

SÄULIÄMTLER GOURMET CHUCHI

299. Chochete vom 20.08.2019
mit Michael Peter

SOMMER



MENÜ

Apéro

Melonen-Oliven-Spiesse mit Mozzarella

Suppe

Kalte Tomatensuppe

Vorspeise

Peperoni-Pfirsich-Salat mit
Basilikumdressing und Knoblauch-
Croûtons

Hauptgang

Vitello Tonnato

Dessert

Schokoladenkuchen aus der
Orangenschale

WEINE

Weisswein zum Apéro

La Brise Marine Blanc 2018,
La Clape Languedoc,
Château de la Négly

Weisswein zur Suppe

Brolettino Lugana 2017,
Lombardei,
Cà dei Frati

Weisswein zur Vorspeise

La Brise Marine Blanc 2018,
La Clape Languedoc,
Château de la Négly

Weisswein zum Hauptgang

Roero Arneis 2018,
Piemont,
Bruno Giacosa

Rotwein zum Dessert

Kanai 2015,
Cargnano del Sulcis Riserva,
Cantine Sardus Pater

EIN LEICHTER EINSTIEG MELONEN-OLIVEN- SPIESSE MIT MOZZARELLA

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 10 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Zutaten

1 Galia- oder Cavaillonmelone
250 g Mozzarellakugeln
120 g Oliven grün, entsteint
1 Zweig Estragon
1 Knoblauchzehe klein
0.5 Teelöffel rosa Pfefferkörner
2 Esslöffel Olivenöl
2 Esslöffel Zitronensaft
1 Prise Curry Pulver
Salz



ZUBEREITUNG

- Die Melone halbieren und mit einem Löffel die Kerne und das schwammige Fleisch herauskratzen. Jede Melonenhälfte in 4 Schnitze schneiden. Das Melonenfleisch aus der Schale lösen und in Würfel schneiden.
- Abwechselnd die Melonenstücke mit den Mozzarellakugeln sowie den Oliven auf Spiesse stecken. Auf eine Platte legen und bis zum Servieren kühl stellen.
- Den Estragon fein hacken. Den Knoblauch schälen, 2 dünne Scheiben abschneiden und diese sehr fein hacken (restlichen Knoblauch anderweitig verwenden). Den rosa Pfeffer im Mörser fein zerstoßen. Alle diese Zutaten in eine kleine Schüssel geben und mit dem Olivenöl, dem Zitronensaft sowie etwas Salz gut verrühren.
- Etwa 10 Minuten vor dem Servieren die Spiesse mit der Marinade bestreichen und kurz ziehen lassen. Dann servieren.

EINE KALTE TOMATEN - SOMMERSUPPE

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 15 Min.
Kochzeit: 20 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

1 Kilogramm frische Tomaten,
2 Knoblauchzehen
1/2 Peperoncini, entkernt
1/2 Bund Basilikum
Olivenöl
Salz
Pfeffer
2 Tassen lauwarme Bouillon
3 – 4 Eiswürfel
Brot



ZUBEREITUNG

- Tomaten entkernen und in Würfel schneiden
- Knoblauchzehen zerdrücken, hacken und mit der halben Peperoncini in einer Bratpfanne in 3 Esslöffel Olivenöl anbraten, nicht braun werden lassen, Tomatenwürfel begeben, Basilikum zerreißen und begeben, ca. 20 Minuten köcheln lassen.
- Die Tomaten ein bisschen mit der Gabel zerdrücken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomatensauce in einer Küchenmaschine pürieren, Bouillon dazugeben, kaltstellen (am besten mit einer Metallschüssel im Eiswasser, wenn es schnell gehen muss)
- Die kalte Suppe nochmals im Mixer mit 2,3 Eiswürfel pürieren, servieren, mit einigen zerrissenen Basilikumblätter garnieren.
- Dazu passt frisches Brot oder Knoblauchbrot

PEPERONI-PFIRSICH-SALAT MIT BASILIKUM-DRESSING

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 25 Min.
Backzeit: 20 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

- 1 Peperoni rot, gross
- 1 Peperoni gelb, gross
- 2 Frühlingszwiebeln
- 0.5 Bund Basilikum
- 2 Esslöffel Zitronensaft
- 2 Esslöffel Gemüsebouillon
- 6 Esslöffel Olivenöl
- 0.5 Teelöffel Honig flüssig
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 2 Pfirsich
- 2 Scheiben Weissbrot
- 1 Knoblauchzehe jung



