


Zu Tisch im Lyon | ARTE

 arte.tv/de/articles/cuisine-des-terroirs-lyon-0

Die Rezepte der Sendung

Rinderpansen mit süßsaurer Soße

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

4 Portionen

Der Tablier de Sapeur bekam seinen Namen vom Marschall de Castellan, dem Stadtkommandanten von Lyon unter Napoleon III.

Er hatte seine Militärlaufbahn als Pionier angefangen und liebte Innereien.

Die äußere Ähnlichkeit zwischen den Lederschürzen der Pioniere (Sapeurs) und den Rinderpansenstücken gab dem Gericht seinen Namen.

Tipp: Am besten schmecken die Tablier de Sapeur mit Bratkartoffeln.

Zutaten

- 800 g Rinderpansen
- 750 ml Weisswein
- 5 ml Weissweinessig
- Senf
- Salz
- Pfeffer
- Semmelbrösel zum Panieren
- 3 Eier
- 100 g Mehl
- 300 ml Sonnenblumenöl
- Öl und Butter zum Anbraten

Für die Sauce

- 2 Schalotten
- 8 Cornichons
- 30 g frische krausblättrige Petersilie
- 30 ml Weinessig
- 2 gekochte Eier
- 60 ml Olivenöl
- 30 g Senf

Zubereitung

Wenn der Fleischer die Pansen nicht vorgekocht hat, müssen die Pansen erst 12 Stunden im Wasser kochen.

Die Pansen in 200 g schwere Stücke schneiden.

Die Stücke mit Senf beschmieren und 24 Stunden in Weißweinessig, Weißwein, Salz und Pfeffer marinieren.

Pansen abtropfen lassen.

Eier mit Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer mischen.

Die Pansenstücke mit Mehl, Eiermischung und Semmelbrösel panieren.

Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pansenstücke goldbraun braten.

Gribiche Soße

Schalotten abziehen und in kleine Würfel schneiden.

Cornichons ebenfalls würfeln.

Weinessig, Olivenöl und Senf miteinander vermischen.

Schalotten und Cornichons dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Senf abschmecken.

Petersilie unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und kleinhacken.

Gekochte Eier klein schneiden und mit der Petersilie vorsichtig unterheben.



Rinderpansen mit süßsaurer Soße

Distelauflauf

Zubereitungszeit: ca. 120 Minuten

6 Portionen

Disteln sind ein fast vergessenes Gemüse, vermutlich schon im 16. Jhdt. aus einer wilden Artischockenform herausgezüchtet.

Disteln werden auch Kardy oder Karden, Cardons oder spanische Artischocke genannt.

Im November und Dezember wird das in schwarze Folie gewickelte Gemüse geerntet.

Dieser Lichtschutz verleiht dem Gemüse seine weiße Farbe.

Tipp: Damit die lichtempfindliche Distel nicht bräunlich wird, müssen die geschnittenen Stücke in einem Gefäß mit Zitronenwasser eingelegt werden. Disteln kann man auch fertig in Dosen kaufen.

Zutaten

- 4000 g Disteln (Kardy)
- 3 g Thymian
- 3 Lorbeerblätter
- Salz
- Pfeffer
- 200 g Beaufort-Käse oder anderer Hartkäse, gerieben
- 4 Markknochen
- 2 Zitronen

Für die Bechamelsoße

- 50 g Butter
- 50 g Mehl
- 500 ml Knochenmarkbrühe
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Den Strunk der Disteln abschneiden, die Blätter entfernen und die Fäden ziehen (Vergleichbar mit Rhabarber). 4 cm große Stücke schneiden.

Zitronen auspressen.

Damit die Stücke nicht bräunlich werden, müssen sie sofort in einen Topf mit Zitronenwasser gelegt werden.

Die Disteln im Zitronenwasser salzen und zum Kochen bringen.

Nach etwa 30-40 Minuten sind die Disteln gar.

Die Disteln abgießen und die Markknochen gründlich waschen.

Wasser in einem Topf erhitzen und die Markknochen mit Lorbeerblättern und Thymian aufkochen.

Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 30 Minuten köcheln lassen.

