

BZ-OSTERENÜS

Starköche als Sparköche

Ein dreigängiges Ostermenü für vier Personen, das nicht mehr als 15 Franken pro Person kostet. Dies war die Hausaufgabe, die diese Zeitung drei bekannten Gourmetteams aus der Region Bern gestellt hat. Die Resultate sind verblüffend und beweisen: Unsere Gaumen brauchen trotz

Finanzkrise nicht zu darben. Der erste Dreigänger stammt von Urs Messerli. Der Gastronom wirtet mit seiner Mille-Sens-Gruppe unter anderem im Berner «Mille Sens» und ab 1. Mai im Kirchdorfer «Spycher». Das zweite Menü haben Michel Gygax und Monika Stöckli kreiert.

Sie wirten in den Könizer Lokalen «Le Beizli» und «Schloss». Unser drittes Ostermenü hat Markus Arnold zusammengestellt. Der erst 27-Jährige leitet seit Januar die Küche des Berner «Meridiano», des gastronomischen Flaggsschiffs des Kursaals Bern. **KATHARINA MERKLE**



Der umtriebige Urs Messerli zeigt seine Grünspargelsuppe und den witzigen Morchel-Lollipop im Berner «Mille Sens».

lits Andermatt

OSTERENÜM 1

Urs Messerli

Grünspargelsuppe

Heissrauchlachs auf
Kartoffel-Frühzwiebel-Salat
und Baconbits

Frühlingsdessert mit
Rhabarber-Gugelhopf
und Erdbeeren

OSTERENÜM 2

Michel Gygax/
Monika Stöckli

Löwenzahnsalat an
Haselnuss-Apfel-Vinaigrette

Gefüllte Pouletbrust
mit Bärlauch und Ricotta
Risotto mit Frühlingszwiebeln
Gebratener Radicchio rosso

Rhabarbermuffin

OSTERENÜM 3

Markus Arnold

Pochiertes Freiland-«Osterei»
auf jungem Blattspinat
mit Bärlauchsauce

Gebratenes Rotbarschfilet
mit Ruccolapesto auf
knuspriger Kartoffel-Rösti
und Cocobohnen-Mikado

Rhabarber-Vanille-Traum



Michel Gygax und Monika Stöckli zelebrieren den gastronomischen Frühling in ihrem neuen Restaurant Schloss Mitten in Köniz.

Urs Baumann

Urs Messerli: Frühlingshaft

Vorspeise: Grünspargelsuppe
Spargeln schälen, Spitzten im Salzwasser kurz kochen für Garnitur. Aus den Storzen und Schalen einen Fond herstellen. Gemüse feinblättrig schneiden. Bärlauch waschen, zupfen und fein schneiden, Gemüse in Butter andünsten. Spargelwürfel mitdünsten. Mit Mehl stäuben, etwas abkühlen lassen. Mit heissem Fond auffüllen und unter Rühren aufkochen. Unter gelegentlichem Abschäumen siedeln, bis alles weich ist. Mixen und durch feines Drahtspitzsieb passieren. Nochmals aufkochen und mit Rahm verfeinern. Abschmecken. Mit Bärlauch bestreuen.

Als Einlage Spargelspitzen und Morcheln oder separat als kleine Salatbeilage mit Olivenöl servieren. Eine witzige Beilage wäre ein Morchel-Lollipop (Rundes Kartoffelkrokett mit gehackten Morcheln auf Zahnstocher gesteckt).

Hauptgang: Heissrauchlachs auf Kartoffel-Frühzwiebel-Salat und Baconbits

Kartoffeln in gleichmässige Scheiben schneiden und dämpfen und vor dem Erkalten mit dem Sherryessig und dem Olivenöl beträufeln. Mit Salz, Senfkörnern und Pfeffer würzen. Den Speck in Würfel schneiden und knusprig anbraten. Das Fett vom Speck über die Kartoffeln giessen. Die Frühlingzwiebeln fein schneiden und in Eiswasser legen, ebenfalls die Radieschen. Sauerrahm mit wenig Limetten-

zeste mischen und abschmecken.

Die warmen, marinierten blauen und weissen Kartoffelscheiben abwechselnd anrichten.

Viel geschnittene und abgetropfte Frühlingzwiebeln und die Baconbits über die Kartoffeln geben. Anschliessend die übrig gebliebene Sauce von den Kartoffeln darüber träufeln. Garnieren mit Speck, Limetten Sauerrahm, Radieschen.

