

# Menu für 246. Chochete vom 23. Oktober 2020

## Gemüse-Crostini

\*\*\*\*

Fenchel- Orangensuppe  
und Estragon- Ricotta-Crème mit Brotchip

\*\*\*\*

Cajun- Perlhuhn Brust  
auf valenzianischer Paella

\*\*\*\*

Vanille Glace im Strudelteig  
mit Erdbeeren

Weisswein: St. Saphorin, Lavaux  
Rotwein: Marqués de Riscal, Rioja

Abendchef: Ralph Sauter

## Gemüse-Crostini

Zutaten für 6 Personen

Ergibt ca. 12 Stück

1 Stk	mittleres Rüebli
1 Stk	mittlerer Zucchini
1 Stk	Frühlingszwiebel
1 EL	Butter
	Salz, Pfeffer
75 g	Gruyere
1 Stk	Eigelb
1 EL	Doppelrahm
1 Prise	Paprika
6 Scheiben	Toastbrot oder 8 Pariserbrotscheiben

### Zubereitung

Das Rüebli schälen, Vom Zucchini nur den Stielansatz wegschneiden. Beide Gemüse mit Röstiraffel reiben.

Frühlingszwiebel mitsamt schönem Grün hacken. In einer beschichteten Bratpfanne mit warmer Butter kurz andünsten.

Rüebli und Zucchini beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und unter Wenden knackig dünsten. Auskühlen lassen

Den Gruyère ebenfalls an der Röstiraffel reiben. Mit dem Eigelb, dem Doppelrahm und dem ausgekühlten Gemüse mischen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Die Toastbrotscheiben diagonal halbieren; Pariserbrotscheiben ganz belassen. Die Gemüsemasse darauf verteilen. Die Crostini auf ein Blech geben.

Die Gemüse-Crostini auf der zweituntersten Rille im auf 220 Grad vorgeheizten Ofen während 10 – 12 Minuten backen. Heiss servieren.

## Fenchel- Orangensuppe und Estragon- Ricotta-Crème mit Brotchip

### Zutaten für 4 Personen

20 g	Schalotten
2 Stk	Fenchel (muss mindestens 200 g netto ergeben → Faustformel. 1/3 ist Rüstabfall, 450 g Brutto ergeben 300 g Netto)
8 g	Butter
12 g	Rundkornreis (Arborio)
8 dl	Gemüsebouillon
150 g	Ricotta
1 Stk	Orange, Saft auspressen für 1.5 EL
0.5 EL	Noilly Prat
0.5 Bund	Estragon
100 g	Ricotta
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl
1 Stk	Orangen, Orangenfilet machen
4 Stk	Weissbrot- oder Toastbrot-scheiben

### Zubereitung

Die Schalotten fein hacken. Den Fenchel fein hobeln und etwas für die Garnitur beiseitelegen.

Schalotten und Fenchel mit Olivenöl und Butter andünsten. Würzen, Reis zugeben und mit der Bouillon auffüllen. Zugedeckt weichkochen (Richtgrösse 20 Min.).

Ricotta (150 g) dazu geben und im Mixer fein pürieren. Anschliessend passieren, aufkochen und den Orangensaft sowie Noilly Prat zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Estragon waschen, zupfen und fein hacken. Mit Ricotta (100 g), Salz und Pfeffer pürieren. Mit Olivenöl aufmontieren.

Die Brot-scheiben in einer beschichteten Pfanne kurz Farbe geben. Die Ricotta- Estragon-Crème mittels eines Spritzsackes auf die Brot-scheiben geben (Tupfer)

Die Suppe in die Teller geben. Orangenfilets dazugeben. Den gehobelten Fenchel daraufsetzen und die Brot-scheiben auf den Tellerrand setzen. Servieren



