MÄNNERKOCHGRUPPE

Seniorebrügg
Langenthal und Umgebung

MENÜ
35. Kochtag, 01. Okt. 2026

Thema:

«Wild auf Wild»

Apéro

Glas Weisswein
Wildfleisch-Apéro-Häppli

Vorspeise

Herbstsalat mit Eierschwämmli
und Trauben

Hauptgang

Rehgeschnetzeltes mit Rotkraut
und Nudeln

Dessert

Sauser-Zwetschgen mit Waffeln
Kaffee

Getränke

Sauser und Wasser

Menüzusammenstellung / Leitung: Benu

MÄNNERKOCHGRUPPE

Seniorebrügg
Langenthal und Umgebung

Fotos 35. Kochtag

Wüudfleisch Apéro-Plättli

bim Salat garniere

Reh-Gschnätzlets abrote mit intressierte Chochgruppekollege

Dessär i Reih und Glied

offebar isch es guet!

ou dr Abwasch mues sy…

Fotos und Text: Benu Widmer

Apéro: Glas Weisswein + Hirsch-Tockenfleisch und Wildschwein-Perlen

Glas Weisswein:

zum Beispiel:

ein Glas St. Saphorin

Apéro:

Für ca 10 Personen (Kleinapéro)

Zutaten:

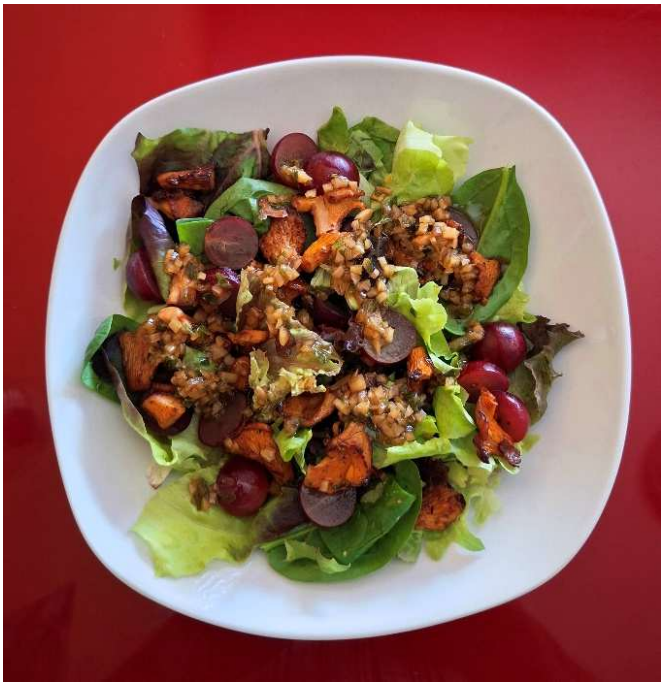
50 gr Hirsch-Trockenfleisch
80 gr Wildschwein-Perlen
Parisettbrot-Scheiben

Papier-Quadrate ca. 10x10 cm

So geht's:

Das Hirsch-Trockenfleisch und die Wildschwein-Perlen auf ein mit Papier-Quadrate belegtes kleines Teller verteilen. 1 Scheibe Parisettbrot dazu reichen. Eventuell mit Zwiebelringen, Früchten od. Oliven dekorieren.

Herbstsalat mit Eierschwämmli und Trauben



Zutaten:

Für 8-10 Personen als Vorspeise:

1 Stk mittlere Schalotten od. Zwiebel
5 EL Apfelessig
6 EL Olivenöl
1 EL Sojasauce oder dunklen Balsamico
1 EL Zitronensaft
Salz
Pfeffer
180-200 gr Eierschwämmli
3 EL Butter
200 gr. rote Trauben
300 gr gemischter Blattsalat

Optional: Salatkerne-Mix für die Garnitur

So geht's:

Schalotten hacken. Mit Essig, Oel und Zitronensaft verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pilze putzen, rüsten und je nach Grösse halbieren / vierteln.

Butter in einer Bratpfanne erhitzen. Pilze dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 2-3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Trauben halbieren. Salat mit Pilzen und Trauben anrichten. Mit Dressing beträufeln. Optional mit Salatkernen-Mix bestreuen.

