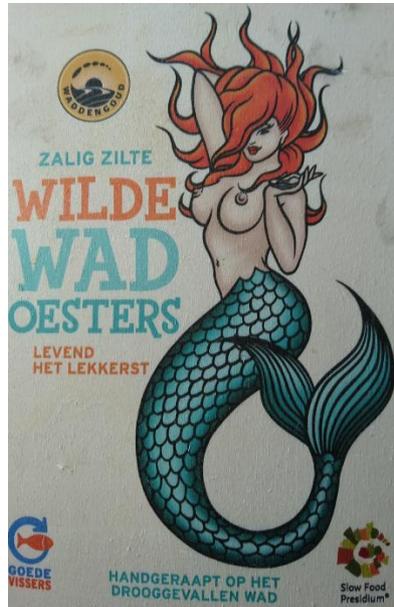


SÄULIÄMTLER GOURMET CHUCHI

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.