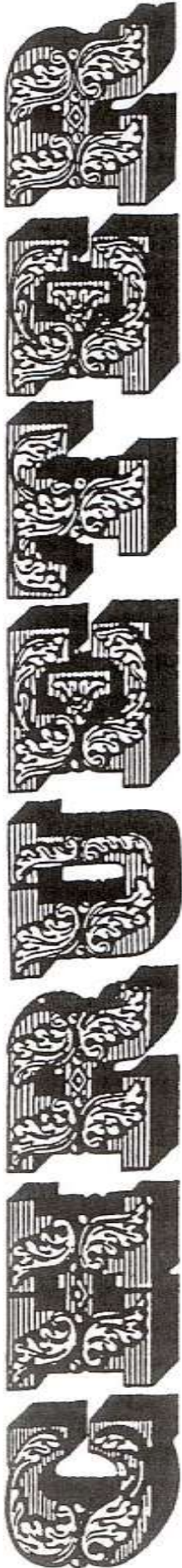


GRÜBCHEN

Menü zur Januar- Kocheten vom 16. Januar 2018



Apéro:

Bananen – Häppchen, Salami-Chips und Pecorino-Würfel

Vorspeisen:

Wintersalat
Steinpilz - Rahmsüppchen

Hauptgang:

Pouletbrüstchen Jägerart
Blattspinat
Feine Nudeln

Dessert:

Panettone – Orangen Tiramisu

Apérowein:

La Tour de Châta, Mont sur Rille AOC, 2016

Wein rot:

Barocco Reale. Primitivo Veccia Torre, 2012

Auf gutes Gelingen und en Guete!

Gruppe B:

Peter Lüthi, Urs Zünti, René Mathys und Thomas Blum

Bananen-Häppchen



Mengen für 6 Portionen:

4		Bananen
1	TL	Honig
1	EL	ÖL
200	g	Specktranchen oder Landrauchschinken

Bananen schälen und in ca. 3 cm grosse Stücke teilen. Fleischstreifen halbieren, um die Bananenstücke wickeln und mit einem Zahnstocher fixieren. In einer Bratpfanne das Öl erhitzen, den Honig kurz darin erwärmen und anschliessend die Häppchen darin braten, bis das Fleisch schön knusprig ist. Warm servieren.

Steinpilz - Rahmsüppchen



Mengen für 4 Personen

- 300 g Steinpilze, geputzt, in Scheiben geschnitten
- Bratbutter zum Dämpfen
- 150 g Kürbis, gerüstet, ca. 100 g Kürbisfleisch, in Stücke geschnitten
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 8 dl Gemüsebouillon
- 1,5 dl Rahm
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Für die Garnitur:
- 100 g kleine Steinpilze, geputzt, in Scheiben geschnitten
- Bratbutter
- 2 EL gehackte Petersilie
- Salz

Zubereitung

Steinpilze in der Bratbutter anbraten. Kürbis und Zwiebel mitdämpfen. Mit der Bouillon ablöschen, 15-20 Minuten zugedeckt weichkochen. Alles fein pürieren. Rahm beifügen, aufkochen und würzen. Für die Garnitur Steinpilze in der Bratbutter anbraten, würzen. Suppe in vorgewärmte Schalen giessen, mit Pilzen und Petersilie garnieren.

Variante: Statt Steinpilze Champignons verwenden.

Wintersalat

Zutaten für 4 Personen

2	EL	Weisswein- oder Balsamicoessig
3	EL	Rapsöl
Salz, Pfeffer		
80	g	Bratspeck, in Streifen
30	g	Pinienkerne
800	g	gedämpfte Randen, geschält, halbiert, in dünnen Scheiben
2		Orangen, geschält, halbiert, in dünnen Scheiben
100	g	Spinatblätter
450	g	Hüttenkäse

Sauce mischen und abschmecken.

Speck ohne Zugabe von Fett in der Bratpfanne knusprig braten, beiseite stellen. Pinienkerne in der selben Pfanne rösten und auskühlen lassen.

Randen, Orangen und Spinat auf Tellern anrichten. Pinienkerne und Speck darauf verteilen. Mit der Sauce nappieren und einen EL Hüttenkäse begeben.

Pouletbrüstchen Jägerart mit Nudeln und Blattspinat

Zutaten für 4 Personen

4		Pouletbrüstchen
20	g	Butter
0,5	dl	Erdnussöl oder Bratöl
1		Rosmarinzweig
Salz und Pfeffer		
20	g	Butter (Empfehlung für Sauce: doppelte Mengen)
100	g	Champignons, in Scheiben geschnitten
60	g	kleine Tomaten, halbiert
40	g	grüne und schwarze Oliven, in ca. 3 mm breite Ringe geschnitten
0.5	dl	Weisswein
2	cl	Marsala
1.5	dl	braune Sauce
200	g	feine Bandnudeln
2	EL	Olivenöl
20	g	Butter
250	g	Blattspinat, blanchiert, entspricht 1 kg roh
2	EL	Olivenöl
20	g	Schalotten, gehackt
1		Knoblauchzehe, gehackt
Salz und Pfeffer		

Pouletbrüstchen

Die Pouletbrüstchen mit Salz und Pfeffer würzen und in Erdnussöl und mit dem Rosmarinzweig auf beiden Seiten goldgelb anbraten. Die Butter dazugeben und im Ofen bei ca. 160°C ca. 4 Minuten weitergaren. Anschliessend die Pouletbrüstchen herausnehmen und warmstellen.

Die Butter zum Bratensatz geben, die Champignons und die Oliven hinzufügen und mit dem Marsala und dem Weisswein ablöschen. Etwas einkochen lassen, die Tomaten beifügen, mit dem braunen Fond auffüllen und 2 Minuten leise köcheln lassen.

Nudeln

Die Nudeln kochen, abschütten und im Butter und Olivenöl schwenken.

Blattspinat

Die Zwiebel und den Knoblauch im Olivenöl andünsten, den Spinat hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und ev. etwas Bouillon würzen.

Panettone Orangen – Tiramisu



Zutaten für 8 Personen

- 350 g Panettone
- 250 g Mascarpone
- 250 g Rahmquark
- 4 EL Milch
- 4 EL Puderzucker (1)
- 3 Orangen
- 2 EL Puderzucker (2)
- 2 EL Orangenlikör (Grand Marnier)
- 1 EL Kakaopulver

Panettone in ca. 1 cm grosse Würfelchen schneiden.

Mascarpone, Rahmquark, Milch und Puderzucker (1) gut verrühren. Von 1 Orange den Saft auspressen (ca. 1 dl), mit Puderzucker (2) und dem Likör gut vermischen. Restliche Orangen sauber schälen, vierteln und in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Direkt in Dessertgläser abfüllen:

1. Lage = ca. ½ der Panettone-Würfel. Mit ½ der Flüssigkeit beträufeln.
2. Lage = Orangenstücke
3. Lage = ½ der Mascarpone Masse
4. Lage = restliche Panettonestücke, mit der restlichen Flüssigkeit beträufeln
5. Lage = restliche Mascarpone Masse.

Etwa 3-4 Stunden kühlstellen.

Vor dem Servieren mit Kakaopulver und einem Orangenschnitt garnieren.