

Randen Carpaccio

Melanzane mit Hackbällchen und Couscous

Angaben für 4 Person



Randen Carpaccio



Carpaccio Dressing und Garnitur



Grosse rohe Randen (ca. 350 g) schälen, in hauchdünne Scheiben hobeln.
In einer grossen Bratpfanne mit gut $\frac{1}{2}$ cm Bouillonwasser 7 Min köcheln
Die warmen Scheiben kreisförmig auf grosse flache Teller anrichten
Mit dem Salatdressing ca. 30 Min marinieren

4-5 EL Randenwasser
2-3 EL Sweet Chilli Sauce
1 EL Kikoman Sauce
1 KL Hoisin Sauce
mit Pfeffer, Salatkräutern etc. würzen, auf Randenbeet verteilen

Parmesan und 1 grossen braunen Champignon hauchdünn hobeln und auf Randen garnieren.

oder: je nach Gusto kann anstelle von Champignon und Parmesan Saumon fumée mit Papaya Fruchtfleisch und deren Körner als Garnitur genommen werden.

Couscous

400 ml Bouillonwasser mit 1 EL Olivenöl zum Siedepunkt bringen, Herdplatte auf 1 stellen

200 g Couscous dazugeben, bei geschlossenem Deckel ca. 10 – 12 Min. ziehen lassen, mit Gabel lockern

Nach Gusto kann der Couscous mit fein gehackten, getrockneten Tomaten oder Pesto verfeinert werden

Melanzane

Ofen auf 200° Umluft, Unterhitze vorheizen

Auberginen beim Türken- oder im Asia-Laden erhältlich



6-7 dunkle Thai Auberginen in ca. 5mm dicke Scheiben schneiden, beidseitig salzen, ca. 15 Min ziehen lassen. Mit Haushaltspapier das «aqua amaro» trocken tupfen. Schuppenartig in Gratinform schichten. Mit dem Sugo übergießen und Parmesan Haube darauf verteilen
20-25 Min in der unteren Backofenhälfte backen

Sugo

1 mittlere Dose Pellati in der Pfanne mit Oregano, gehacktem Rosmarin, etwas Bouillon, Pfeffer, Paprika würzen, 1-2 EL Tomatenpurée dazugeben, kurz aufkochen (falls der Sugo zu dickflüssig wird, mit etwas Tomatenjus verdünnen. (Sugo dickt im Ofen nach)

Hackbällchen



600 g Hackfleisch würzen, in kleine Bällchen formen
In Bratpfanne knusprig braten, warm stellen. Nach Wunsch Im Bratfonds einen Jus zubereiten

