

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 Rucolafolie
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
1 Msp. 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-
dessert mit
RhabarberBiskuits sind
vorher geröstet

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









