

# SÄULIÄMTLER GOURMET CHUCHI

303. Chochete vom 7.1.2020  
mit Roland Gächter



## MENÜ

### Apéro

Wilde Austern von Holland  
Schottischer Rauchlachs  
Zitrone / Rotweinessig mit Schalotten  
Toastbrot

### Suppe

Fenchel-Pernod-Suppe mit gebackener  
Jakobsmuschel

### Hauptgang

Wolfsbarschfilet mit Kräuter-Ofengemüse  
und Safran-Aioli  
UrDinkel-Kernotto mit Kräutern

### Dessert

Käsevariationen  
vom Welschland und Frankreich  
Mit Birnenbrot, Baumnüssen, Feigen und  
Datteln

## WEINE

### Weiss/Rotwein

Domaine de Canta Rainette  
Vin mousseux de qualité Methode  
Traditionnelle  
Extra Brut  
Caprice Rosé  
Cinsault  
La Motte France

### Weiss/Rotwein

Fehr & Engeli Ueken AG, Weinbau  
Riesling 2018  
AOC Aargau  
5028 Ueken AG

### Weiss/Rotwein

Weinbau Hartmann AG  
SALVIA Remigen 2018  
Blauburgunder  
AOC Aargau  
5236 Remigen AG

### Weiss/Rotwein

I Scriani  
Clasico  
Amarone della Valpolicella 2012  
Corvina, Rondinella, Molinara  
Fumane Italia

# WILDE AUSTERN VON HOLLAND SCHOTTISCHER RAUHLACHS ZITRONE / ROTWEINESSIG MIT SCHALOTTEN TOASTBROT

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: x Min.  
Koch-/Backzeit: 15 Min.  
Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

8	Scheiben Toastbrot
12	Austern
1	Zitrone
1 dl	Rotweinessig
1	Schalotte
200 g	Räucherlachs
50 g	Butter



## ZUBEREITUNG

- Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
- Die Toast-Scheiben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und etwas rösten. Austern öffnen.
- Zitrone in vier Teile schneiden und über die Austern träufeln.
- Schalotte schälen und fein hacken, dann in den Rotweinessig geben und servieren.
- Räucherlachs in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und zum Toastbrot servieren. Butter nach Belieben auf das Toastbrot streichen

# FENCHEL-PERNOD-SUPPE MIT GEBACKENER JAKOBSMUSCHEL

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: x Min.  
Koch-/Backzeit: 30 Min.  
Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

500 g Fenchel  
2 Schalotten  
50 ml Pernod oder trockener Wermut  
5 dl Gemüsebouillon  
2.5 dl Halbrahm  
Olivenöl zum Braten  
Saft von einer Zitrone  
Meersalz  
Pfeffer aus der Mühle

4 Jakobsmuscheln, ausgelöst, ohne Rogen  
1 Ei  
100 g Mehl  
100 g Paniermehl  
1 EL gehackte Petersilie  
Anis gemahlen  
Meersalz  
Olivenöl zum Braten

## ZUBEREITUNG

- Das Fenchelgrün abtrennen. Den Fenchel in kleine Stücke schneiden.
  - Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden.
  - Den Fenchel in Olivenöl etwa 5 Minuten andünsten, dann die Schalotten zugeben.
  - Nun mit der Gemüsebouillon aufgießen und den Fenchel weich kochen.
  - Anschliessend den Rahm zugeben und einmal aufkochen.
  - Alles mit dem Stabmixer gründlich pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Danach den Pernod dazugeben.
  - Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
- 
- Paniermehl mit der gehackten Petersilie und dem Anis vermischen. Einen Zeller mit Mehl, einen mit verrührtem Ei und einen mit Paniermehl bereitetstellen, dabei das Ei leicht übersalzen.
  - Die Jakobsmuscheln in dieser Reihenfolge panieren und in einer Pfanne in Olivenöl goldbraun ausbacken.
  - Die gebackenen Jakobsmuscheln mit einem Küchenpapier abtupfen und mit der Suppe servieren

# WOLFSBARSCHFILET MIT KRÄUTER

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: x Min.  
Koch-/Backzeit: 60 Min.  
Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

