

# Menu für 239. Chochete am 13. September 2019

Rohschinkenbrot

\*\*\*

Kartoffel-Meerrettich Suppe

\*\*\*

Kürbis-Carpaccio

\*\*\*

Lammrücken an Salbeijus mit Zucchettigratin und Knöpfli

\*\*\*

Kokoscreme mit Waldbeeren

Rotwein:

Weisswein:

Bier: Appenzeller Quöllfrisch

Abendchef: Patrick Brühwiler

# Rohschinkenbrot

für 10 -16 Personen

## Zutaten:

- 1 EL Salz
- 1 kg Mehl
- 6 dl Milch
- 1 W. Hefe
- 1 KL Zucker
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 Knoblauch- oder Pfefferboursin
- 2 Pack Landrauschinken

## Zubereitung:

Die Hefe mit etwas Milch auflösen. Dann alles zusammen mischen und zu einem Teig kneten.

Der Teig muss schön glatt und gut geknetet sein. Den Teig halbieren und sofort in zwei Rechtecke auswallen. Den Boursin auf den beiden Teighälften verteilen. Danach den Rohschinken gleichmässig verteilen. Die beiden Rechtecke nun zu zwei Broten aufrollen.

Die beiden Brote etwa 20-30 Minuten gehen lassen mit Wasser bestreichen und danach bei 190 Grad C für 45 Minuten backen.

## Tipp:

Boursin eine Stunde vorher aus dem Kühlschrank nehmen.

Das Brot lauwarm servieren.



# Kartoffel-Meerrettichsuppe

für 6-8 Personen

## Zutaten:

500 g mehligkochende Kartoffeln  
1 Stk mittlere Zwiebel  
1 EL Butter  
9 dl Gemüsebouillon  
1 dl Noilly Prat  
150 g Crème fraîche  
3 - 4 EL Meerrettichpaste aus dem Glas  
1 TL Zitronensaft  
Salz/ schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
1 Bd Schnittlauch  
1 Stk Meerrettichwurzel  
150 gr Räucherlachs in Scheiben geschnitten

## Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und in etwa 2 cm grosse Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und hacken.

In einer mittleren Pfanne die Butter erhitzen. Die Zwiebel darin glasig andünsten. Dann die Kartoffelwürfel, die Bouillon und den Noilly Prat beifügen. Die Suppe zugedeckt etwa 25 Minuten kochen lassen, bis die Kartoffeln sehr weich sind.

Die Crème fraîche mit etwas heisser Suppenflüssigkeit verrühren und mit der Meerrettichpaste zur Suppe geben. Diese mit dem Stabmixer oder im Standmixer sehr fein pürieren. In die Pfanne zurückgeben und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer sowie wenn nötig mit etwas Meerrettichpaste abschmecken. Die Suppe beiseitestellen.

Unmittelbar vor dem Servieren den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Etwas frische Meerrettichwurzel fein abreiben.

Die Grissini mit den Rauchlachs scheiben umwickeln.

Die Suppe nochmals kräftig erhitzen, dann sofort in tiefen Tellern oder Tassen anrichten. Mit dem Schnittlauch und dem geriebenen Meerrettich bestreuen und je 1 Rauchlachs-Grissini über oder neben die Teller oder Tassen legen. Sofort servieren.



# Kürbis Carpaccio

für 6 Personen

## Zutaten:

- 3 Stk Orangen
- 1 EL Johannisbeergelee oder Preiselbeerkonfitüre
- 1 gehäufte Messerspitze Chilipulver
- 3 EL Apfelessig
- 4 EL Rapsöl
- 400 g Kürbis gerüstet gewogen
- 50 g Schnittsalat Jungblattsalat oder Rucola  
Salz/ schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 6 Stk Cherrytomaten zur Dekoration

## Zubereitung:

Von den Orangen jeweils oben und unten einen Deckel abschneiden. Dann rundum die Schale mitsamt weisser Haut herunterschneiden. Die Orangenschnitze mit einem scharfen Messer aus den Trennhäuten schneiden. Den Saft, der dabei ausläuft, in einer kleinen Schüssel auffangen. Die Orangenfilets beiseitestellen.

Den Orangensaft mit dem Gelee oder der Konfitüre, dem Chili, dem Essig und dem Öl in einen hohen Becher geben. Mit dem Stabmixer zu einer sämigen Sauce rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den gerüsteten Kürbis auf einem Hobel in möglichst dünne Scheiben schneiden. Leicht salzen und 10 Minuten ziehen lassen. Variante ; etwas Zitronensaft dazu geben bevor man die Kürbisscheiben ziehen lässt.

Den Salat waschen und gut abtropfen lassen.

Die Kürbisscheiben mit den Orangenfilets auf Tellern dekorativ anrichten. Mit der Sauce beträufeln. Den Salat dazu anrichten. Nach Belieben mit Baguette oder Grissini servieren.

Für das Carpaccio eignen sich alle Kürbissorten. Der Hokkaido- und Butternusskürbis haben einen etwas festeren Biss als etwa der Muskatkürbis, der eher weiches Fruchtfleisch besitzt.



# Lammrücken

## Rezept für 2 Personen

### Zutaten:

- 1 Bund Petersilie
- 1 Zweig Rosmarin
- 6 Salbeiblätter
- 1 - 2 Lammracks, je nach Grösse, insgesamt ca. 400 g
- 1 EL Bratbutter
- Salz/schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 0.5 EL Senf

### SAUCE:

- 2 dl roter Portwein
- 1 kleine Schalotte
- 8 - 10 kleine Salbeiblätter
- 1 EL Butter zum Andünsten
- 1 TL Tomatenpüree
- 0.5 TL Fleischextrakt
- 20 g Butter zum Fertigstellen der Sauce (gefroren)
- Salz/schwarzer Pfeffer aus der Mühle

### Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Eine Platte mitwärmen.