ZUBEREITUNG

- Den Backofen auf 250 Grad vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.
- Die Peperoni halbieren, den Stiel und die Trennhäute mit den Kernen entfernen. Die Hälften mit der Hautseite nach oben nebeneinander auf das Blech legen und im 250 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille 15–20 Minuten backen, bis die Haut dunkle Blasen wirft. Die Peperoni kurz abkühlen lassen, dann mit Hilfe eines spitzen Messers die Haut abziehen. Die Peperoni in Streifen schneiden.
- Die Frühlingszwiebeln rüsten und mitsamt schönem Grün in feine Ringe schneiden.
- Die Basilikumblätter abzupfen und fein hacken. Mit dem Zitronensaft, der Bouillon und 5 Esslöffeln Olivenöl fein pürieren und mit dem Honig, Salz und Pfeffer würzen.
- Die Pfirsiche waschen und halbieren. Den Stein entfernen und die Pfirsiche in Schnitze schneiden. Pfirsiche, Peperoni und Frühlingszwiebeln sorgfältig mit dem Dressing mischen.
- Vor dem Servieren die Brotscheiben in etwa 1 cm grosse Würfel schneiden, den Knoblauch schälen. In einer Bratpfanne das restliche Olivenöl (1 Esslöffel) erhitzen und die Brotwürfel darin bei mittlerer Hitze unter Rühren goldgelb rösten. Den Knoblauch dazupressen und gut unterrühren. Die Pfanne gleich vom Herd ziehen, damit der Knoblauch nicht verbrennt. Die Croûtons auf den Salat geben und diesen sofort servieren.
- Im Backofen gebacken und gehäutet sind Peperoni besser verträglich und vor allem entfalten sie ihr feines, leicht süssliches Aroma besonders gut. So harmonieren sie perfekt mit der fruchtigen Säure der Pfirsiche.

VITELLO TONNATO

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 35 Min.
Kochzeit: 50 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

FLEISCH:

2 dl Weisswein
8 dl Wasser
1 Gemüsebouillon würfel oder
2 Teelöffel Gemüsebouillonpulver
1 Stück Rübeli
1 Stück Sellerie in der Grösse des Rüebli
1 mittlere Zwiebel
2 Lorbeerblätter
2 Gewürznelken
0.5 Teelöffel schwarze Pfefferkörner
700 g Kalbfleisch z.B. falsches Filet, Nuss, Huft

SAUCE:

1 Eigelb
1 Esslöffel Senf
1.5 dl Sonnenblumen- oder Traubenkernöl
1 Esslöffel Zitronensaft (1)
Salz
200 g Thon «au naturel» (in Salzwasser)
4 Sardellenfilets
2 Esslöffel Kapern
0.5 dl Sud vom Fleisch
2 Esslöffel Zitronensaft (2)
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

ZUM GARNIEREN:

Kapern, schwarze Oliven, Petersilie sowie nach Belieben dünne Zitronenscheiben



ZUBEREITUNG

- Weisswein, Wasser und Bouillonwürfel oder -pulver in eine mittlere Pfanne geben und aufkochen, dann leise kochen lassen.
- Inzwischen Rüebli und Sellerie schälen und in Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und die Hälften mit je 1 Lorbeerblatt und 1 Nelke bestecken. Die Pfefferkörner mit der Breitseite einer Messerklinge zerdrücken. Alle diese vorbereiteten Zutaten in den leicht kochenden Sud geben und alles weitere 5 Minuten kochen lassen.
- Das Fleisch kurz kalt abspülen und auf Küchenpapier trockentupfen. In den Sud legen und zugedeckt knapp vor dem Siedepunkt etwa 50 Minuten gar ziehen lassen; es darf noch leicht rosa sein (Fleischthermometer: 57 Grad Kerntemperatur). Aus dem Sud heben und auf einem Teller abkühlen lassen, dann in Klarsichtfolie gewickelt kühl stellen. Für die Sauce etwa 1 dl Bouillon durch ein feines Sieb in einen Messbecher giessen und ebenfalls kühl stellen.

