



30 g Butter
30 g Mehl
4 dl heisse Hühnerbouillon
 (aus Würfeln)
1 Esslöffel Zitronensaft
100 g Greyerzer, gerieben
50 g Sbrinz, gerieben
weisser Pfeffer
1 Schuss Calvados (nach
Belieben)
1 Kästchen Kresse, gehackt
1/2-1 dl Rahm
1-2 fertige Grillpoulets
 (total ca. 1,2 kg)
1 Dose grüne
Spargelspitzen

POULET-TOPF

(4 Personen)

Butter in einer Pfanne schmelzen, Mehl zufügen und kurz dünsten, ohne Farbe annehmen zu lassen. Unter Rühren mit der Hühnerbouillon ablöschen, Zitronensaft zufügen und 5 Minuten köcheln lassen. Greyerzer und Sbrinz darin schmelzen und mit Pfeffer und Calvados würzen. Kresse und Rahm zufügen und gut erhitzen. Poulets enthäuten, zerlegen und zusammen mit den Spargelspitzen in der Sauce erhitzen.

Tip:

Anstatt mit Spargelspitzen schmeckt dieser Eintopf auch sehr gut mit Gemüseresten oder Gemüsen aus der Dose.



GEFÜLLTER FENCHEL (4 Personen)

4 grosse Fenchel
Füllung:
1 1/2 dl Fleischbouillon
 (aus Würfeln)
120 g Schinken, in Würfel
geschnitten
50 g Appenzeller, gerieben
1 Eiweiss
Butter für die Form
50 g Appenzeller, gerieben

Fenchel rüsten, die Stiele nicht zu sehr kürzen und die 2-3 äussersten, schönen Blätter sorgfältig ablösen. Diese Blätter in viel Salzwasser knackig kochen. In der Zwischenzeit das restliche Fenchelfleisch in kleine Würfel schneiden. Fenchelgrün beiseite legen. Für die Füllung die Fenchelwürfel in der Bouillon knapp garkochen (die Flüssigkeit sollte vollkommen eingekocht sein), etwas abkühlen lassen und mit Schinken, Appenzeller und Eiweiss vermischen. Fenchelgrün hacken und unter die Masse ziehen. Die Fenchelschalen mit der Masse füllen und in eine ausgebutterte Gratinform stellen. Restliche Füllung um die Fenchel verteilen und mit dem Appenzeller überstreuen. Im vorgeheizten Ofen (220 °C) ca. 15 Minuten backen.

Tip:

Wenn man dieses Gericht kalt servieren möchte, ändert man die Füllung wie folgt: Die gedünsteten Fenchelwürfel abkühlen lassen, mit Schinken und gewürztem Doppelrahm-Frischkäse vermischen und in die Fenchel-Schalen füllen.