

Menu für 243. Chochete am 14. Februar 2020

Gurkentaler mit Lachs

Basler Mehlsuppe

Fleischvogel mit Kartoffelstock und Gemüse

Vanille -Schoko Pudding

Gurkentaler mit Lachs

für 6 Personen

Zutaten:

1 Stk Gurke
125 g Frischkäse mit Meerrettich
150 g geräucherter Lachs
3 Zweige Dill
Etwas Pfeffer

Zubereitung:

Gurken waschen und nach belieben schälen, in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden und mit dem Frischkäse bestreichen. Lachs in Stücke zupfen, Dill zupfen und beides auf die Gurkenscheiben legen. Nach Geschmack würzen.



Basler Mehlsuppe

für 4 Personen

Zutaten:

- 60 g Mehl
- 30 g Bratbutter
- 1 fein gehackte Schalotte
- 2 grosse Zwiebeln zum rösten
- 1 Knoblauchzehe
- wenig Rotwein
- 1 Lt Gemüsebouillon
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 1 Kalbsfuss oder Kalbsknochen
- Geriebener Käse

Zubereitung:

Bratbutter in einer Eisengusspfanne erhitzen und das Mehl darin goldbraun rösten. Schalotte und Knoblauch begeben.

Unter ständigem Rühren vorsichtig mit dem Rotwein ablöschen und nach und nach die Bouillon dazugeben. Es darf keine Mehklümpchen geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Kalbsfuss oder Kalbsknochen begeben und die Suppe während mindestens einer Stunde auf kleinem Feuer kochen. Knochen entfernen. Eventuell nachwürzen. Mit geriebenem Käse servieren.

Tipps und Varianten:

Sie können statt Gemüsebouillon auch Fleischbrühe verwenden und dafür den Kalbsfuss und die Knochen weglassen.

Einige Basler bestreiten, dass Reibkäse überhaupt zu einer Mehlsuppe gehört.

Reichen Sie ihn separat, so kann es jeder halten, wie er will.

Mehl lässt sich auf Vorrat rösten.

Der Suppe am Schluss wenig kräftigen Rotwein begeben.

Angerichtete Suppe mit gerösteten Zwiebelringen bestreuen, dafür die gedämpften Schalotten weglassen.



Fleischvogel

für 4 Personen

Zutaten:

8 dünne Rindsplätzli (z.B. Huft) (je ca. 50 g), je nach Grösse nur ein Fleischstück
1 EL Senf
Salz/schwarzer Pfeffer aus der Mühle
wenig geräucherter Paprika

Füllung:

8 Bratspeck in Tranchen
1 Schalotte, fein gehackt
1 EL Petersilie, fein geschnitten
2 Essig Gurken 8 Stängelchen
etwas getrocknete Tomaten (im Öl) ca. ein Scheibe / Person

Schmoren

2 EL Weissmehl
0.5 TL Salz
Öl zum Braten
1 EL Weissmehl
2 dl Rotwein
2 dl Rindsbouillon
1 Zweig Rosmarin
1 Stk Lorbeerblatt
2 Stk Nelken
1 Zweig Thymian
Salz/schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Vorbereiten:

Plätzli mit Haushaltpapier trockentupfen. Senf, Salz und Pfeffer mischen, eine Seite der Plätzli damit bestreichen.

Füllung:

Speck auf die vorbereiteten Plätzli legen. Schalotte, Petersilie und Rüepli darauf verteilen, Ränder der beiden Längsseite auf die Füllung legen, aufrollen, mit Küchenschnur binden.

Schmoren:

Mehl, Salz / Pfeffer mischen. Öl im Brattopf heiss werden lassen, Fleisch portionenweise im gewürzten Mehl wenden, anbraten, herausnehmen. Mehl im selben Topf schokoladenbraun rösten. Rotwein, Bouillon und Rosmarin begeben, verrühren, aufkochen. Fleisch wieder begeben, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 30 Min. schmoren, Fleisch gelegentlich wenden. Offen 15 Min. fertig schmoren, würzen.

Kartoffelstock mit Sellerie

für 4 Personen

Zutaten:

4.5dl Milch
1 TL Salz
800 g mehlig kochende Kartoffeln, in Würfeln
400 g Sellerie, in Würfeln
50 g Butter
wenig Muskat wenig Pfeffer

Zubereitung:

Die Milch aufkochen, salzen. Kartoffeln und Sellerie offen bei kleiner Hitze ca. 20 Min. weich köcheln. Pfanne von der Platte nehmen. Kartoffeln und Sellerie mit dem Kartoffelstampfer gut zerdrücken oder durch das Passevite direkt in die Pfanne zurücktreiben. Butter daruntermischen, würzen.