4 Wolfsbarschfilets à 200 g, ohne Gräten  
1 Zucchini grün  
1 Zucchini gelb  
1 Aubergine  
1 Fenchel  
1 Peperoni rot  
2 Tomaten  
1 Bund Thymian und Rosmarin  
2 Knoblauchzehen  
Olivenöl  
Meersalz  
Pfeffer aus der Mühle



## ZUBEREITUNG

- Den Ofen auf 180° C Umluft vorheizen. Die Peperoni mit einem Schäler rüsten, das Kerngehäuse und die weissen Häutchen entfernen und grob würfeln.
- Die Aubergine und die Zucchini ebenfalls rüsten und grob würfeln.
- Den Fenchel halbieren und den Strunk entfernen, danach grob würfeln. Das gesamte vorbereitete Gemüse nun auf ein Backblech legen, die Kräuterzweige und Knoblauchzehen hinzugeben.
- Das Gemüse mit Olivenöl, Meersalz und Pfeffer marinieren und im Ofen etwa 30-40 Minuten garen lassen.
- Die Tomaten oben über das Kreuz einritzen, für 10 Sekunden in kochendes Wasser halten und sofort im Eiswasser abschrecken.
- Danach die Tomaten schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Das Tomatenfleisch würfeln.
- Von den entgräteten Fischfilets die Haut entfernen, salzen, pfeffern und etwa 10 Minuten vor Garende auf das Gemüse legen.
- Sobald der Fisch gar ist, das Blech aus dem Ofen nehmen und die Tomatenwürfel darüber verteilen.
- Die Fischfilets nun mit dem Gemüse und der Safran-Aioli anrichten.

# SAFRAN-AIOLI:

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: x Min.

Koch-/Backzeit: x Min.

Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

5 Knoblauchzehen  
3 Eigelb  
30 g mehlig-e Kartoffeln  
20 ml Zitronensaft  
2 dl Olivenöl  
2 g Safran  
Meersalz  
Pfeffer aus der Mühle

## ZUBEREITUNG

- Für die Aioli die Kartoffeln kochen und durch eine Presse drücken. Knoblauch schälen und fein hacken.
- Eigelb, Zitronensaft, Safran und Kartoffelpüree verrühren.
- Anschliessend mit einem Stabmixer Olivenöl langsam nach und nach einlaufen lassen, so dass eine Emulsion entsteht (etwa Konsistenz von einer Mayonnaise).

# URDINKEL-KERNOTTO MIT KRÄUTERN

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: x Min.

Koch-/Backzeit: x Min.

Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1	Kohlrabi
2 EL	Raps- oder Olivenöl
250 g	UrDinkel-Kernotto
2 dl	Weisswein
5 dl	Gemüsebouillon
1 Bund	Petersilie glattblättrig
1 Bund	Bärlauch
50 g	Sbrinz gerieben
100 g	Frischkäse mit Pfeffer
	Salz
	Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

## ZUBEREITUNG

- Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Kohlrabi ebenfalls schälen und in feine Würfelchen schneiden.
- In einer Pfanne das Rapsöl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten, dann den Kohlrabi beifügen und zugedeckt 5 Minuten mitdünsten. Das Kernotto beifügen und mit Weisswein ablöschen.
- Den UrDinkel kochen lassen, bis der Weisswein vollständig eingekocht ist. Anschliessend die heisse Gemüsebouillon dazugiessen, sodass die Getreidekörner knapp bedeckt sind. Das Kernotto unter gelegentlichem Rühren auf mittlerer Stufe weich kochen. Dabei wenn nötig immer wieder etwas Bouillon beifügen.
- Während das Kernotto kocht, die Kräuter fein hacken.
- Am Ende der Kochzeit den Sbrinz und den Frischkäse untermischen und das Kernotto mit Salz sowie eventuell mit Pfeffer würzen. Zwei Drittel der Kräuter untermischen und das Kernotto in tiefen, vorgewärmten Tellern anrichten. Mit den restlichen Kräutern bestreuen und sofort servieren.

Für ein Kernotto werden die Kerne poliert, das heisst ein Teil der Schale (Spelz) wird entfernt, deshalb muss er auch nicht mit Wasser vorgequellt werden, sondern kann wie ein Risotto direkt gekocht werden.