# Cajun- Perlhuhn Brust auf valenzianischer Paella

## Zutaten für 4 Personen

2 Stk	Perlhuhn Brüste oder Maispoulardenbrust (ca. 80 g pro Person)
	Cajun-Gewürz
1 EL	Olivenöl
0.5 EL	Zitronenöl
1 EL	Olivenöl
0.8 Bund	Frühlingszwiebeln
120 g	Paella Reis (Rund Korn)
	Weisswein zum ablöschen
3 dl	Hühnerbouillon (ca. 2.5 x Reismenge = 2.5 x 120 g = 3 dl)
2 g	Safranfäden
80 g	Rote Peperoni o. Haut
80 g	Erbsen (gefroren)
8 Stk	Jakobsmuscheln ausgelöst
8 Stk	Crevetten
	Salz, Pfeffer
0.2 Bund	ital. Basilikum
0.2 Bund	Kerbel
oder	Salatkräuter von Migros (Mischung mit diversen Kräutern)

## Zubereitung

Perlhuhn Brüste mit der Cajun-Gewürzmischung kräftig würzen und mit Olivenöl auf der Haut braten. Zum Schluss mit Zitronenöl beträufeln.

Die Frühlingszwiebeln im Olivenöl anziehen, den Paella Reis zugeben, dann mit Weisswein ablöschen. Die Hühnerbouillon mit Safran zugeben und zugedeckt weichkochen. Die Peperoni in feine Würfel schneiden und wenn der Reis fast gar ist, zum Reis mit den Erbsen geben.

In der Zwischenzeit die Crevetten und Jakobsmuscheln kräftig anbraten, Würzen mit Salz und Pfeffer.

Die Perlhuhn Brüste tranchieren.

Den Reis mit den Kräutern abschmecken und auf den Tellern verteilen. Mit den Meeresfrüchten und den Perlhuhn Tranchen belegen.

Kräuter als Garnitur



## Cajun- Gewürz

### Zutaten für 4 Personen

1 EL	Knoblauchpulver
1 EL	Zwiebelpulver
2 TL	Weisser Pfeffer
2 TL	Schwarzer Pfeffer grob gemahlen
1.5 TL	Cayennepfeffer
2 TL	Getrockneter Thymian
0.5 TL	Getrockneter Oregano

### Zubereitung

Alle Zutaten vermischen und in einem Gewürzglas aufbewahren.



## Vanille Glace im Strudelteig mit Erdbeeren

Zutaten für 4 Personen (1 Päckli / Person)

400 g	Vanilleglace in Blockform
1 Stk	Ei
40 g	Honig flüssig
4 Stk	Strudelteig (Migros)
500 g	Erdbeeren (wenn Brombeeren dann gut zuckern, wenn Zwetschgen dann vierteln oder noch kleiner → Zwetschgenkompott)
60 g	Zucker
40 g	Kirsch
3 Stk	Basilikum Zweige
	Olivenöl zum Backen
	Puderzucker

### Zubereitung

Die Vanilleglace in 8 Scheiben schneiden. Diese auf Teller geben und in den Tiefkühler stellen.

Ei und Honig verquirlen.

Den Strudelteig in 4 Teile schneiden, 2 Teile ergeben 1 Päckli.

1 Strudelblatt mit der Ei-Honig-Mischung dünn bestreichen und mit dem zweiten Blatt belegen. Dieses ebenfalls mit Ei bestreichen. Nun am unteren Rand in der Mitte 1 Scheibe Vanilleglace platzieren, die Seiten des Strudelteiges einschlagen und zu einem Päckchen verschliessen. Sofort auf ein Backpapier legen und zurück in den Tiefkühler legen. Mit den restlichen Glace Scheiben gleich verfahren.

Die Erdbeeren rüsten und vierteln. Die Hälfte der Beeren in eine Schüssel geben und mit der Hälfte des Zuckers bestreuen. Die restlichen Beeren mit dem Zucker und dem Kirsch zusammen fein pürieren. Zu den Erdbeeren in der Schüssel geben. Das Basilikum in feine Streifen schneiden und beifügen. Alles sorgfältig vermischen.

Vor dem Servieren die Erdbeeren auf den Tellern verteilen.

In einer Bratpfanne etwa 1 cm Olivenöl stark erhitzen; dies ist wichtig. Sonst laufen die Päckchen aus.

Die Päckchen auf jeder Seite kurz im heissen Fett goldbraun backen. Kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Strudelteigpäckchen halbieren und auf den Erdbeeren anrichten, mit Puderzucker bestreuen. Servieren.

