

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Pastinaken mit Rohschinken****Kochstelle: 1**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1.8 kg	Je nach Erntemöglichkeit: Pastinaken (oder Kerbel- bzw. Petersilienwurzeln)		
10	Scheiben Rohschinken		
35	Scheiben Stangensellerie		
75 g	Butter		
	Salz, Pfeffer		
	glatte Petersilie, gezupft		

**Zubereitung**

Pastinaken waschen

Pastinaken in feine Scheiben schneiden

In den beiden Hochrandbratpfannen die Butter schmelzen

Pastinaken zugeben und 10 Min. unter wenden mit Deckel weich garen

Rohschinken in 2 cm Blätter schneiden und mit dem geschnittenen Stangensellerie zugeben. Nochmals kurz weitergaren ohne Deckel

Mit Salz, Pfeffer abschmecken und mit gezupfter Petersilie ausgarnieren und servieren

**Zubereitungszeit: 20 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Gefüllte Patissons****Kochstelle: 1**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
24	Mini Patissons		Salz, Pfeffer
500 g	Ricotta (Züger)	2 dl	Gemüse-Bouillon
800 g	Tomaten		
40 g	Paniermehl		
30 g	Hartkäse gerieben		
2 EL	Baumnusskernen		
60 g	Korinthen		
2 El	Schnittlauch		
2	Knoblauchzehen		
4 EL	Öl		

**Zubereitung**

Tomaten einschneiden und im kochenden Wasser kurz aufkochen. Sofort abkühlen

Tomaten schälen, entkernen und in Würfel schneiden

Patisson Deckel abschneiden mit Pariserlöffel (Kugelausstecher) aushöhlen

Alle anderen Zutaten mit einander vermischen und in die Öffnung füllen

Mit dem Deckel wieder verschliessen

Patisson in die Pfanne setzen und mit Bouillon aufgiessen

Mit Deckel etwa 15 Min. weichdämpfen

**Zubereitungszeit: 35 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Kartoffelstock****Kochstelle: 2**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
3 kg	Kartoffeln, mehlig kochend, geschält, geviertelt		
	Salz für Kochwasser		
4-5 dl	Milch, heiss		
100 g	Butter, in Stücken		
	Muskat, gerieben		

**Zubereitung**

Kartoffeln in leicht gesalzenem Wasser bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. weich kochen.

Wasser abgiessen.

Kartoffeln mit Kartoffelstampfer zerstoßen.

Unter Rühren mit der Kelle, nach und nach, Milch und Butter zugeben.

bis Kartoffelstock locker von der Kelle fällt.

Mit Reibe Muskatnuss darüber reiben.


**Zubereitungszeit: 40 Min.****Bemerkungen**

Mehlig kochende Kartoffelsorten:  
Agria, Bintje, Challenger, Concordia, Desirée, Laura, Marabel, Laura, Victoria

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Arenenberger Stew****Kochstelle: 2**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
2 kg	Lammvoressen (Schulter), in ca. 3 cm grosse Stücke geschnitten		Salz, Pfeffer
6 EL	Rapsöl	6-7	grosse Kartoffeln, in 1.5 cm Würfel geschnitten
3	Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten	2-3	grosse Kartoffeln, geraffelt (zum Binden der Sosse)
4	Knoblauchzehen, grob gehackt	3-4 EL	Petersilie
400 g	Rüebli, in 1 cm Würfel geschnitten		
1	Weisskohl, vierteln und 1.5 cm breite Streifen schneiden.		
1.5 l	Rindsbouillon		
4 Prisen	Kümmel, gemahlen		
4 Prisen	Thymian		
	Muskat, nach Gutdünken		

**Zubereitung**

Öl in grossem Bratopf erhitzen

Fleisch auf mittlerer Stufe gut anbraten

Gehackte Zwiebeln und Knoblauch, Rüebli, Sellerie, Weisskohl und Lauch beifügen und mitbraten

