



Linsensalat mit Speck und Sbrinzrollen

orspeise für 4 Personen

150 g	grüne Linsen
4 dl	Wasser
1	Schalotte
70 g	Bratspeck
½	Mango
2 EL	Nussöl
3 EL	Aceto balsamico bianco
	Salz, Pfeffer
50 g	Rucola
100 g	Sbrinzrollen

1. Linsen im Wasser zugedeckt ca. 20 Minuten weich kochen. Schalotte hacken. Speck in 1 cm breite Streifen schneiden. In einer beschichteten Bratpfanne ohne Fettzugabe Speck und Schalotte ca. 2 Minuten dünsten. Mango vom Stein schneiden. Fruchtfleisch in 5 mm grosse Würfelchen schneiden. Linsen mit Speck und Mango mischen.

2. Öl und Essig dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rucola und Linsen anrichten. Mit Sbrinzrollen belegen.

Zubereitung ca. 15 Minuten
+ ca. 20 Minuten kochen
Pro Person ca. 21 g Eiweiss, 20 g Fett, 26 g Kohlenhydrate, 1550 kJ/370 kcal



Sbrinz gehobelt
100 g, Fr. 4.70



Fleischkäse mit Gemüse

Hauptgericht für 4 Personen
Für 1 Form à 1,5 l

300 g	Gemüse, z. B. Karotten, Stangensellerie
2 EL	Rapsöl
600 g	Kalbsbrät
1 dl	Rahm
1	Ei
1 TL	Zimt

1. Gemüse in ca. 2 mm grosse Würfelchen schneiden. Im Öl ca. 2 Minuten dünsten. Kalbsbrät, Gemüse, Rahm, Ei und Zimt gut verkneten. Form mit Backpapier auslegen. Fleischmasse in die Form füllen. 1 Stunde kühl stellen.

2. Backofen auf 160 °C vorheizen. Fleischmasse in der unteren Hälfte des Ofens ca. 50 Minuten backen.

TIPP Dazu passen Senf und Brot.

Zubereitung ca. 15 Minuten
+ 1 Stunde kühl stellen
+ ca. 50 Minuten backen
Pro Person ca. 20 g Eiweiss, 56 g Fett, 4 g Kohlenhydrate, 2500 kJ/600 kcal

Denners Weinempfehlung



Fendant de Sion AOC
2009, 70 cl
Helles Gelb. Duftet nach reifen exotischen Früchten und frischem Brot. Im Körper filigran mit einer ausgeprägten Aromatik. Im Finale leicht mineralisch.

- Chasselas
- Apéro (Antipasti, Tapas), Hartkäse, Charcuterie, Fondue, Raclette
- Wallis, Schweiz
- 1–2 Jahre
- 10–12 °C

7.75



Conti Neri Ripasso della Valpolicella Classico DOC
2008, 75 cl
Purpurrot. Süsslicher Duft erinnert an Amarenakirschen und Rosenblätter. Voller Körper mit intensiver Fruchtsüsse und runden Tanninen.

- • Silber Diplom Expovina
  • 17 Punkte Weinseller
- Corvina, Rondinella, Molinara
- Helles Fleisch, rotes Fleisch, Risotto, würziger, reifer Käse
- Venetien, Italien
- 2–5 Jahre
- 16–18 °C

10.95



Clos de l'Oratoire Châteauneuf-du-Pape AOC
2008, 75 cl
Tiefes Rubinrot. Vielschichtig in der Nase, duftet intensiv nach Beeren, begleitet von würzigen Noten. Breit und strukturiert im Gaumen, mit runden Tanninen.

- • 86–88 Punkte Robert Parker
  • 18 Punkte Weinseller
- Grenache, Syrah, Cinsault, Mourvèdre
- Rotes Fleisch (Rind, Lamm, Wild, Ente), würziger, reifer Käse, Eintopf
- Châteauneuf-du-Pape, Frankreich
- 2–7 Jahre
- 16–18 °C

28.95

Jetzt den Wein-Newsletter abonnieren unter: www.denner.ch/wein

DENNER
Der Weinkeller der Schweiz