Dessert: Rhabarber-Gugelhopf und Erdbeeren

Rhabarbergout: Die Rhabarber im Kochfond kurz pochieren. Im Fond erkalten lassen und einen Teil in Stäbchen schneiden als Unterlage für das Rhabarber-Erdbeersorbet. Rhabarbersauce (Coulis): Rhabarberabschnitte mit dem Kochfond zusammen mixen und auf die nötige Konsistenz bringen (mit Hilfe des Kochfonds). Anrichten: Rhabarberkompott, Rhabarberküchlein leicht lauwarm anrichten, nach Belieben dekorieren mit Coulis und (eingekauftem) Erdbeersorbet. Rhabarberküchlein: Butter, Zucker, Vanillezucker schaumig rühren. Salz und Eier beigeben, verrühren. Mehl und Backpulver vermischen und beimischen. Wein dazu. Die aufgelöste Schokolade beigeben. Rhabarbergout befüllen, alles in gewünschte Formen abfüllen und bei 165° C im Ofen ausbacken.



Einkaufsliste

Grünspargelsuppe

- 40 g Butter
- 40 g Zwiebeln
- 40 g Lauch, gebleicht
- 450 g grüne Spargeln
- 10 g Weissmehl
- 1 l Gemüsefond
- 3 dl Vollrahm
- 5 g Bärlauch, frisch
- 60 g Morcheln

Heissrauchlachs auf Kartoffel-Frühzwiebel-Salat und Baconbits

- 480 g Heiss geräuchertes Lachsfilet (oder, allerdings teureres, Lammfilet)
- 80 g Speck, geräuchert
- 1,6 Bd Frühlingzwiebeln
- 120 g Kartoffeln (Schalenkartoffeln) gek. «Typ A»
- 1,2 dl Essig-Sherry
- 1 dl Olivenöl kaltgepresst
- 10 g Senfkörner
- 80 g Sauerrahmsauce
- 15 g Grobkörniger Senf
- 40 g Radieschen

Frühlingsdessert mit Rhabarber-Gugelhopf und Erdbeeren

- 320 g Rhabarber, frisch
- 280 g Kristallzucker
- 2 dl Wasser
- 1 dl Weisswein
- 62,5 g Butter
- 62,5 g Kristallzucker
- 0,3 g Vanillezucker
- 1 Ei, Klasse A
- 62,5 g Halbweissmehl
- 2,5 g Backpulver
- 31 ml Weisswein Chablis
- 12,5 g Schokolade weiss
- 50 g Rhabarber, frisch

Gygax/Stöckli: Bodenständig

Vorspeise: Löwenzahnsalat
Löwenzahn waschen, Wurzel wegschneiden, auf Teller nestförmig anrichten.

Haselnüsse in Bratpfanne rösten, auskühlen, zwischen den Händen reiben, um die Schale zu lösen. Geschälte Nüsse in einem Säcklein mit dem Wallholz zerleinern. Zwiebel hacken und Apfel in kleine Würfel schneiden.

Gehackte Zwiebel, Apfelstücke und Haselnüsse in ein Schüsselchen geben, Essig und Öl dazugeben, würzen, über den angeordneten Salat verteilen.

Hauptgang: gefüllte Pouletbrust

Pouletbrüste der Länge nach aufschneiden, sodass eine «Tasche» entsteht. Bärlauch fein hacken, etwas Olivenöl dazugeben, in die Pouletbrüste verteilen. Ricotta mit geriebener Zitronenschale, 2 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Ebenfalls in die Pouletbrüste verteilen. Darauf achten, dass die Füllung nicht herausquillt. In der Bratpfanne kurz anbraten, 15 Minuten bei 200° C im Ofen durchbraten.

Risotto
Gehackte Zwiebel im Öl anziehen, Reis dazugeben, kurz anziehen. Ablöschen mit 1 dl Weisswein und Bouillon. Würzen, unter Rühren al dente kochen, evtl. mehr Flüssigkeit zugeben.

Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, kurz mitkochen, abschmecken.

Radicchio

Ciccorino waschen, mit dem Storzen in Schmitze schneiden. Mit etwas Zucker bestreuen, im Öl kurz beidseitig braten.

Dessert: Rhabarbermuffin

Rhabarber rüsten und in kleine Würfel schneiden. Weiche Butter und Zucker verrühren, Eier dazugeben, zu einer homogenen Masse verrühren. Mehl, Nüsse und Backpulver dazugeben, verrühren, Rhabarberstücke daruntermischen. In kleine Formchen abfüllen und im Muffinblech bei 180° C etwa 25 Minuten backen.

Einkaufsliste

Löwenzahnsalat

- 2 Storzen Löwenzahn
- 1/2 Apfel
- 50 g Haselnüsse
- 1/4 Zwiebel
- Balsamico-Essig

Gefüllte Pouletbrust

- 4 Pouletbrüste
- 6 Blätter Bärlauch
- 1 EL Olivenöl
- 100 g Ricotta
- 1 Zitrone

Risotto

- 2 Tassen Risotto
- 1/2 Zwiebel
- Weisser Kochwein
- Bouillon
- 2 Stängel Frühlingzwiebel

2 Stk Radicchio rosso

Rhabarbermuffin

- 4 Rhabarberstängel
- 100 g Butter
- 150 g Zucker
- 6 Eier
- 300 g Mehl
- 100 g gemahlene Haselnüsse
- 1 EL Backpulver