Mit Bouillon ablöschen

Mit Kümmel, Thymian, Muskat, Salz und Pfeffer würzen

Auf kleiner Stufe ca. 1 Stunde kochen lassen

Die Kartoffelwürfel dazugeben und 15 Minuten weiter kochen lassen

Die 2-3 grossen Kartoffeln raffeln, zugeben und unterrühren

Deckel aufsetzen und die Pfanne zur Seite stellen

Mit gehackter Petersilie garnieren, abschmecken

**Zubereitungszeit: 1 Std. 45 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Gerstenrisotto****Kochstelle: 3**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1 kg	Rollgerste		
6 EL	Rapsöl		
2 -3 dl	Macardo Single Malt		
2 l	Gemüse-Bouillon		
100 g	Butter, in Stücken		

**Zubereitung**

Rollgerste im heissen Rapsöl anziehen

Vorsichtig portionenweise mit Whisky Ablöschen und eindampfen lassen

Gemüse-Bouillon angiessen und die Gerste damit knapp bedecken

Auf mittlerer Flamme Bouillon einkochen lassen

Dann Bouillon nachgiessen

Prozedur mehrere Male wiederholen bis die Gerste weich ist (bissfest).

Butterstücke unterühren

**Zubereitungszeit: ca. 30 Min.****Bemerkungen**

Macardo Single Malt > Destillerie [www.marcado.ch](http://www.marcado.ch) > 8514 Strohwillen

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Eintopf mit Saisongemüse****Kochstelle: 3**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
2 dl	Rapsöl	1	kleiner Kabis, in 8-10 Teile geschnitten
2	Zwiebeln, gehackt	500 g	grüne Bohnen
2 EL	Tomatenmark	2.5 l	Gemüse-Bouillon
3-4	Koblauchzehen, in Scheiben geschnitten		
1	Chilischote mittelscharf, klein geschnitten		
2	Lorbeerblätter, ganz		
4	Rüebli, an der Röstiraffel gerieben		
500 g	Kartoffeln, geschält, in ½-1 cm Würfel geschnitten		
300 g	Lauch, in 2-3 cm Stücke geschnitten		
500 g	Kürbis, in 3-4 cm Stücke geschnitten		

**Zubereitung**

Öl erwärmen

Zwiebeln, Knoblauch, Chilischote, Lorbeerblätter und Tomatenmark im Öl anziehen

Rüebli, Kartoffeln, Lauch und Kürbis begeben und auf mittlerer Hitze mitziehen. Rühren!

Mit Gemüse-Bouillon ablöschen

Tomaten und Bohnen begeben

Alles kurz aufkochen

Mit Salz und Pfeffer würzen

Auf kleiner Stufe köcheln bis die Bohnen gar sind

**Zubereitungszeit: 1 Std. 30 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Lauwarmer Bohnensalat****Kochstelle: 4**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1.5 kg	grüne Bohnen		
4-5	Stängel Bohnenkraut		
	<b>Salatsosse</b>		
4 dl	Sonnenblumenöl		
1 dl	Weinessig		
2-3	rote Zwiebeln, fein gewürfelt		
½ Tl	Zucker		
	Salz		

**Zubereitung**

Ca. 2 dl Wasser in Topf giessen und zum Kochen bringen. Bohnen mit Bohnenkraut in Topf geben und mit Deckel bei mittlerer Stufe ca. 15-20 Minuten bissfest garen

Währendessen Salatsauce fertig stellen

Öl, Weinessig und Zucker in Schüssel geben. Gut mischen

Zwiebeln dazugeben. Alles gut rühren. Event. Öl und/oder Weinessig nach giessen.

Die Bohnen abgiessen, Bohnenkraut entfernen, und zur Sosse in die Schüssel geben. Alles gut untermischen.

Mit Salz würzen und abschmecken.

Schüssel bedecken und den Bohnensalat ziehen lassen.

