

## Menüvorschlag typischer Gerichte aus der Region Nouvelle-Aquitaine

### Salade périgourdine – Salat nach Périgord Art

#### ➤ Typische Vorspeise aus der Region Nouvelle-Aquitaine

##### Zutaten für 6 Personen :

- 6 Kartoffeln
- 150 g grüne Bohnen
- 1 Friséesalat
- 4 EL Walnussöl
- 1 EL Weinessig
- ½ TL Senf
- Salz und Pfeffer
- 3 Scheiben geräucherter Speck
- 12 Muskelmägen vom Huhn oder geräucherte Entenbrust
- 50 g Pinienkerne



##### Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen, waschen, in Viertelstücke schneiden und für ca. 20 Minuten kochen.

Die grünen Bohnen spülen, die Stiele entfernen und schon mal halbieren. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Bohnen ca. 15 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit den Salat schneiden, waschen und trocken schleudern.

Das Salatdressing mischen, indem das Walnussöl mit dem Essig, dem Senf, Salz und Pfeffer ordentlich verrührt wird.

Nun wird der Salat mit den Kartoffeln und den grünen Bohnen auf die gewünschte Anzahl der Teller verteilt und mit dem Dressing übergossen.

Die Speckscheiben in Streifen schneiden und in einer erhitzten Pfanne anbraten. Es empfiehlt sich, den angebratenen Speck durch ein Sieb abtropfen zu lassen und dann erst auf dem Salat zu platzieren.

Die Bratfanne mit Küchenpapier trocken wischen. Die Hühnermägen entfetten oder die Entenbrust in Scheiben schneiden und in der noch heißen Pfanne 5 Minuten bei schwacher Hitze erwärmen.

Auf die Teller verteilen, mit Pinienkernen bestreuen und warm servieren.

# Menüvorschlag typischer Gerichte aus der Region Nouvelle-Aquitaine

## Potée limousine – Eintopf nach Limousin Art

### ➤ Typisches Hauptgericht aus der Region Nouvelle-Aquitaine

#### Zutaten für 6 Personen

- 500 g Schälrippchen vom Schwein
- 500 g Schweinelende halb gepökelt
- 250 g frischer Speck
- 1 Kohlkopf
- 4 Möhren
- 4 Lauchstängel
- 4 Kartoffeln
- 1 Kräuterbouquet aus Petersilie und Thymian
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Pfefferkörner
- 20 g Butter
- 3 Lorbeerblätter
- Salz und Pfeffer



#### Zubereitung:

Als Vorbereitung werden die Rippchen und die Lende ca. 30 Minuten im kalten Wasser entsalzen.

Das Fleisch wird nun zusammen mit dem Speck in einem Schmortopf zubereitet. Die Zutaten werden mit kaltem Wasser bedeckt, langsam auf Temperatur gebracht und ca. 30 Minuten gekocht. Es wird empfohlen, gelegentlich abzuschäumen.

In dieser Zeit Kohl, Möhren und Lauch vorbereiten, schälen, waschen und in Stücke schneiden. Die Kräuter und die Zwiebel klein hacken.

Am Ende der 30 Minuten das Gemüse zusammen mit dem Kräuterbouquet, den Lorbeerblättern, der Zwiebel, dem Knoblauch und etwas Pfeffer in den Schmortopf geben und alles eine Stunde köcheln lassen. Die beste Würze erreicht man, wenn die Zwiebel und der Knoblauch in Butter goldbraun angebraten werden.

Zum Ende dieser Kochzeit werden die zuvor geschälten Kartoffeln hinzugefügt und alles für weitere 30 Minuten köcheln gelassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

## Menüvorschlag typischer Gerichte aus der Region Nouvelle-Aquitaine

### Broyé poitevin – Knetkuchen nach Poitou-Art

#### ➤ Typische Nachspeise aus der Region Nouvelle-Aquitaine

#### Zutaten für 6 Personen:

- 250 g Zucker
- 250 g Butter
- 2 Eier sowie ein Eigelb
- 500 g Mehl
- 1 Prise Salz
- 1 TL Branntwein



#### Zubereitung:

Die Eier und den Zucker in einer Schüssel mit einer Prise Salz und einem Teelöffel Branntwein vermischen.

Die Butter schmelzen lassen und der Eier-Mischung hinzufügen, sorgfältig verrühren.

Anschließend das Mehl hinzufügen und den Teig mehrmals durchkneten.

Der Teig wird nun auf etwa 1,5 cm Dicke ausgerollt und in eine Kuchenform gegeben.

Die Oberfläche mit dem Eigelb bestreichen.

Der Kuchen wird ca. 15 bis 20 Minuten bei 180 Grad im vorgeheizten Backofen gebacken.