ChellelandChuchi
Bauma

Chocheten vom 20. April 2023

Küchenchef: René Büchi

Helfer: Hans-Rudolf Koch

Géza Kanabé

Menü:

Mediterane Köstlichkeiten

Apero

Apero Häppchen mit Iberico, Serrano und Parma Schinken

*****

Vorspeise

Mediteraner Spargelsalat

*****

Hauptgang

Kotelett vom Iberico Rack (am Stück)

Fregola Sarde Tostata mit Safran

Glasierte «Snackrüebli»

Apfel-Chutney

*****

Dessert

Orangen Trio

*****

Weisswein: Senza Parole Italien Abruzzen

Rotwein: Senza Parole Italien Apulien

ChellelandChuchi
Bauma

Apero Häppchen mit Iberico, Serrano und Parma Schinken

Zubereitung:

1. Mini Tartelettes mit Iberico Schinken auslegen. Füllen mit Creme aus Philadephia und Schlagrahm.
2. Mini Tartelettes mit Creme aus gehacktem Parma Schinken, Hüttenkäse und Schlagrahm füllen.
3. Entsteinte Datteln mit Serrano Schinken einwickeln an einem Spiessli anrichten.

ChellelandChuchi
Bauma

Mediteraner Spargelsalat

Zutaten: 4-6 Pers

- 500 g Spargeln grün
- 150 g Champignons
- 2 Tomaten fest
- 100 g Oliven schwarz
- 1 Ei hart gekocht
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Frühlingszwiebeln
- 2 Esslöffel Olivenöl
- Salz

Vinaigrette

- 1 dl Weissweinessig
- 2 Teelöffel Dijon-Senf
- 0.25 Teelöffel Paprika edelsüss
- 1 Spritzer Tabasco ersatzweise 1 Prise Cayennepfeffer
- 0.5 Teelöffel Salz
- 0.25 Teelöffel Zucker
- 5 Esslöffel Olivenöl

Zubetreitung:

1.

Gut 1/3 der Spargelenden abschneiden und wegwerfen; weiteres Schälen erübrigt sich bei guter Qualität. Dann sehr dicke Spargeln der Länge nach halbieren, die anderen ganz belassen. Die Spargeln schräg in etwa 5 cm lange Stücke schneiden.

2.

Die Champignons rüsten und in Scheiben schneiden. Die Tomaten waagrecht halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Oliven entsteinen und je nach Grösse halbieren oder vierteln. Das Ei schälen und grob hacken. Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Die Frühlingszwiebeln rüsten und mitsamt Grün in feine Ringe schneiden.

3.

In einer Bratpfanne oder in einem Wok das Olivenöl erhitzen. Die Spargeln beifügen, leicht salzen und unter häufigem Wenden etwa 10 Minuten braten. Nach der Hälfte der Bratzeit Champignons, Frühlingszwiebeln und Knoblauch beifügen und mitbraten. Alles in eine grosse Schüssel geben. Tomaten und Oliven beifügen.

4.

Für die Vinaigrette alle Zutaten mit einem Schwingbesen zu einer Sauce rühren. Diese über die noch warmen Spargeln geben. Alles sorgfältig mischen und vor dem Servieren mindestens 15 Minuten ziehen lassen. Erst ganz zum Schluss das gehackte Ei untermischen.

ChellelandChuchi
Bauma

Iberico Rack am Stück

Zutaten:

Iberico Schweinsrack

Meersalz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Bratbutter aromatisiert mit Rosmarin und Thymian

Zubereitung:

Das Schweinsrack eine Stunde im Voraus aus dem Kühlschrank nehmen und temperieren.

Backofen auf 140 Grad vorheizen. Das Rack mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heissen Pfanne in Bratbutter rundum anbraten.

In der Ofenmitte das Rack auf Kerntemperatur von ca. 54-57 Grad langsam garen. Wenn die Temperatur erreicht ist das Fleisch aus dem Ofen nehmen und in Alufolie einpacken um 10 Minuten zu ruhen lassen.

Das Rack ist nun perfekt zum Aufschneiden zwischen den Knochen.

Anrichten und mit Salzflocken und schwarzem Pfeffer aus der Mühle würzen.

ChellelandChuchi
Bauma

Fregola Sarda Tostata mit Safran

ZUTATEN: 10PERS.

1 Frühlingszwiebel
1-2 Knoblauchzehen
60 g Butter
500 g Fregola Sarda Tostata
1dl Weißwein
1.1 l Gemüse- oder Fleisch-Fond (optional etwas mehr)
1 Briefli Safran
Salz, Pfeffer
100 g Parmesan, frisch gerieben
1 Stück kalte Butter extra
eventuell Parmesan, frisch gerieben zum Bestreuen
eventuell Petersilie oder andere frische Kräuter zum Bestreuen

ZUBEREITUNG:

1. Die Frühlingszwiebel und Knoblauchzehen fein schneiden und in einem schweren Topf mit 30 g der Butter glasig dünsten. Lasst euch hier ruhig etwas Zeit und dreht den Herd nicht gleich auf, die Zwiebel wird es euch mit einem feinen Aroma danken. Nicht braun werden lassen.