**Zubereitungszeit: ca. 30 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Lammeintopf mit Saisongemüse****Kochstelle: 4**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
3-4 dl	Rapsöl	3	Auberginen, längs geviertelt, in 5 mm Scheiben geschnitten
1.5 kg	Lammfleisch (Schulter), in ca. 2 cm grosse Würfel geschnitten	1	Weisskohl, Blätter davon auslösen
3	Zwiebeln	5	mittelgrosse Kartoffeln, längs geviertelt, in 5 mm Scheiben geschnitten
4	Lorbeerblätter	2 Bund	frischer Dill, grob gehackt
3 KL	Kreuzkümmel, ganz	2 Bund	frischer Koriander, grob gehackt
	Salz, Pfeffer	2 Bund	frische Petersilie, grob gehackt
6	Zwiebeln, geschält, geviertelt, in feine Scheiben geschnitten	8	Knoblauchzehen, gepresst
300 g	Rüebli	2	Chilischoten, entkernt, fein gehackt
4	rote Paprikaschoten, halbiert, entkernt, in ganz feine Streifen geschnitten		
1 kg	frische Tomaten, halbiert, in 5 mm Scheiben geschnitten		

**Zubereitung**

Öl in grossen Bratopf erhitzen

Fleisch und gehackte Zwiebeln zugeben und auf mittlerer Stufe anbraten.  
Topf vom Rechaud nehmen

Lorbeerblätter, Kreuzkümmel zugeben

Mit Salz und Pfeffer würzen

Fortwährend die Zwiebelscheiben, Rüebelscheiben, Paprikaschotenstreifen, Tomaten- und Auberginenscheiben auf das Fleisch schichten

Mit der Hälfte der Weisskohlblätter das Ganze abdecken

Die Kartoffelscheiben darauf legen

Die gehackten Kräuter, die gepressten Knoblauchzehen und Chilischoten darauf verteilen

Mit den restlichen Weisskohlblättern abschliessen und den Topf möglichst dicht zudecken

Zuerst stark erhitzen bis sich die bildende Flüssigkeit hörbar aufkocht, dann auf kleinster Stufe ca. 1½ Std. gar kochen. Die Lammstücke müssen weich sein.

**Zubereitungszeit: ca. 2 Std****Bemerkungen**

Als weitere Zutaten können dem Gericht auch feine Apfelscheiben und/oder dünn geschnittene Quittenschnitze beigegeben werden.

Variation der Gemüse je nach Saison oder Angebot!



**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Schwarze Linsen an Tomatensauce****Kochstelle: 5**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
750 g	Linsen-Beluga		
8	Tomaten		
6 EL	Rapsöl		
	Salz, Pfeffer		
4 EL	Balsamico		
40 g	Rucola		

**Zubereitung**

Tomaten waschen und oben ein Kreuz einschneiden. Kurz in das heisse Wasser geben bis die Haut aufspringt

Sofort im kalten Wasser abschrecken

Tomaten schälen, entkernen und in Würfel schneiden

Linsen im Wasser knapp weich garen

Abschütten ins Sieb

Tomaten im Rapsöl dämpfen

Abschmecken mit Salz und Pfeffer

Linsen zugeben und mit Balsamico verfeinern bis es ein leichtes Ragout gibt

Mit Rucola ausgarnieren

**Zubereitungszeit: 35 Min.****Bemerkungen**

«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

## Kalbsmilken an Aceto Balsamico

Kochstelle: 5

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1.5 kg	Milken (Kalbsbries), etwas salzen		
2 EL	Weissweinessig		
200 g	Gemüseabschnitte		
60 g	Mehl		
80 g	Butter		
1 dl	Aceto Balsamico Rosso		
10 g	Kräuter gemischt		

### Zubereitung

Das Kalbsbries vor der Zubereitung wässern

2 Liter Wasser in einen Topf mit Essig und Gemüse zum Kochen bringen

Gewässerte Milken zugeben und 15 Minuten ziehen lassen

Milken aus dem Topf nehmen und in einzelne Segemente zerteilen

Häutchen und Äderchen entfernen

Die Milken im Mehl wenden und gut abklopfen

Butter bei mittlerer Hitze schmelzen und Milken dazugeben. 5-6 Minuten schonend anbraten

