

Menuplan für eine Lagerwoche im Schnee

	1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag
Frühstück		Brot Butter, Konfitüre Müesli Saft, Tee, Kakao Milch	Brot Butter, Konfitüre Müesli Saft, Tee, Kakao Milch	Brot Butter, Konfitüre Müesli Saft, Tee, Kakao Milch	Brot Butter, Konfitüre Müesli Saft, Tee, Kakao Milch
Mittagessen		Brot Schinken, Käse Gekochte Eier, Gurken Schokolade, Müesliriegel Früchte, Karotten Tee	Brot Landjäger, Käse Gekochte Eier, Gurken Nusstorte, Müesliriegel Früchte, Karotten Tee	Brot Aufschnitt, Käse Gekochte Eier, Gurken Schokolade, Müesliriegel Früchte, Karotten Tee	Brot Schinken, Aufschnitt, Käse Gekochte Eier, Gurken Bananencake, Müesliriegel, Schokolade Früchte, Karotten Tee
Abendessen	Zuckerhutsalat mit Rüebli und Cranberries Rindgehacktes mit Hörnli (oder Stock) Linzerschnitte	Blattsalat mit Croutons Nasi Goreng Asiatische Reispfanne mit Poulet und Gemüse Ananassalat mit Vanilleglace	Eisbergsalat mit 1000 Islands Salatsauce Paniertes Trutenschnitzel Bratkartoffeln Glasierte Karotten Fruchtsalat	Bataviasalat Blätterteigpastetchen mit Brätkügeli Risi bisi Caramel Köpfl	

Zuckerhutsalat mit Rüeblü und Cranberries

Zutaten für 10 Personen

600 g Zuckerhutsalat
200 g Karotten
80 g Cranberries getrocknet
3 dl Italienische Salatsauce

Zubereitung

- Rüeblü schälen und in Julienne schneiden.
- Zuckerhutsalat rüsten, waschen und anrichten.
- Die Rüeblüstreifen und die Cranberries und auf den Salat geben.
- 3 dl Italienische Salatsauce.

Rindgehacktes mit Hörnli

Zutaten für 10 Personen

1.3 kg	Gehacktes Rindfleisch «Gehacktes gemischt»
50 g	Erdnussöl
300 g	Zwiebeln
7 g	Knoblauchpaste (10 g = 1 Zehe)
55 g	Weissmehl
0.7 x	Abschmecken (Salz, Pfeffer)
1 St	Lorbeerblatt (Stück)
20 g	Gemüsebouillon
1.3 l	Wasser
1.2 kg	Hörnli mittel
20 g	Butter
10 g	Salz + Pfeffer
200 g	Reibkäse

Zubereitung

- Gehacktes anbraten, und nicht Kochbraten!
- Zwiebel dazugeben, mit Mehl stäuben, anschliessend mit Bouillon auffüllen.
- Mit Salz, Pfeffer, Lorbeer, würzen.
- Kochzeit ca. 1 Stunde.
- Die Hörnli nach der angegebenen Kochzeit vorkochen, buttern, würzen und warm stellen.
- Reibkäse dazu servieren.

Linzerteig

Zutaten für 1 kg

170 g	Haselnüsse gemahlen
330 g	Weissmehl
10 g	Backpulver
0.7 g	Zimt, gemahlen
100 g	Vollei aufgeschlagen
200 g	Griesszucker
200 g	Butter
0.7 g	Salz + Pfeffer
3 ml	Rum Jamaika
330 g	Himbeermarmelade, backfest

Vorbereitung

- Gemahlene Haselnüsse im Ofen leicht rösten und auskühlen lassen.
- Mehl mit Backpulver und Zimt sieben.
- Butter aus dem Kühlschrank nehmen und in Würfel schneiden.

Zubereitung

- Eier mit Zucker schaumig rühren.
- Butter, Salz und Rum zufügen und durcharbeiten.
- Mehl beifügen und nur solange kneten, bis alle Zutaten gut vermischt sind.
- Vor der Weiterverarbeitung kühl stellen.
- Als Dessert, Portionen zu 75g.

Linzer Torte

Zutaten für 2 Stücke

1 kg	Linzerteig
400 g	Himbeermarmelade, backfest
1 St	Eier

Vorbereitung

- Eier zum Bestreichen aufschlagen.
- Himbeermarmelade leicht erwärmen und glatt rühren.