2. Den Fond in einem Topf erhitzen – er muss nicht kochen, sollte aber bereits warm sein.

3. Die Fregola Sarda zu den Zwiebel und Knoblauch zugeben und kurz alles umrühren. Mit dem Weisswein ablöschen und einkochen lassen. Die warme Brühe (Fond) Schöpferweise zugießen und die Fregola Sarda unter langsamen rühren etwa 10-12 Minuten sehr leise köcheln lassen. Im Grunde ist dieser Vorgang sehr ähnlich dem Zubereiten eines Risottos. Die Fregola Sarda wird ebenso fließend, also sehr cremig serviert.

4. Wenn die Pasta die gewünschte Konsistenz erreicht hat, den geriebenen Parmesan und Safran unterrühren. Zum Schluss das Stück Butter einrühren. Sofort servieren.

ChellelandChuchi
Bauma

Glasierte «Snackrüebli»

Zutaten:

750 g Snackrüebli oder Jungkarotten

30 g Butter

15 g Zucker

2 Prisen Salz

1.9 dl Gemüsebouillon

Zubereitung:

Die «Rüebli» so putzen und schälen, dass noch ein kleines Stück vom Grün stehen bleibt. Die Butter mit dem Zucker und dem Salz in einem Topf erhitzen. Die Möhren darin unter Wenden anschwitzen. Den Fond angießen. Bei geringer Hitze im offenen Topf kochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist und das Gemüse glänzt

ChellelandChuchi
Bauma

Apfel-Chutney

Zutaten:

500 g gewürfelte Äpfel

1 Zwiebel

1 kleines Stück fein gehackter Ingwer

80 g brauner Zucker

100 ml Apfelessig

1 kleine Chilischote getrocknet oder frisch

½ TL Salz

1 Zimtstange

1 Zweig Thymian

Zubereitung:

1. Die Äpfel werden geschält, vom Kerngehäuse befreit und gewürfelt. Die Zwiebel wird in Würfel geschnitten und der Ingwer sowie die Chilischote fein gehackt.
2. Den Apfelessig und Zucker in einen Topf geben und aufkochen. Anschließend alle anderen Zutaten hinzugeben und alles rund 45 Minuten leicht dicklich einkochen lassen
3. Abkühlen lassen und die Zimtstange sowie den Thymianzweig entfernen.

ChellelandChuchi
Bauma

Orangen Trio

Getränter Orangencake

Zutaten:

500g Mascarpone

150g Zucker

1 Päckchen Vanillezucker

Schale einer Bio Orange

2 Eier

230 g Mehl

100 g geschälte Mandeln, fein gemahlen

2 TL Backpulver

1 dl frisch gepresster Orangensaft

Saft einer halben Zitrone

80 g Puderzucker

Zubereitung:

Backofen auf 180°C vorheizen. Die Cakeform einfetten, mit Mehl bestäuben und bereitstellen.

Mascarpone, Zucker, Vanillezucker und Orangenabrieb in einer Schüssel mischen. Ein Ei nach dem anderen unter die Masse rühren (jeweils 30 Sekunden einrühren). Mehl, geschälte Mandeln und das Backpulver in einer kleinen Schüssel gut verrühren und unter die Masse mischen.

Den Teig anschliessend in die vorbereitete Cakeform füllen und in der unteren Hälfte des Ofens bei 180°C 55 bis 60 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den Guss herstellen. Dazu Orangensaft und Zitronensaft pressen und beides in eine kleine Schüssel leeren. Mit dem Puderzucker vermischen und bereitstellen.

Ist der Cake fertig, aus dem Ofen holen, ein wenig auskühlen lassen (in der Form lassen). Den noch warmen Cake mit einer Stricknadel oder einem Holzspiesschen dicht einstechen. Den Guss langsam über den Cake geben, bis er schön eingezogen ist. Im Kühlschrank trocknen lassen (am besten über Nacht).

Vor dem Servieren mit etwas Puderzucker bestreuen und evt. mit Marzipan verzieren. Der Kuchen hält sich im Kühlschrank mit Folie eingepackt bis zu 4 Tage.

Crema Catalana

Zutaten:

4 dl Milch

3 EL Zucker

2 EL Maizena

3 frische Eigelbe

1 Bio-Orange

½ Zimtstange

2 EL grobkörniger Rohzucker

Zubereitung:

- Milch, Zucker, Maizena und Eigelbe in einer Pfanne mit dem Schwingbesen gut verrühren. Von der Orange die Schale mit einem Sparschäler abschälen, mit dem Zimt beigeben, unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Sobald die Masse bindet, Pfanne sofort von der Platte nehmen, ca. 2 Min. weiterrühren. Creme durch ein Sieb in einen Messbecher streichen, in die Förmchen giessen, auskühlen, Creme zugedeckt im Kühlschrank ca. 4 Std. fest werden lassen.
- Zucker kurz vor dem Servieren gleichmässig auf der Creme verteilen, mit der Flamme des Bunsenbrenners karamellisieren.

Blutorangensorbet

Zubereitung:

Migros Selection Blutorangensorbet zu Kugeln formen.