Leicht salzen und beiseite legen

Bratensatz mit Aceto Balsamico ablöschen und leicht einkochen

Milken hinzugeben und kurz darin wenden

Mit Kräutern fertigstellen

**Zubereitungszeit: 40 Min.**

### Bemerkungen

Milken = Kalbsbries. Das Bries ist ein Organ des lymphatischen Systems von Wirbeltieren und somit Teil des Immunsystems. Es befindet sich bei Säugetieren kopfwärts des Herzens im Mittelfell hinter dem Brustbein und beim Kalb auch über den gesamten Hals hinweg. Mit dem Eintritt in die Geschlechtsreife bildet sich das Bries zurück.  
Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Thymus>

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Gemüserisotto****Kochstelle: 6**

<b>Menge</b>	<b>Zutaten</b> (für 8-10 Personen)	<b>Menge</b>	<b>Zutaten</b>
½ dl	Rapsöl	600 g	Saisongemüsewürfel, 1 cm gewürfelt
150 g	Zwiebeln, fein gehackt		
10 g	Knoblauch		
600 g	Risottoreis		
1.8 l	Gemüsebouillon		
1	Lorbeerblatt		
1	Nelke		
1.5 dl	Arenenberger Weisswein		
50 g	Butter		
100 g	Hartkäse		

**Zubereitung**

Zwiebeln und Knoblauch rüsten, fein hacken und im Öl andünsten

Reis dazugeben und kurz mitdünsten

Mit etwas Bouillon ablöschen. Lorbeerblatt und Nelke dazugeben

Nach und nach Bouillon aufgiessen. 17-20 Minuten langsam sieden. Des Öfteren umrühren

Das Gemüse begeben und weich kochen

Weisswein, Butter, Käse sorgfältig darunterziehen und abschmecken

**Zubereitungszeit: 35 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Ratatouille auf Arenenbergerbrot mit Heumilchkäse****Kochstelle: 6**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1 dl	Rapsöl	12	Scheiben Heumilchkäse
150 g	Zwiebeln, fein gehackt		
10 g	Knoblauch, fein gehackt		
600 g	Gemischte Peperoni, in Würfel geschnitten		
500 g	Auberginen, in Würfel geschnitten		
500 g	Zucchini, in Würfel geschnitten		
	Salz, Pfeffer		
	Thymian, Majoran, Basilikum, fein gehackt		
300 g	Tomaten, gewürfelt		
12	Scheiben Brot, geröstet		

**Zubereitung**

Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken

Peperoni waschen, rüsten und in Würfel schneiden

Auberginen und Zucchini waschen, rüsten und Würfel schneiden

Zwiebel, Knoblauch und Peperoni im Öl gut andünsten

Auberginen und Zucchini begeben

Würzen und mit Zugabe von wenig Flüssigkeit weich dünsten (wenig nötig mit Deckel)

Kurz vor Ende der Kochzeit, Tomaten und Basilikum begeben

Auf geröstete Brotscheiben verteilen mit Beilage je einer Käsescheibe

**Zubereitungszeit: 45 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Tagliatelle (Butternudeln)****Kochstelle: 7**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1 kg	hausgemachte Tagliatelle		
150 g	Butter, in Stücken		
1 Bund	Basilikum, Blätter klein gezupft		
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle		

**Zubereitung**

Tagliatelle in grossem Kochtopf in leicht gesalzenem Kochwasser ca. 5 Min bissfest kochen > al dente

Kochwasser abseihen

Im Kochtopf einen Teil der Butter anschmelzen

Die Tagliatelle zugeben und gut durchmischen

Portionenweise auf Teller geben

Jeweils ein Stück Butter zugeben

Mit Pfeffer aus der Mühle würzen

Mit Basilikumblätter garnieren

**Zubereitungszeit: 30 Min.****Bemerkungen**

Die Butter verhindert das Zusammenkleben der Nudeln.

