

# Saucen Mengenberechnung: 4 Personen

## 1 | Zutaten Apfel-Senf-Sauce

- 1-2 Frühlingszwiebeln
- 1 säuerlicher Apfel
- 3 EL Rapsöl
- 1 TL Zucker
- 2 TL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Apfelessig
- 1 EL süsser Senf

## Zubereitung

Frühlingszwiebeln waschen und mit dem knackigen Grün in feine Ringe schneiden.

1. Apfel schälen, vierteln und klein würfeln.
2. 1 EL Öl erhitzen, den Apfel darin andünsten.
3. Mit dem Zucker bestreuen und bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten braten. Masse mit Zitronensaft ablöschen, salzen und pfeffern.
4. Übriges Öl mit Essig und Senf verrühren. Zwiebelringe und Apfel untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## 2 | Zutaten Hollandaise-Sauce:

- 1 Zwiebel
- 150 g Butter
- 1 dl Weisswein
- 3 Eier
- 1 TL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

## Zubereitung

1. Zwiebeln schälen und fein hacken
2. Butter klären (Butter bei kleiner Hitze so lange erwärmen, bis sich am Pfannenboden ein milchig weisser Satz bildet. Butter etwas abkühlen lassen.
3. Zwiebeln und Pfeffer zum Wein geben und die Flüssigkeit bei starker Hitze auf die Hälfte einkochen lassen (Reduktion).
4. Eier an einem Schüsselrand aufschlagen und Eigelb vom Eiweiss trennen.
5. Reduktion durch ein Sieb in eine Chromstahlschüssel giessen.
6. Für das Wasserbad, Wasser in einer Pfanne erhitzen. Über dem heissen Wasserbad Eigelb und Sud zu einer schaumigen Creme aufschlagen.
7. Warme Butter in einem regelmässigen feinen Strahl dazu rühren. Darauf achten, dass der Bodensatz der geklärten Butter in der Pfanne bleibt.
8. Sauce mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Sauce bis zum Anrichten warmhalten.

## 3 | Zutaten:

### Petersilien-Basilikum-Sauce

- 2 Scheiben Toastbrot
- Je 1 Bund Petersilie und Basilikum
- 2 Sardellenfilet in Öl (nach Belieben)
- 2 EL Kapern
- 2 Knoblauchzehen
- ½ Bio-Zitrone
- 50 ml Öl
- Salz, Pfeffer

## Zubereitung

1. Tost in lauwarmem Wasser einweichen. Kräuter waschen trockenschütteln, fein hacken.
2. Sardellenfilet nach Belieben und die Kapern sehr fein zerkleinern.
3. Knoblauch schälen und durch die Presse drücken
4. Zitronenhälfte heiss waschen, Schale fein abreiben, Saft auspressen.
5. Das Brot ausdrücken, mit Sardellen, Kapern, Kräutern und Knoblauch mit Pürierstab fein zerkleinern.
6. Zitronenschale, 1 EL Zitronensaft und das Öl unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.