

# Männerkochclub Minfeld am 18.05.2017

Menüfolge:

## Vorspeise:

## *Fleischbällchen in Spargelcurrysuppe*

### Spargelcurrysuppe

Zutaten für 8 Personen

2 kg weißer Spargel  
400 g mehliges Kartoffeln  
1 Zwiebel  
4 Eßl. Öl  
1 Eßl. Currypulver  
900 ml Gemüsebrühe  
250 ml Sahne

### Zubereitung

Spargel schälen, Spargelköpfe auf ca. 5 cm Länge abschneiden und beiseite legen, den Rest in 4 cm lange Stücke schneiden.

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden.

Zwiebel schälen, würfeln und in Öl leicht dünsten. Anschließend Spargel und Kartoffeln anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Curry würzen.

Gemüsebrühe und Sahne zugeben, bei geschl. Topf ca. 20 Min. köcheln lassen.

Flüssigkeit pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Suppe mit Bällchen und Spargelköpfen anrichten.

1 Bund Schnittlauch

Schnittlauch kleinschneiden und separat dazugeben.

### Fleischbällchen:

800g Rinderhackfleisch  
4 Eßl. Semmelbrösel  
1 Ei  
Pfeffer, Salz  
4 Eßl. Öl

### Zubereitung

Rinderhackfleisch mit Semmelbrösel und Ei mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit angefeuchteten Händen zu kleinen Bällchen formen (ca. 2 cm Ø)

Pfanne mit Öl erhitzen, Bällchen darin anbraten. Im Restöl die Spargelspitzen anbraten.

Hauptgericht: \_\_\_\_\_

Spargel in Eierpfannkuchenmantel

## **Spargel**

### Zutaten

1500 g weißer Stangenspar-  
gel  
500 g grüner Stangenspar-  
gel  
2 Eßl. Butter  
Pfeffer und Salz  
8 große Scheiben Kochschin-  
ken

### Zubereitung

Weißer Spargel, waschen und schälen, Endstücke abschneiden.

Weißer Spargel im Kochtopf mit etwas Butter, ei-  
ner Prise Salz und einer Prise Zucker 15 Min. ga-  
ren.

Grüner Spargel, waschen und Endstücke ab-  
schneiden.

Grüner Spargel im Kochtopf mit etwas Butter und  
Salz ca. 10 Min. garen.

Schinken wird um Spargelpaket gerollt.

## **Soße Hollandaise**

### Zutaten

200 g Butter  
1/8 l Weißwein  
1 kl. Zwiebel  
6-8 weiße zerdrückte  
Pfefferkörner  
Etwas Zitronensaft  
  
1 Nelken  
1 halbes Lorbeerblatt  
Schwarzer Pfeffer  
Worcestersoße  
2 Eigelb

### Zubereitung

Geschälte und gehackte Zwiebel mit Wein, Lor-  
beerblatt, Nelke, Salz und weiße Pfefferkörner  
aufkochen. So lange kochen bis 3-4 Eßl. Sud üb-  
rigbleiben. Den Sud durchsieben. Eigelb dem Sud  
zugeben und über heißem Wasserbad auf-  
schlagen.

Die Butter zerlaufen lassen und langsam in die  
Creme einrühren.

Mit den Gewürzen abschmecken.

## Eierpfannkuchen

### Zutaten:

6 Eier  
Salz, Pfeffer, Muskat  
200 g Mehl  
¼ l Milch  
Petersilie

### Zubereitung

Mehl mit Milch und Salz einrühren, die Eier dazugeben,  
Petersilie waschen, trocknen, feinhacken und in den Teig einrühren. Mit Pfeffer und Muskat abschmecken.

Den Teig in Öl in einer Pfanne ausbacken, ca. 2-3 Min. auf jeder Seite. Anschließend die Pfannkuchen im Backofen bei 90° warm halten.

### Gericht fertigstellen:

Den Pfannkuchen aus dem Backofen nehmen, Backofen jetzt auf 180° erhitzen.  
Pfannkuchen mit einer Scheibe Schinken belegen, Spargel darin einrollen und in eine gefettete Auflaufform legen.  
Zum Schluss wird die Soße Hollandaise darübergegeben. Im Backofen bei 180° Oberhitze kurz goldbraun überbacken.

### Nachtisch:

### *Quarknocken mit Erdbeersoße*

## Quarknocken

### Zutaten

1000 g Speisequark 20 %  
200 g Gries  
4 Eier  
Mark von einer Vanilleschote  
2 TL Zitronenabrieb

### Zubereitung

Quark mit Gries, den Eiern, einer Prise Salz, Vanillemark und dem Zitronenabrieb verrühren.  
Topf mit Wasser zum kochen bringen und leicht salzen.  
Mit 2 Teelöffeln aus der Quarkmasse kleine Nocken formen und im kochenden Wasser ca. 5. Min. ziehen lassen bis sie oben schwimmen herausnehmen und abtropfen lassen

## Bröselkruste

### Zutaten

2-4 Eßl. Butter

### Zubereitung

Butter in einer Pfanne erhitzen, Paniermehl mit

6 Eßl. Paniermehl  
4 Eßl. Zucker  
2 Tl. Zimt

Zucker und Zimt mischen und in die zerlaufene Butter einrühren. Nocken vorsichtig darin wenden.

## **Erdbeersoße**

### Zutaten

1000 g Erdbeeren  
150 g Puderzucker  
4-6 Eßl Zitronensaft

### Zubereitung

Erdbeeren, wasche, Stiel und Kelchblatt entfernen.

8 große Erdbeeren zur Seite legen.

Den Rest klein schneiden und in einer Schüssel mit

100 g Puderzucker pürieren, mit 4-6 Eßl. Zitronensaft abschmecken.

### Anrichten:

Erdbeersoße in kleine Schälchen geben,

Quarknocken dazu geben.

Erdbeeren vierteln und um die Nocken legen