«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

## Arenenberger Bolognese

Kochstelle: 7

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1.5 kg	Lammfleisch (Bauchlappen, Wadenbein), mit Messer sehr klein schneiden	1	Chilischote, fein gehackt
300 g	Weisser Speck (Pancetta), in kleine Stücke geschnitten		Salz, Pfeffer
1	grosse Zwiebel, fein gehackt		
2-3	Rüebli, fein gehackt		
3-4	Stängel Stangensellerie, fein gehackt		
800 g	frische Tomaten, in grobe Würfel geschnitten		
3 dl	trockener Weisswein (Müller Thurgau)		
5 dl	Gemüsebouillon, vorbereiten		
150 g	Butter		
2	Lorbeerblätter		

### Zubereitung

Speck, Zwiebeln, Rüebli und Stangensellerie in Butter anschwitzen

Hackfleisch zu geben und bei grosser Flamme unter ständigem Rühren anbraten

Weisswein begeben und vollständig einkochen lassen

Tomaten und Gemüsebouillon (mit wenig beginnen ca. 2 dl) hinzufügen. Je nach Konsistenz der Sauce mehr Bouillon nachgiessen.

Lorbeerblätter und Chilischote begeben

Alles bei schwacher Flamme mit Deckel ca. 1½ Stunden köcheln.

Erst jetzt nach Gusto mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken

**Zubereitungszeit: 2 Std.**

### Bemerkungen

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Eingelegte rote Zwiebeln mit Fellenberger Zwetschgen****Kochstelle: 8**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
500 g	Rote Zwiebeln		
½	Chilischote		
je 2	Zweige Thymian und Rosmarin		
6 Stk.	Zerdrückte Wacholderbeeren		
70 g	Zucker		
1 Prise	Salz		
2.5 dl	Süssmost		
5 EL	Balsamico Essig		
5 EL	Apfel Balsamico		
250 g	Zwetschgen		

**Zubereitung**

Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden

Chilischote reinigen und in Ringe schneiden

Gewürze in ein Stoffsäcklein und mit Küchengarn verschnüren

Zwetschgen in 1 cm Würfel schneiden

Zucker in einer grossen Pfanne karamellisieren

Zwiebel und Gewürze begeben und mit dem Karamell verrühren. Salzen

Mit den Flüssigkeiten ablöschen und 20 Minuten mit Deckel kochen

Während der letzten 5 Minuten die Zwetschgen begeben und ohne Deckel auf dickflüssige Konsistenz einkochen

**Zubereitungszeit: 40 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Kartoffelgnocchi mit frischen Kräutern****Kochstelle: 8**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1.2 kg	Kartoffeln (Agate)		
3	Eier (Dotter und Eiweiss)		
	Salz, Pfeffer, Muskat		
200 g	Weissmehl		
20 g	Kräuter, fein gehackt		
80 g	Butter		

**Zubereitung**

Die gekochten Schalenkartoffeln heiss schälen, trocknen und passieren

Eier daruntermischen, abschmecken, Masse abkühlen lassen

Mehl unter die kühle Masse kneten

Mit der Masse Stangen formen

Mit dem Messer gleichmässige Nocken schneiden

Nussgrosse Kugeln formen

Über eine Gabel ins kochende Wasser geben

5 Minuten ziehen lassen, zum Abtropfen ein Sieb geben

Kurz in heisser Butter schwenken

Mit frischen gehackten Kräutern abschmecken

**Zubereitungszeit: 60 Min.****Bemerkungen**

Kräuter z.B.: Basilikum, Schnittlauch, Petersilie, Salbei, Zitronenmelisse, Majoran



**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Stielmangold pur****Kochstelle: 9**

<b>Menge</b>	<b>Zutaten (für 8-10 Personen)</b>	<b>Menge</b>	<b>Zutaten</b>
2 kg	Stielmangold		
4-5	Knoblauchzehen, in feine Scheiben geschnitten		
1-2 dl	Rapsöl zum Anbraten		
	Salz		
	Pfeffer, aus der Mühle		

**Zubereitung**

Das Grün der Mangoldblätter mit dem Messer von den Stielen trennen > beiseite legen

Stiele in 2 cm breite Stücke schneiden

Das Grün der Blätter in feine Streifen schneiden

Öl in Bratpfanne erhitzen

Die Knoblauchscheiben begeben

Sobald diese Farbe annehmen, Stiel und Blattgrün hinzufügen

Mit Deckel während ca. 10 Min. scharf anbraten. Dabei ab und zu Deckel heben und die Stiele und das Grün wenden

