

Rezepte «SRF bi de Lüt – Landfrauenküche 2014» Finale

Gericht zum Thema «Gerste» von Monika Bernhard

Gerstensuppe/Gersotto im Weckglas mit Gemüse und Fladenbrot

Für 4 Personen

Seehof-Gerstensuppe

- 3 l Wasser
- 60 g Gemüsebouillon
- 1 grosses Rüebli
- 1 Pfälzer Rüebli
- Geschmacksträger: 1/3 Stange Lauch
- evtl. 1 kleines Stück Sellerie
- 1 kleiner Fenchel
- 1-2 dl Bier (je nach Belieben)
- 80 g Rollgerste
- 3 dl Wasser
- Trockenfleischstreifen, frittiertes Rüblikraut, essbare Blumenblüten und geröstete Malzkörner zur Dekoration

Bouillon ansetzen und köcheln.

Alle Gemüse rüsten und waschen. Die Gemüseabschnitte der Gemüsebrühe begeben und weiterköcheln lassen. Gemüse in mundgerechte Stücke oder verschiedene Formen schneiden. In einem Pfännchen mit etwas Sud knapp weichkochen. Beiseite stellen.

Die Gerste im Wasser ca. 20 Minuten weichkochen, beiseite stellen.

Gemüsebouillon zuerst von den Gemüse-Abschnitten abpassieren. Bouillon zurück in die Pfanne geben und erwärmen.

Gekochte Gemüsestückli und gekochte Rollgerste in eine Pfanne geben, mischen, mit wenig Bouillon und ca. 1-2 dl Bier (je nach Belieben) kurz erwärmen und anschliessend die Flüssigkeit in die Gemüsebrühe abgiessen.

Anrichten

Vorgewärmte Suppenteller auslegen, ein quadratisches Förmchen (nicht zu klein) in den Teller legen und mit Rollgerste-Gemüsemasse satt einfüllen. Förmchen vorsichtig entfernen, sofort ausgarnieren mit kleingeschnittenen Trockenfleischstreifen, frittiertem Rüblikraut, essbaren Blumenblüten und gerösteten Malzkörnern.

In einem Krug die heisse Bouillon anrichten. Den fertig garnierten Suppenteller, zusammen mit dem Fladenbrot mit Rotkabis-Mousse (siehe unten) servieren und anschliessend das Gericht mit der heissen Bouillon angiessen.

Rotkabis Mousse

- 500 g gekochter Rotkabis
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Nussöl
- 1 EL gehackter Knoblauch
- 1 TL Zimt
- 1 TL Meersalz
- 1,5 dl Milch
- 1 Zitrone, Abrieb
- ½ TL Tabasco

Den gekochten Rotkabis aufkochen, die Gewürze und obige Zutaten begeben. Das Ganze nun mixen, probieren und ev. Nachwürzen (VORSICHT mit Tabasco). Mousse portionenweise in Schälchen anrichten. Das Mousse wird warm serviert.

Seehof Fladenbrot

- 350 g Halbweiss-Dinkelmehl
- 150 g Weissmehl
- 3 EL Olivenöl
- 1 ½ TL Meersalz
- 1 EL Zatar (Gewürzmischung)
- 1 EL Sesamsamen
- 1 TL Rapsöl
- 1 TL Fenchelsamen
- Ein wenig grobgehackte Baumnüsse
- 15 g Hefe
- 3 dl Wasser

Alle Zutaten nach und nach im Mehl einarbeiten, zu einem Teig kneten und kühl stellen. Teig in 20-30 g Stücke teilen, diese etwas flachdrücken, mit einer Gabel mehrere Male einstechen.

Fladenbrötchen auf Backmatte oder Backpapier legen und mit einem Tuch zugedeckt ca. 10-15 Minuten ruhen lassen. Fladenbrötchen im 180°C vorgewärmten Ofen backen. Brötchen noch warm mit der Gerstensuppe und dem Rotkabis-Mousse servieren.