

## Menu für 267. Chochete am 17. April 2023

### Lachs-Carpaccio (Lauwarm)

Lachsfilet entgräten und Haut entfernen

Butter

Spargel

Chili

Knoblauch

Zitrone / Sojasauce

Lachs in dünne ca. 5mm Scheiben schneiden  
auf gebutterten Teller legen  
Mit Salz + Pfeffer würzen und Klarsichtfolie  
zudecken.

In Ofen 80°

Spargel fein hacken Chili + Knoblauch  
dazu leicht rösten mit Zitronenabrieb  
und Saft abschmecken, Schuss Sojasauce  
dazu, evtl. nach Pfeffer

Lachs nach 10 min aus dem Ofen nehmen.  
mit Spargel-Chili-Sauce beträufeln  
evtl. Rucola dekorieren

Guten Appetit

## Gnocchi romana

Kartoffeln	500 gr
Mehl	200 gr.
Ei	1
Parmesan	50 gr.
Salz	Prise
Muscatnuss	

Kartoffeln kochen  
Mehlbett verteilen  
Kartoffeln passieren  
Ei dazu geben  
Salz dazugeben  
Parmesan

alles kneten bis geschmeidiger  
Teig zuerst Stangen dann  
Kugeln formen

## Gefülltes Schweinefilet

**Zutaten:**

2 Schweinefilets (à 500 g)  
8 Scheiben Frühstücksspeck  
4 EL Olivenöl  
1 EL Mehl  
100 ml Wermut  
300 ml Gemüsebrühe  
2 1/2 EL Kapern  
8 Salbeiblätter  
Küchengarn

**Für die Füllung:**

2 Zwiebeln  
100 g Weißbrot  
1 EL Olivenöl  
20 g Butter  
1 EL frisch gehackter Salbei  
1 TL frisch gehackte grüne Petersilie  
1 EL geriebene Zitronenschale  
1 Ei  
1/2 EL Kapern  
1 Salz

**Zubereitung:**

Für die Füllung die Zwiebeln schälen und fein hacken, das Weißbrot zerbröseln. Zwiebeln in 1 EL Öl und der Butter in einer Pfanne anschwitzen und in eine Schüssel geben. Weißbrotrösel, Salbei, Petersilie, Zitronenschale, Ei und 1/2 EL Kapern dazugeben, vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schweinefilets waschen, trockentupfen, der Länge nach einschneiden und in die Öffnung des einen Filets die Füllung geben. Mit dem anderen Filetstück bedecken. Den Frühstücksspeck etwas auseinanderziehen und damit die Schweinefilets umwickeln, mit Küchengarn zubinden. Das Schweinefilet in einen Bräter geben, mit 2 EL Öl beträufeln und im auf 170 Grad vorgeheizten Backofen 1 Stunde braten. Anschließend das Schweinefilet aus dem Bräter nehmen und in Alufolie gewickelt warm stellen. Den Brätersatz bei milderer Hitze mit Mehl verthicken, Wermut hinzugeben und 1 Minute köcheln lassen. Die Gemüsebrühe dazugeben und weitere 5 Minuten unter ständigem Rühren köcheln lassen. Zum Schluss die restlichen Kapern dazugeben. Das restliche Öl in einem Topf erhitzen und die Salbeiblätter darin anbraten, herausnehmen und abtropfen lassen. Das Fleisch in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, auf Tellern anrichten und mit der Sauce und den Salbeiblättern garniert servieren.

## DESSERTS

## Schichtdessert mit Rhabarber

Zubereitung: 30 Minuten

FÜR 6 GLÄSER  
(à 150 ml)

ERGIBT 6 PORTIONEN

400 g Rhabarber  
120 g Gelierzucker (3:1)  
100 g Löffelbiskuits  
60 g Butter  
1Msp. Zimt  
Mark von 1 Vanilleschote  
1 Sternanis  
3 EL Johannisbeergelee  
250 g Mascarpone (italienischer Frischkäse)  
50 g Puderzucker  
1 Spritzer Zitronensaft  
100 g Schlagsahne

1 Den Rhabarber waschen, putzen, die Fäden abziehen. Stangen längs vierteln und schräg in Rauten schneiden. Stücke mit Gelierzucker mischen und 20 Minuten ziehen lassen.

2 Inzwischen Biskuits im Alleszerkleinerer hacken. Butter in einer Pfanne erhitzen, Brösel dazugeben und 2 Minuten bei mittlerer Hitze rösten. Mit Zimt würzen.

3 Den entstandenen Rhabarbensaft mit Vanille, Sternanis und Gelee in einer Pfanne aufkochen. Rhabarber dazugeben, 3 Minuten dünsten. Auskühlen lassen.

4 Für die Creme die Mascarpone mit Puderzucker und Zitronensaft verrühren. Sahne steif schlagen und unterziehen. Zum Servieren Gläser schichtweise mit je 2 EL Bröseln, Kompott und Mascarpone-Creme füllen. Mit den restlichen Bröseln bestreut servieren.

Pro Portion: 495 kcal/2080 kJ  
51 g KH, 8 g EW, 29 g F

## TIPP

## Für den Vorrat

Vom Rhabarberkompott können Sie gleich die doppelte Menge machen und z. B. zu Milchreis oder Eis servieren. In sauber ausgespülten Gläsern kühl gelagert hält es sich 2–3 Wochen.

Schicht-  
dessertBiskuits sind  
süßlich.

Die Gläsern mit  
gerösteten Zimt-Biskuits,  
Rhabarberkompott und  
Mascarpone-Sahne sind  
schnell ausgelöffelt