Tipp:

Statt Sellerie, Randen, Pastinaken oder Rüepli verwenden.

Gedämpfte Tomaten

für 4 Personen

Zutaten:

2 Stk grosse Tomaten
2 Knoblauch
kl Bund Schnittlauch
3 EL Olivenöl
50 g Reibkäse
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Tomaten waschen und halbieren mit der Schnittfläche nach oben in eine flache Schale legen.

Schnittlauch fein hacken in die kleine Schüssel geben, Knoblauch schälen und in die Schüssel pressen, Reibkäse dazu geben. Alles mit einer Gabel gut vermischen mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gleichmässig auf den Tomaten verteilen.

Im vorgeheizten Ofen bei ca 180 Grad C etwa 30 Minuten garen.

Kefe

für 4 Personen

Zutaten:

200 g Kefe
1 Stk Ingwer ca. 5mm
1 Stk Knoblauchzehe
20 g Butter
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Bevor du Kefen kochst, musst du sie waschen und die etwas härteren Stielenden und Blattansätze abschneiden. Wenn du mehrere Schoten über- oder nebeneinander legst, ist dieser Arbeitsschritt schnell erledigt. Kefen weisen **an den Seiten dünne Fäden** auf, die sich schlecht kauen lassen und die du deshalb ebenfalls entfernen solltest. Greife sie mithilfe eines kleinen, scharfen Messers und ziehe sie einfach ab.

Nun kannst du die Schoten entweder im Ganzen belassen oder beispielsweise in schräge Stücke schneiden. Im Kochtopf solltest du Kefen nur blanchieren: Gib sie für etwa ein bis zwei Minuten in kochendes Wasser und schrecke sie anschliessend mit kaltem Wasser ab: So behalten sie ihre kräftige, grüne Farbe.

Die Knoblauchzehe auspressen und etwas Ingwer abreiben beides mit der Butter andünsten und danach die blanchierten Kefen kurz mitdünsten. Bitte darauf achten das die Kefe nicht zu weich wird.



Vanille-Schoko Pudding

für 6 Personen

Zutaten:

1 Lt fettarme Milch
1 Vanilleschote
2 EL entölter Kakao
2 TL Johannisbrotkernmehl
4 Eigelb
4 EL Xylit (natürlicher Süsstoff)
1 Msp Zimtpulver
gehackte Nüsse als Garnitur

Zubereitung:

Jeweils 2 Eigelb mit etwas Milch gut verrührt. Die restliche Milch wird in zwei gleiche Teile aufgeteilt. In die eine Hälfte der Eier-Milch wird der entölte Kakao eingerührt, dabei aufpassen, damit sich auch alle Klümpchen gut auflösen.

Ebenso in beide Teile der Eier-Milch jeweils 1 EL Johannisbrotkernmehl einrühren. Auch hier darauf achten, dass keine Klumpen entstehen. In einem Topf wird nun das Mark der Vanilleschote in etwa einem halben Liter Milch aufgekocht. 2 EL Xylit zugeben und probieren, ob die gewünschte Süsse erreicht ist – gegebenenfalls etwas Zucker nachgeben.

Nun kommt der knifflige Teil der Zubereitung: Sobald die Milch hochkocht wird schnell mit einem Schneebesen eine Portion der Eiermilch eingerührt. Noch einmal kocht die Milch nun unter ständigem Rühren hoch, und wird dann, sobald sie zum Eindicken beginnt vom Herd genommen.

Auch die zweite Portion Milch wird nun erhitzt und sobald diese aufkocht die Kakao-Eiermilch mit Zucker und der Messerspitze Zimt einrühren. Auch hier das ständige Rühren mit dem Schneebesen nicht vergessen und nochmals aufkochen lassen.

Nun werden die noch warme Schoko,- und Vanillepudding abwechselnd in Gläser geschichtet und zum Abkühlen für 3 Stunden in den Kühlschrank gestellt. Vor dem Geniessen den Pudding noch mit etwas Zimt und gehackten Nüssen bestreuen.

Tipp:

Die Variante mit Zimt eignet sich für kalte Wintertage. Probieren Sie für den Sommer doch die Beigabe von einer Messerspitze Ingwerpulver, welches dem Vanille-Schoko Pudding eine ganz besonders frische und exotische Note verleiht.