Zubereitung

- Die Hälfte des Linzerteigs auf 5 mm Dicke ausrollen.
- 2 Böden ausstechen und auf ein Backblech absetzen, stupfen und mit passendem Ring umlegen.
- Die Marmelade auf dem Boden verteilen, dabei einen Rand von 2 cm Breite frei halten.
- Den Rand mit Ei bestreichen.
- Einen Teil Linzerteig auf 3 mm ausrollen, davon Streifen von 10 mm schneiden.
- Die Streifen gitterförmig auf die Marmelade setzen.
- Aus restlichem Teig eine Rolle formen und diese rundherum auf den Kuchenrand legen.
- Den Rand mit Gabel einkerben und mit Ei bestreichen.
- Bei 220° C backen.
- Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Blat Salat mit Croutons

Zutaten für 10 Personen

250 g	Lollosalat
250 g	Batavia Salat
10 g	Ciccorino Rosso
2.5 dl	Französische Salatsauce
0.1 kg	Croutons nature

Zubereitung

- Rüsten, waschen, anrichten.
- Mit Croutons garnieren.

Nasi Goreng

Zutaten für 10 Personen

200 g	Vollei aufgeschlagen
1.2 kg	Pouletbrüstchen, ohne Haut, 2x geschneuzelt grob (5mm)
500 g	Frühlingszwiebeln (4mm)
330 g	Peperoni rot
250 g	Lauch (4mm)
15 g	Peperoncini rot, frisch (2mm)
5 g	Knoblauchpaste (10 g = 1 Zehe)
1.3 kg	Reis
1.25 dl	Erdnussöl

Zubereitung

- Vollei im Kipper vorbraten mit dem Schwingbesen zerreißen.
- Das Fleisch vorbraten.
- Den Reis vorkochen gut ölen und warmstellen.
- Das Gemüse in die Bratpfanne geben, kurz anbraten mit dem Rest der Zutaten.
- Wichtig das Gemüse soll knackig bleiben.
- Abschmecken mit Sambal, Koriander, Tamarinde oder Zitronensaft.
- Mögliche Garnituren: Krupuk, geröstete Kokosflocken, geröstete, gehackte Erdnüsse.

Ananassalat mit Vanilleglace

Zutaten für 10 Personen

1.4 kg Ananas
90 g Weinbeeren
1.8 dl Orangensaft
6 dl Vanille Standard Glace

- Ananas rüsten und in gleichmässige Stücke schneiden.
- Mit den Weinbeeren und dem Orangensaft mischen.
- Ca. 1 Stunde ziehen lassen.
- Den Ananassalat anrichten und mit der Vanilleglace garnieren.

Eisbergsalat mit 1000 Island Salatsauce

Zutaten für 10 Personen

3 St Eisbergsalat
3 dl 1000 Island Salatsauce

Zubereitung

- Kerne im Blech bei 180°C 10 Minuten rösten und abkühlen lassen.
- Eisbergsalat rüsten, waschen und anrichten mit den gemischten Kernen garnieren.

1000 Islands Salatsauce

Zutaten für 1 Liter

4 dl Wasser
12 g Mais-/Kartoffelstärke
10 g Gemüsebouillon
330 g Mayonnaise à la française
35 g Tomatenpüree
35 g Zucker
0.2 St Peperoni farbig
35 g Zwiebeln
20 g Senf
3 g Knoblauchpaste (10 g = 1 Zehe)
15 g Essiggurken (Konserve), abg.
3 g Aromat

Zubereitung

- Wasser mit Bouillon aufkochen mit Kartoffel-/Maisstärke abbinden.
- Die geschälten Peperoni mit den Essiggurken zusammen cuttern.
- Rest dazugeben und zu einer homogenen Sauce verarbeiten.
- Abschmecken.

Paniertes Trutenschnitzel

Zutaten für 10 Personen

1.3 kg	Trutenbrustschnitzel frisch
10 g	Salz + Pfeffer
50 g	Weissmehl
2 St	Eier
250 g	Paniermehl
300 g	Bratbutter
100 g	Butter
2 St	Zitrone

Vorbereitung

- Die Schnitzel leicht klopfen.
- Eier aufschlagen.
- Zitronen in Schnitze schneiden.

Zubereitung

- Schnitzel würzen, im Mehl wenden und gut abklopfen.
- Zuerst im Ei, anschliessend im Panierbrot wenden und nur leicht andrücken.
- In der Bratbutter halbschwimmend sautieren.
- Anrichten, mit wenig schäumend-heisser Butter übergiessen und mit Zitronenschnitz garnieren.

Bratkartoffeln

Zutaten für 10 Personen

2 kg	Kartoffeln
20 g	Salz + Pfeffer
1 dl	Erdnussöl
1 x	Abschmecken (Salz, Pfeffer)

Vorbereitung

- Möglichst grosse Kartoffeln auswählen.
- Kartoffeln waschen, schälen und rüsten.
- In gleichmässige Schnitze schneiden.

Zubereitung

- Ölen und salzen auf ein Backblech geben.
- Bei 200°C im Ofen backen min 30 Minuten, eventuell nachsalzen.

Bemerkung

Auch kleine, geschälte und im Ganzen gebratene Frühkartoffeln können auf die gleiche Art zubereitet als Bratkartoffeln aufgeführt werden.