Die Markknochen herausnehmen, die Brühe aufbewahren.

Für die Bechamelsauce

Butter in einem Topf schmelzen.

Mehl einrühren und bei niedriger Temperatur anschwitzen.

Nach und nach die Brühe eingießen, dabei ständig weiter rühren, damit keine Klümpchen entstehen.

Wenn eine dickliche Masse entstanden ist, den Topf vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Einen Markknochen in die Mitte der eingefetteten Gratinform setzen und die Distelstücke darum verteilen.

Die Béchamelsauce darauf verteilen.

Aus den restlichen Markknochen mit einem spitzen Messer das Knochenmark auslösen und auf dem Gratin verteilen.

Mit geriebenem Käse bestreuen und auf der mittleren Schiene des Backofens bei 200 Grad Umluft (220 Grad Ober-/Unterhitze) etwa 30 Minuten gratinieren.



Distelauflauf

Kuttelwurst-Auflauf

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

4 Portionen

Die Kuttelwurst, Andouillette auf Französisch, mag Menschen, die sie noch nie probiert haben etwas verunsichern.

Dieser Kuttelwurst-Auflauf ist ein perfektes Rezept um den eigenen Geschmack von Kuttelwurst zu verfeinern.

Für Kuttelwurstliebhaber ist das Rezept eine leckere Variante.

Tipp: Am besten schmeckt das Rezept mit der Kuttelwurst vom Rind.

Zutaten

- 1 Lauchstange
- 2 Schalotten
- 2 Kuttelwürste
- 50 g Butter
- 15 ml Bier
- 120 ml Schlagsahne
- 30 g Semmelbrösel
- 20 g mittelscharfer Senf
- 3 g Oregano
- Pfeffer
- Salz

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad Umluft (200 Grad Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Die Schalotten abziehen und in kleine Würfel schneiden.

Lauch waschen und in Ringe schneiden.

Kuttelwurst ebenfalls kleinschneiden.

Die Butter in einer Pfanne schmelzen und die Schalotten andünsten bis sie glasig sind.

Lauchringe und Kuttelwurst dazugeben und ca. 5 Minuten mitdünsten.

Mit Bier ablöschen und die Sahne untermischen.

Mit Salz, Pfeffer und Senf abschmecken.

Alle Zutaten in eine gefettete Auflaufform geben und mit Semmelbrösel bestreuen.

Auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten im Ofen backen.



Kuttelwurst-Auflauf

Rote Tarte

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

6 Portionen

“Pralines” sind in Frankreich traditionell Mandeln, die mit Zucker ummantelt werden.

In Lyon werden sie mit rosarotem Zucker gefärbt.

Die Pralines werden in Lyon auch in Brioches de Saint-Genix verwendet.

Die Rote Tarte ist trotz der zuckerreichen Mandeln ein eher leichtes Dessert.

Tipp: Am besten schmeckt die Tarte, wenn sie ca. 30 Minuten vor dem Servieren aus dem Kühlschrank geholt wird.

Zutaten

Für den Mürbeteig

- 200 g Mehl
- 50 g Zucker
- Salz
- 1 Eigelb
- 120 g kalte Butter

Für den Belag

- 60 g Crème fraîche
- 500 g Rote gebrannte Mandeln
- 25 g Butter

Zubereitung

Für den Teig alle Zutaten miteinander verkneten bis der Teig geschmeidig ist.

In Folie wickeln und 30 Minuten kalt stellen. Backofen vorheizen.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen.

Die Form einfetten und mit dem Teig auslegen.

Einen kleinen Rand bilden.

Den Teig mehrmals mit einer Gabel einstechen und bei 180 Grad Umluft (200 Grad Ober-/Unterhitze) 30 Minuten backen.

In der Zwischenzeit die gerösteten Mandeln in einem Mörser zerdrücken.

Die Mandeln mit Crème fraîche in einen Topf geben, ca. 5 Minuten erhitzen und die Butter einrühren.

Das Karamell auf der Tarte verteilen und über Nacht in den Kühlschrank stellen, damit das Karamell fest wird.



Rote Tarte