Reh-Geschnetzeltes mit Rotkraut und Nudeln

Zutaten:

Für 8-10 Personen:

Rotkraut:

ca. 900 gr Rotkraut
1 mittlere Zwiebel

1 EL Butter
1 TL Salz
1.5 dl Rotwein
1 dl Gemüsebouillon
2-3 EL Apfelessig
1 Lorbeerblatt
2-3 EL Konfitüre (Himbeere od. Johannisbeere-Gelee)
etwas Pfeffer

So geht's:

Kabis vierteln, Strunk entfernen, in ca. 2 mm dicke Streifen schneiden oder hobeln. Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden.

Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel andämpfen. Kabis kurz mitdämpfen, salzen. Wein und Bouillon dazu giessen, aufkochen. Essig und Lorbeer beigeben, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 1 Std weich köcheln. Konfitüre beigeben, würzen.

Zutaten:

Reh-Geschnetzeltes:

250 gr Pilze (frisch od. getrocknet) (z.B. Steinpilze oder Kräuterseitlinge)
1 mittlere Zwiebel

Bratbutter zum Braten

1.3-1.5 kg geschn. Rehfleisch (à la Minute) od. Schnitzelfleisch
1 TL Salz, wenig Pfeffer (od. Fleischgewürz-Mischung)

1 dl Cognac
6 dl Saucen-Halbrahm
0.5 TL Salz
wenig Pfeffer

Zwiebel schälen, fein hacken. Pilze in Scheiben schneiden. Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch portionenweise je ca. 1-2 Min. braten, herausnehmen, würzen. Evtl. wenig Bratbutter beigeben.

Zwiebel andämpfen, Pilze ca. 5 Min. mitdämpfen. Cognac und Rahm dazugiessen, aufkochen, ca. 2 Min. köcheln. Fleisch wieder beigeben, nur noch heiss werden lassen, mit dem Rotkraut anrichten

Zutaten:

Für 8-10 Personen als Beilage:

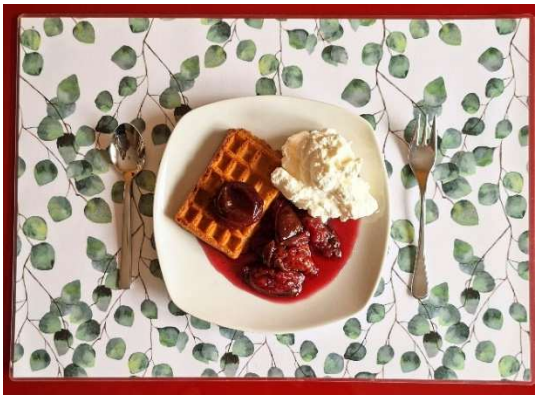
Nudeln:

500 gr Nudeln (ev. Fettuccine od. Andere)
5 LT gut gesalzenes kochendes Wasser

So geht's:

Die Nudeln in das kochende, gesalzene Wasser geben, solange kochen, bis die Nudeln al dente sind.
Mit den anderen Gerichten auf Teller anrichten.

Sauser-Zwetschgen mit Waffeln



Zutaten:

für 4-5 Personen als normales Dessert
für 8-10 Personen als kleines Dessert

600 gr Zwetschgen
2 Vanilleschote
100 gr Zucker
4 dl Sauser oder Traubensaft
1 Zimtstangen
4 dl Schlagrahm
8-10 Dinkelwaffeln (fertig gekauft)
1 Zitrone

So geht's:

Zwetschgen entsteinen, vierteln. Vanilleschote längs halbieren, Mark herauskratzen. Zucker in einer Pfanne karamellisieren, mit Sauser ablöschen. Zwetschgen, Vanilleschote und -mark sowie Zimtstangen dazugeben. Alles ca. 10 Minuten bei kleiner Hitze einköcheln lassen. Inzwischen Rahm steif schlagen. Waffeln toasten (im Backofen, 120 Grad Warmluft, max. 2 Minuten) mit Rahm und Sauser-Zwetschgen anrichten. Zitronenschale fein darüber reiben und servieren.