Glasierte Karotten

Zutaten für 10 Personen

1.2 kg	Karotten
20 g	Butter
20 g	Griesszucker
2 cl	Wasser
8 g	Salz + Pfeffer
3 g	Aromat

Vorbereitung

- Karotten waschen, schälen und tournieren oder in Stäbchen schneiden.
- Eventuell blanchieren.

Zubereitung

- Sauteuse ausbuttern.
- Karotten und Zucker zufügen.
- Leicht andünsten.
- Soviel Wasser zugeben, dass die Karotten knapp bedeckt sind.
- Würzen und zudecken Knapp weichgaren, dann den Deckel entfernen.
- Flüssigkeit sirupartig einkochen und das Gemüse durch Schwingen überglänzen.

Fruchtsalat

Zutaten für 10 Personen

210 g	Apfel Golden
210 g	Birnen
280 g	Orangen
240 g	Bananen
170 g	Ananas
210 g	Pfirsich gelbe
240 g	Erdbeeren, frisch
5 dl	Zuckersirup (Läuterzucker)
1 dl	Zitronensaft

Zubereitung

- Früchte je nach Sorte schälen, entkernen und in feine Scheiben schneiden oder filetieren (Orangen).
- Mit Zuckersirup und Zitronensaft marinieren und kühl stellen.
- Kurz vor dem Servieren die Erdbeeren dazu geben.

Bemerkung

- Je nach Saison andere Früchte, resp. Beeren auswählen.
- Nach Belieben mit Kirsch oder Maraschino parfümieren.
- Halbgeschlagener Rahm separat dazu servieren.

Bataviasalat

Zutaten für 10 Personen

1 kg Batavia Salat
3 dl Französische Salatsauce

Zubereitung

- Bataviasalat rüsten, waschen, schleudern.
- Anrichten.

Französische Salatsauce

Zutaten für 1 Liter

10 g Senf mild
6 g Salz + Pfeffer
1 g Pfeffer weiss, gemahlen
2.8 dl Weissweinessig
2.8 dl Rapsöl
3.3 dl Wasser
20 g Mais- / Kartoffelstärke
15 g Aromat
25 g Gemüsebouillon
170 g Mayonnaise «à la française»
5 g Knoblauchpaste (10 g = 1 Zehe)

Zubereitung

- Wasser mit Bouillon aufkochen.
- Mit Mais- / Kartoffelstärke abbinden.
- Gewürze begeben, Essig, Öl und Mayonnaise kurz darunter mixen.
- Pro Person ca. 30g.

Blätterteigpastetchen mit Brätkügeli

Zutaten für 10 Personen

800 g	Brätkügeli
20 St	Blätterteigpastetchen, klein
190 g	Champignons, frisch
25 g	Schalotten
60 g	Butter
70 g	Weissmehl
1 l	Hühnerbouillon
1 dl	Kochwein weiss
2 dl	Sauerrahm 15%
1 x	Abschmecken (Salz, Pfeffer)

Zubereitung

- Schalotten in Butter andünsten, Pilze begeben und mitdünsten, stäuben (mehlen).
- Mit Weisswein ablöschen, mit Hühnerbouillon auffüllen 10 Minuten kochen lassen.
- Mit Sauerrahm verfeinern, Brätkügeli begeben und 10 Minuten ziehen lassen.
- In den vorgewärmten Pastetchen servieren.

Risi Bisi

Zutaten für 10 Personen

1.1 kg	Siam-Patna Reis
3.5 l	Wasser
40 g	Salz + Pfeffer
50 g	Butter
500 g	Erbsen

Zubereitung

- Wasser mit Salz aufkochen.
- Reis begeben und 10 bis 12 Minuten springend sieden.
- 1 Minute vor Ende der Garzeit die gefrorenen Erbsen dazugeben.
- Abschütten und gut abtropfen lassen.
- Butterflocken drauf geben und abschmecken.

Karamell-Köpfli

Zutaten für 10 Personen

170 g	Zucker «karamellisiert»
130 g	Zucker
7 dl	Milch
290 g	Vollei aufgeschlagen
0.3 St	Vanilleschoten

Zubereitung

- Mit dem ersten Zucker, Karamell von dickflüssiger Konsistenz im kalten Zustand ungefähr wie unser Honig herstellen, in die Kokotten abfüllen.
- Wichtig: Probe machen, da sich der Zucker über Nacht sonst nicht auflöst und in den Kokotten bleibt. Ohne Karamell wird es ein Vanille-Köpfli.
- Milch, Zucker und Vanilleschoten erwärmen.
- Vollei dazu geben und abfüllen.
- Mit Folie zudecken, 20 min Dampf 1/2 Ventilator 90°C pochieren.
- Kerntemperatur 82°C, verschiedene Kokotten kontrollieren.
- Hausgebrauch für 10 Personen Puddingpulver für Karamellköpfli.