- Für die Sauce Eigelb und Senf in einer Schüssel gut verrühren, damit beides Zimmertemperatur annimmt. Dann das Öl zunächst tropfenweise, dann in dünnem Faden unterrühren; es soll eine dicke Mayonnaise entstehen. Mit der ersten Portion Zitronensaft (1) sowie Salz würzen.
- Den Thon abtropfen lassen, dann zerzupfen und in einen hohen Becher geben. Die Sardellenfilets gründlich kalt abspülen und beifügen. Die Kapern warm abspülen und ebenfalls dazugeben. ½ dl Fleischsud sowie die zweite Portion Zitronensaft (2) beifügen. Alles mit dem Stabmixer sehr fein pürieren. Die Sauce zur Mayonnaise giessen, gut untermischen, nach Belieben mit etwas Sud verdünnen und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken. Kühl stellen.
- Zum Servieren etwas Thonsauce auf einer grossen Platte ausstreichen. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und ziegelartig auf der Sauce anrichten. Die restliche Thonsauce darüber verteilen. Das Vitello tonnato nach Belieben mit Kapern, Oliven, Petersilienblättchen und Zitronenscheiben garnieren.

SCHOKOLADENKUCHEN AUS DER ORANGENSCHALE

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 15 Min.
Koch-/Backzeit: 40 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

4 Orangen
150 g Zartbitter-Schokolade
100 g Butter
2 Eier
2 Eigelb (ja zusätzlich zu den 2 Eier!)
60 g Rohrzucker
40 g Mehl

Zur Deko:
Puderzucker
Minze



ZUBEREITUNG

- Zunächst schneidet man das obere Viertel der Orange ab und entfernt das Fruchtfleisch aus der Orange. Dazu verwendet man idealerweise ein flexibles Filiermesser, mit dem man das Fruchtfleisch aus der Orangenschale löst. Anschliessend hebt man das Fruchtfleisch mit einem Löffel vom Boden der Schale. Dabei sollte man behutsam vorgehen, um die Orangenschale nicht zu verletzen. Es macht nichts, wenn ein wenig Fruchtfleisch in der Schale bleibt, denn dadurch bekommt der Schokoladenkuchen noch ein wenig zusätzliches Orangenaroma.
- Schokolade und Butter werden bei schwacher Hitze geschmolzen. Am besten geht das mit einem Schokoladen-Schmelztopf, in dem man die Butter zusammen mit der Schokolade in diesem Topf über einem warmen Wasserbad zum schmelzen bringt.
- In der Zwischenzeit schlägt man mit einem Handmixer Eier, Eigelb und den Zucker schaumig. Darüber siebt man das Mehl und hebt es langsam unter. Zuletzt gibt man die geschmolzene Schokoladen-Buttermischung hinzu und verrührt das Ganze zu einem cremigen Teig. Diesen Teig gibt man jetzt in die ausgehöhlten Orangen. Diese sollte man jedoch nur **zu 3/4 füllen**, da der Teig beim Backen noch etwas aufgeht.
- Die gefüllten Orangen grillt man jetzt indirekt bei 180 Grad für etwa 35-40 Minuten (je nach Größe der Orangen). Alternativ klappt das natürlich auch im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Ober- /Unterhitze. Die Garzeit ist relativ lang, was an der dicken Orangenschale liegt, die den Kuchen förmlich isoliert. Der Kuchen backt eher von oben nach unten durch. Wenn der "Deckel" des Kuchens fest wird, ist der Rest des Kuchens noch lange nicht fertig. Komplett durchbacken soll der Schokoladenkuchen auch nicht, da ein flüssiger Kern erwünscht ist. Wer sich unsicher ist, macht die "Stäbchenprobe" mit einem Holzspieß. Wer einen eher flüssigen/cremigen Kuchen haben möchte, backt die Orangen ca. 35 Minuten, wer es fester mag, lässt sie 40 Minuten im Grill/Backofen. Wichtig: Die Orangen

keinesfalls heißer als 180 Grad backen, da die Schale sonst unansehnlich braun wird.

- Schokoladenkuchen aus der Orangenschale ist nicht nur ein optischer Hingucker. Das verbleibende Fruchtfleisch in der Schale sorgt für ein geniales Orangenaroma und Schokokuchen mit flüssigem Kern ist ja sowieso ein Traum 😊.