

### **Anrichten:**

4	Eigelb
8	Blüten
	Kresse

- Kalbstatar im Ring auf dem Teller anrichten
- mit dem Ei eine kleine Buchtung machen und das frische Eigelb dort einsetzen
- Teller mit Trüffelcreme und mit Kresse und Blüten ausgarnieren

## Rindsentrecôte an Maienfelder Pinot Noir Jus

4 Personen



### **Fleisch:**

1 kg	Rindsentrecôte am Stück
1 Zweig	frischer Rosmarin
1 Zweig	frischer Thymian
4 Zehen	Knoblauch
3 EL	Butter
	Salz, Pfeffer

- Rindsentrecôte parieren und mit Salz und Pfeffer gut würzen
- In einer Bratpfanne mit Öl scharf anbraten
- Auf ein Blech mit Gitter legen und Rosmarin, Thymian, Knoblauchzehe und Butter drauf legen
- Im vorgeheizten Ofen bei 85- 90 Grad Umluft ca. 45 min garen (Kerntemperatur 54 Grad)

TIPP: Falls das Fleisch zu früh fertig ist im Ofen bei 60 Grad warmhalten

### **Pinot Noir Jus:**

500 gr	Mire Poix (Karotten, Sellerie, Lauch, Zwiebeln)
50 gr	Tomatenmark
1 L	Pinot Noir
1 Zweig	frischer Rosmarin
1 Zweig	frischer Thymian
1	Lorbeerblatt
5	Wacholderbeeren
5 dl	Glace de Viande

- Glace de Viande mit Wasser vermengen und aufkochen
- Mire Poix in Würfel schneiden und in einem Topf anrösten
- Tomatenmark beigeben und mit rösten
- Mit 1/3 Pinot Noir ablöschen und einreduzieren
- Wiederholen bis der Wein aufgebraucht ist
- Rosmarin, Thymian, Lorbeerblatt und Wacholderbeeren beigeben
- Einreduzieren lassen
- Absieben und mit Glace de Viande verfeinern

## **Bergkartoffelstampf**

4 Personen

600 gr Bergkartoffeln  
3 dl Milch  
100 gr Butter  
Muskat  
Salz, Pfeffer

- Kartoffel schälen und im Salzwasser weichkochen
- abgiessen und wieder in den Topf geben
- Milch, Butter, Muskat, Salz und Pfeffer leicht aufkochen und zu den Kartoffeln geben
- Alles miteinander stampfen und abschmecken

## **mehrfarbige Randen**

4 Personen

2 Stk Randen Gelb  
2 Stk Randen Weiss- Violett  
2 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer

- Randen waschen und schälen
- Schneiden und auf ein Backblech legen
- Würzen mit Olivenöl, Salz und Pfeffer
- bei 200 Grad Umluft ca. 20min rösten

## Bündner Nusstorte einmal anders

4 Personen



100 gr	Baumnüsse
100 gr	Zucker
50 ml	Orangensaft
50 ml	Wasser
4 Kugeln	Baumnussglace
4 Kugeln	Rahmglace

- Zucker karamellisieren, Baumnüsse beigegeben und verrühren
- mit Orangensaft und Wasser ablöschen leicht kochen
- auf einem Blech auskühlen lassen
- Wenn abgekühlt, die karamellisierten Baumnüsse grob zerkleinern.
- Baumnussglace und Rahmglace ausstechen und Baumnuss-Krokant darüber verstreuen

TIPP: Nach Geschmack mit geschlagenem Rahm ausgarnieren

**En Guata wünscht Thomas Bär**