Mit Salz und Pfeffer würzen

**Zubereitungszeit: ca. 45 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Arenenberger Rebberg Lamm-Hackkugeln****Kochstelle: 9**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
1.5 kg	Lammfleisch (Bauchlappen/Wadenbein) mit Messer sehr klein schneiden	2	Eier, roh
	Das folgendes Gemüse sehr fein schneiden	2 dl	Rapsöl
2-3	Lauchstängel		
3-4	Knoblauchzehen		
2-3	Rüebli		
¼	Sellerieknolle		
2 EL	Rosmarinnadeln, frisch		
2 EL	Thymianblätter, frisch		
1	Pfefferschote, entkernt		

**Zubereitung**

Das feingeschnittene Lammfleisch in eine Schüssel geben

Gemüse, Kräuter und zwei Eier hinzufügen

Mit Salz und Pfeffer würzen

Alles knetend gut durchmischen

Die Masse mit den Handflächen zu Kugeln formen (Ø ca. 4 cm)

Öl in Bratpfanne erhitzen

Die Kugeln während ca. 5-7 Minuten beidseitig anbraten

Hackfleischkugeln herausnehmen und warmstellen

**Zubereitungszeit: 1 Std. 15 Min.****Bemerkungen**

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Tomatenbrotsalat mit Quinoa****Kochstelle: 10**

Menge	Zutaten (für 8-10 Personen)	Menge	Zutaten
500 g	altbackenes Brot (Weissbrot)	16 EL	Rapsöl
2	Salatgurken	4 EL	Basilikum gehackt
2	Gelbe Peperoni		Salz, Pfeffer
6	Schalotten		
600 g	Cherry Tomaten		
500 g	Rohschinken		
100 g	Quinoa		
3	Knoblauchzehen		
10 EL	Apfelessig		
3 EL	Honig		

**Zubereitung**

Das Brot in 2 cm Würfel schneiden

Brotwürfel in der Teflonpfanne leicht anrösten

Die Salatgurke gestreift abschälen

Salatgurke vierteln und in Würfel schneiden

Peperoni entkernen und feine Würfel schneiden

Für die Sosse alle Zutaten mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Quinoa 20 Minuten in gesalzenem Wasser kochen

Alle Zutaten bis auf den Schinken in einer Schüssel mischen und 5 Minuten ziehen lassen

Den Schinken anrichten und mit grobem Pfeffer bestreuen

Salat anrichten und mit Basilikum garnieren

**Zubereitungszeit: 35 Min.****Bemerkungen**

Das Quinoakorn muss nach der Kochzeit leicht aufspringen.  
Das an der Kochaktion verwendete Quinoa wird in Wäldi TG (Toni Seeholzer) angebaut.

**«eigenundmittendrin» · Orangerie Arenenberg · Salenstein · 14. September 2019 · 14-18 Uhr**

Eine Kochaktion nach einer Idee von Max Bottini, Künstler, im Zusammengehen mit Arenenberger MitarbeiterInnen aus Hotellerie, Gastronomie, Küche und Garten.

**Felchenfilet in Butter gebraten mit Vinaigrette****Kochstelle: 10**

<b>Menge</b>	<b>Zutaten</b> (für 8-10 Personen)	<b>Menge</b>	<b>Zutaten</b>
240 g	Gemüsewürfel, gar gekocht (blanchiert)		
6 EL	Zitronensaft		
2 TL	Meerrettich-Senf		
4 Stk.	Schalotten, fein gehackt		
10 EL	Rapsöl		
6 EL	Glatte Petesilie, gehackt		
	Salz, Pfeffer		
12 Stk.	Felchefilet à 50 g		
	Zitronensaft zum Beträufeln		
50 g	Butter, Salz, Pfeffer		

**Zubereitung**

Gekochte Gemüsewürfel (Rüebli, Sellerie, Lauch, Fenchel) mit übrigen Zutaten mischen (ohne Fisch)

Felchenfilet marinieren mit Zitronensaft

Fischportionen in Butter anbraten

Gemüsevinaigrette auf Teller mit Hilfe eines Ausstechers oder Löffels anrichten

Den gebratenen Fisch dazugeben

**Zubereitungszeit: 50 Min.****Bemerkungen**