

Oster Menu

**Sellerie-Cremesuppe
Rotbarschfilets in Bier**

Dinkelkernotto gemischt mit Karotten und Zucchini und Fenchelsalat

Sellerie-Cremesuppe

250 g Sellerie
Saft von einer halben Zitrone
1 EL Butter
40 g Dinkelmehl
Salz, weißer Pfeffer, Bertram
1 l Gemüsebrühe
1 EL Sahne

Schneide den Sellerie in dünne Scheiben und koche ihn sofort in etwas Wasser mit Salz und Zitronensaft (damit er nicht braun wird). Dünste ihn weiter auf einer kleinen Flamme bis er weich wird. Pürieren. Bereite eine Sauce in der Bratpfanne mit Butter, Dinkelmehl und etwas von dem Sellerie-Wasser.

Füge die restliche Brühe hinzu und koche alles nochmal auf. Zum Schluss füge die Sahne und Gewürze hinzu.

Rotbarschfilets in Bier

Rotbarsch
50 g Zwiebelwürfel
1 Petersilienwurzel
1 Sellerie
1 Möhre
Saft und Schale von 1 Zitrone
1 Lorbeerblatt
Galgant, Bertram, Quendel Salz
1 Flasche Dinkelbier
1 Schuss Rotwein
100 g Honigkuchenbrösel etwas Butter und Rohrzucker

Rotbarsch ausnehmen, entgräten, filetieren. Zwiebelwürfel, Petersilienwurzel, Möhre, Sellerie, Zitronensaft und -schale, Lorbeerblatt, Gewürze und Salz sowie das Dinkelbier einkochen lassen.

Rotbarschfilets darin pochieren und warmstellen.

Den Fond mit einem Schuss Rotwein und den Honigkuchenbröseln einkochen und die Sauce mit Butter und Zucker mischen. Sauce über die Filets geben und mit Dinkelkernotto gemischt mit Karotten und Zucchini servieren.

Fenchelsalat

750 g Fenchelgemüse (kleinere Knollen)

1/8 l trockener Weißwein

1/2 l Wasser

Salz

1 TL Rohrzucker

1/2 Bund (glatte) Petersilie 3 EL Weinessig

4 EL Sonnenblumenöl Bertram

etwas schwarzer Pfeffer

Harte Stiele und Kraut von den Fenchelknollen entfernen, das Kraut aber aufheben.

Fenchel waschen und halbieren.

Wasser, Wein, Salz und Zucker aufkochen, Fenchel hineinlegen und halbweich garen lassen (zirka 15 Minuten).

Fenchel abtropfen und abkühlen lassen. Fenchelkraut und Petersilie klein hacken. Die halbierten Fenchelknollen jeweils in vier Streifen schneiden, auf eine tiefe Platte setzen und mit Essig, Öl, den zerkleinerten Kräutern, Pfeffer und Gewürzen anrichten.

Variation:

Man kann auch rohen Fenchelsalat bereiten, wofür man dann die einzelnen Fenchelknollen in sehr dünne, kleine Streifen schneidet und mit einer Salat-grundsauce (Zitronen- oder Essig- marinade) oder Joghurtsauce anrichtet. Das kleingehackte Fenchelkraut zum Garnieren benutzen. Eignet sich sehr gut für Fischgerichte.