Petersilie, Rosmarin und Salbei fein hacken.

Das Lammrack mit Salz und Pfeffer rundum würzen. In einer Bratpfanne die Bratbutter kräftig erhitzen. Das Lammrack darin zuerst auf der Fettseite 4 Minuten anbraten. Dann wenden und auf der zweiten Seite weitere 3 Minuten braten. Nun das Rack rundum mit dem Senf einstreichen, die Kräuter darauf geben und gut andrücken. Das Rack nochmals rundum, auch an den Seitenrändern, 2 Minuten braten. Dann sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 80 Grad heissen Ofen etwa 30 Minuten nachgaren lassen.

Den Bratensatz mit dem Portwein auflösen und durch ein feines Sieb in eine kleine Schüssel giessen. Beiseitestellen.

Die Schalotte schälen und sehr fein hacken. 2 der kleinen Salbeiblätter ebenfalls fein hacken, die restlichen Blätter ganz belassen.

In einer kleinen Pfanne die Butter erhitzen und die gehackten sowie die ganzen Salbeiblätter knusprig anbraten. Die ganzen Blätter herausnehmen und beiseitelegen. Die Schalotte und das Tomatenpüree beifügen und kurz mitdünsten. Den beiseitegestellten Bratenjus dazu giessen, den Fleischextrakt beifügen und alles gut zur Hälfte einkochen lassen.

Am Ende der Nachgarzeit die Ofentemperatur auf 230 Grad einstellen und das Lammrack in aufsteigender Hitze 5 Minuten Temperatur annehmen lassen.

Inzwischen die Sauce nochmals aufkochen und die Butter in kleinen Stücken beifügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Lammrack zwischen den Knochen in Koteletts schneiden und auf Tellern anrichten. Mit Jus umgiessen und mit den beiseitegelegten Salbeiblättchen garnieren.





## Zucchettigratin

### Rezept für 6 Personen

#### Zutaten:

- 800 g Zucchini, wenn möglich grün und gelb gemischt
- 1 Bund Oregano
- 3 EL Olivenöl
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 2 Eier
- 250 g Ricotta
- 100 g Gorgonzola dolce
- 1 Zitrone abgeriebene Schale
- 450 g Cherrytomaten gross, (z.B. Fitness oder Aromatico)

#### Zubereitung

Die Enden der Zucchini entfernen, dann die Früchte ungeschält in Scheiben schneiden. Den Oregano fein hacken.

In einer beschichteten Bratpfanne das Olivenöl erhitzen. Die Zucchini hineingeben, mit Salz, Pfeffer sowie der Hälfte des Oreganos würzen und unter häufigem wenden etwa 5 Minuten knackig braten.

Inzwischen den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine grosse Gratinform mit Olivenöl ausstreichen.

In einem hohen Becher Eier, Ricotta und Gorgonzola dolce mit dem Stabmixer gut mischen. Die Zitronenschale sowie den restlichen Oregano beifügen und alles mit Salz sowie Pfeffer würzen.

Die Cherrytomaten halbieren und die Schnittflächen mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Hälfte der Zucchini in die vorbereitete Form geben und die Hälfte der Ricottacreme darüber geben. Dann die restlichen Zucchini und Ricottacreme einfüllen und mit den Tomaten abschliessen.

Den Zucchini Gratin im 200 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille etwa 30 Minuten backen. Heiss oder lauwarm servieren.

# Knöpfli

## Rezept für 4 Personen

### Zutaten:

- 100 g Mehl
- 200 g Knöpfli-Mehl
- 0.75 TL Salz alles in einer Schüssel mischen
- Etwas Muskatnuss
- 1.5 dl Milch, alternativ Nature-Jogurt
- 3 Eier zerklopfen, auf einmal dazu giessen, mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. stehen lassen

### Salzwasser

siedend, Teig portionenweise auf nassem Stielbrettchen ausstreichen. Mit langem, glattem Messer schmale Teigstreifen vom Brettchen direkt ins leicht siedende Wasser schneiden oder durchs Spätzlisieb streichen. Sobald eine Portion verarbeitet ist und die Spätzli an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen

### Tipp:

einen Teil der Milch durch Nature Jogurt ca 1/3 ersetzen.  
Es kann auch etwas Safran oder Paprika (süss/rauchig) zum Teig gemischt werden.  
Dadurch bekommen die Knöpfli Farbe und etwas Geschmack

# Kokoscreme mit Waldbeeren

für 6 Personen

## Zutaten:

500 g Magerquark  
2 - 2.5 dl Kokosmilch z.B. von Alnatura  
3 - 4 EL Kokosraspeln  
8 - 10 Waldbeeren oder alternativ Erdbeeren  
Minze

*Achtung: Dieses Dessert ist bewusst ohne Süsstoff, falls er zu Sauer ist mit etwas künstlichem Süsstoff abschmecken.*

## Zubereitung:

Magerquark und Kokoscreme in einer Schüssel miteinander verrühren und anschliessend die Kokosraspeln darunterheben. Ich bevorzuge es, wenn die Kokoscreme zuerst etwa 1-2 Stunden im Kühlschrank gelagert wurde, damit sie eine leicht dickflüssigere Konsistenz aufweist. Den Kokosquark auf 4 Gläser verteilen.

Anschliessend die Erdbeeren mit einem Stabmixer pürieren bis keine Stückchen mehr übrig sind, danach durch ein Sieb streichen und ebenfalls in die Gläser geben. Mit zusätzlichen Kokosraspeln und Minzblätter dekorieren. Entweder gleich essen oder im Kühlschrank aufbewahren.

