Zeitschrift: Wohnen
Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger
Band: 73 (1998)
Heft: 3

Rubrik: Rezepte

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

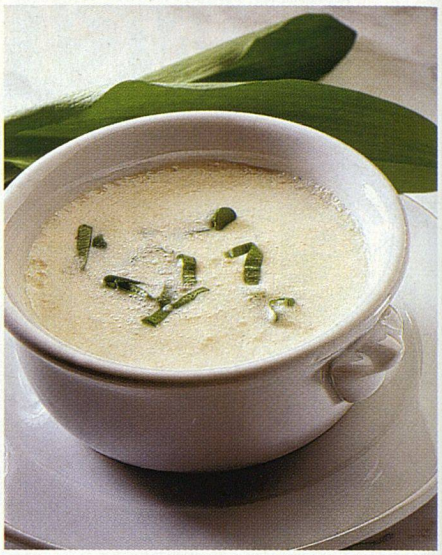
Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 18.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Leicht und fein in den Frühling



Alle Rezepte sind
für 4 Personen berechnet

Die vier Rezepte sind dem vom Zentralverband schweizerischer Milchproduzenten herausgegebenen «Rahmbuch» sowie der ZVSM-Broschüre «Leicht gekocht mit Rahm» entnommen.
Rezepte Rahmbuch: Peter Ritz,
Rezept Broschüre: Susanne Vögeli.
Das Kochbuch ist in Deutsch, Französisch und Italienisch für 25 Franken erhältlich beim ZVSM, Zentralverband schweizerischer Milchproduzenten,
Weststrasse 10, 3000 Bern 6,
Tel. 031-359 57 28,
Fax 031-359 58 55.

Fotos Suppe, Salat, Dessert:
Marie-Therese Furrer
Foto Frikassee: Fotostudio Trnka, Zürich

Radiesli-Salat

4 Bund Radieschen
1 säuerlicher Apfel
Saft einer halben Zitrone
einige knackige Kopfsalatblätter
5 Esslöffel Joghurt nature
2 Esslöffel saurer Halbrahm
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
wenig Meerrettich
1 Esslöffel feingehackter Dill
1 Prise Zucker

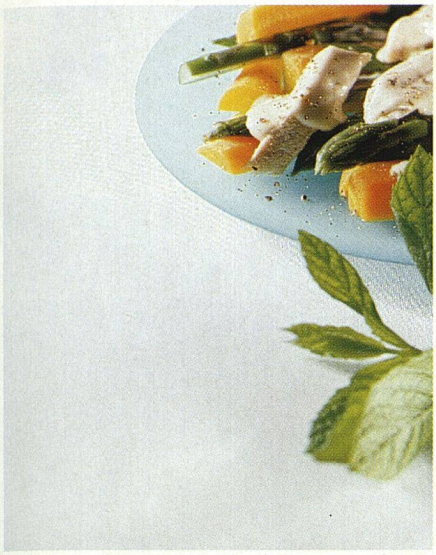
1. Radieschen waschen, Blattansatz wegschneiden, in feine Scheiben schneiden.
2. Apfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen, in Stückli schneiden und sofort mit Zitronensaft vermischen.
3. Portionenteller mit schönen Salatblättern auslegen.
4. Joghurt, sauren Halbrahm, Salz, Pfeffer, wenig Meerrettich, Dill und eine Prise Zucker zu einer Sauce verrühren.
5. Alles mischen und auf dem Kopfsalat anrichten.

Tip: Anstelle von Radieschen zarten Rettich verwenden.

Bärlauch-Schaumsuppe

1 Esslöffel Kochbutter
1 Esslöffel Mehl
1,2 l leichte Geflügelbouillon, möglichst hausgemacht, entfettet
1 grosser Bund frischer, zarter Bärlauch
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 dl Rahm

1. Die Kochbutter in einer Pfanne erwärmen.
2. Das Mehl dazugeben und kurz andämpfen; es darf keine Farbe annehmen.
3. Mit dem Schwingbesen die heisse Geflügelbouillon dazugeben und 10 Minuten unter Rühren kochen lassen.
4. Die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Den Bärlauch waschen, gut trockentupfen, in Streifen schneiden und unmittelbar vor dem Servieren unter die kochende Suppe rühren.
6. Den Rahm steif schlagen und die Suppe damit verfeinern. Sofort heiss servieren.



Pouletfrikassee mit Spargeln

300 g Pouletbrüstli
300 g Rüebli
500 g grüne Spargeln
2 dl Geflügelfond
1 Zweiglein Minze
3 Esslöffel Sherry
1 Becher Saucenrahm à 180 g
Salz, schwarzer Pfeffer

1. Pouletbrüstli auf ein Dampfsieb legen, etwa 20 Minuten garen, warmstellen.
2. Gemüse rüsten, kleinschneiden, auf dem Sieb knackig dämpfen, warmstellen.
3. Für die Sauce Geflügelfond und Minze mit Sherry aufkochen. Saucenrahm zugeben, nochmals aufkochen, Minze entfernen und würzen.
4. Pouletbrüstli in 1–2 cm grosse Stücke schneiden und in die Sauce geben.
5. Das Gemüse auf vorgewärmte Teller anrichten, das Frikassee verteilen und mit Pfeffer übermahlen.

Dazu schmecken Reis oder feine Nüdeli.

Rhabarberauflauf

600 g Rhabarber
1 dl Weisswein
5 Esslöffel Zucker
abgeriebene Schale einer halben Zitrone
150 Amaretti
1 Block Vanilleglace
2 Eier
1 Päckli Vanillezucker
1,5 dl Rahm

1. Rhabarber waschen, schälen, in Stückli schneiden. Mit Zitronenschale, zwei Esslöffeln Zucker und Weisswein knapp weich kochen. Erkalten lassen.
2. Amaretti zerkrümeln und die Hälfte davon in eine breite Gratinform – oder in Portionen-Soufflé-Förmchen verteilen.
3. Das Vanilleeis aus dem Tiefkühler nehmen, in Scheiben schneiden, in die Gratinform verteilen und die Gratinform sofort in den Tiefkühler geben.
4. Eier trennen, Eigelb mit zwei Esslöffeln Zucker und Vanillezucker sehr schaumig rühren.
5. Rahm steif schlagen und sorgfältig mit Eigelbcrème vermischen.
6. Eiweiss steif schlagen, dann den restlichen Zucker zugeben und so lange schlagen, bis eine weisse, glänzende und sehr dicke Masse entsteht.
7. Die Meringuemasse mit der Eigelbcrème und den restlichen Amarettikrümeln vermischen.
8. Gratinform aus dem Tiefkühler nehmen und das erkaltete Kompott darüber verteilen.
9. Den Amarettischaum darüber verteilen und im sehr heissen Backofen bei 280 Grad 3–4 Minuten überbräunen. Sofort servieren.