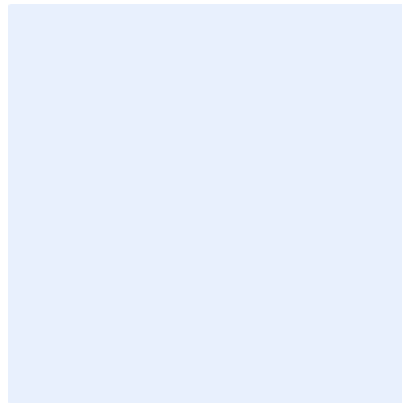


# SÄULIÄMTLER GOURMET CHUCHI

293. Chochete vom 05.02.2019  
mit Gerhard Kiniger

## SUPPEN / EINTOPF KASPAR



### MENÜ

#### 1. Gang

Gulaschsuppe mit Paprika und Chili

#### 2. Gang

Lammeintopf mit Marzipan und Aprikosen

#### 3. Gang

Chili con Carne

#### 4. Gang

Bouillabaisse mit Rouille

#### 5. Gang

Jambalya vom Poulet und Crevette

### WEINE

#### Weiss/Rotwein

Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.

#### Weiss/Rotwein

Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.

#### Weiss/Rotwein

Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.

#### Weiss/Rotwein

Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.

#### Weiss/Rotwein

Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.

# GULASCHSUPPE

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: 30 Min.  
Koch-/Backzeit: 150 Min.  
Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

700gr. Rindfleisch von der Schulter in 1cm Würfel  
400gr. Zwiebeln fein gewürfelt  
2 EL ÖL  
20gr. Tomatenmark  
0.75LT Hühnerbrühe  
120gr. Rote Peperoni entkernt in 1cm Würfel  
120gr. Gelbe Peperoni entkernt in 1cm Würfel  
100gr. Zucchini  
300gr. Kartoffeln geschält in 1cm Würfel  
1 rote Chilischote  
1 Lorbeerblatt  
Pfeffer und Salz

### Gulaschgewürz

2 Knoblauchzehen ohne Strunk gewürfelt  
2 Zitronenschalen in Streifen  
5gr. Kümmel  
5gr. Majoran zusammen mit Kümmel und Zitronenschale hacken  
2EL Paprikapulver  
2EL Hühnerbrühe mit Paprikapulver verrühren.  
2EL Petersilie

## ZUBEREITUNG

- Das Öl in einem weiten Topf erhitzen, das Fleisch rundum anbraten aus der Pfanne nehmen. Die Zwiebeln andünsten, das Tomatenmark beifügen und kurz mitrösten das Fleisch wieder beifügen und mit der Brühe auffüllen. Ca. 2 Stunden sanft weich garen.
- Kurz vordem Ende der Garzeit das Gemüse und die Kartoffeln beifügen und auch das Lorbeerblatt etwas salzen und fertig garen.
- Die Gulaschsuppe mit der Gewürzmischung sowie dem angerrührten Paprika würzen 5 Minuten ziehen lassen. Den Lorbeer entfernen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In Tassen anrichten mit Petersilie und wer mag etwas Crème Fraîche garnieren.

# LAMMEINTOPF MIT MARZIPAN UND APRIKOSEN

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: 20 Min.

Koch-/Backzeit: 90 Min.

Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für x Personen)

### Menge Zutaten

4 Stk. Getrocknete Aprikosen vierteln  
60gr. Apfelsaft aufkochen und Aprikosen einlegen  
600gr Lammfleisch aus der Schulter  
in 2cm grosse Würfel schneiden  
2 EL Rapsöl  
40gr. Tomatenkonzentrat  
10gr Kurkuma  
1,2 Lt Hühnerbrühe  
1 Zwiebel in feine Würfel  
2Stk. Karotten in scheiben  
20gr. Butter  
1dl. Gemüsebrühe  
5 Stk. Frühlingszwiebeln in Ringe  
10gr. Kreuzkümmel  
10gr. Kümmel  
2Stk. Kardomonkapseln  
10gr. Marzipan  
1 Stk. Knoblauchzehen in Scheiben  
30gr. Ingwer

## ZUBEREITUNG

- Das Fleisch im Öl anbraten aus der Pfanne nehmen, Tomatenmark mit Kurkuma anrösten das Fleisch wieder beifügen mit der Brühe auffüllen, auf dem Siedepunkt ca. 90 Minuten weichgaren.
- Die Zwiebeln und das Gemüse in Butter glasig dünsten, Gemüsebrühe beifügen und ca. 5 Minuten garen.
- Kümmel anrösten im Mörser zermahlen und mit dem Marzipan mischen.
- Am Ende der Garzeit den Ingwer und Knoblauch unter den Eintopf mischen. Das Gemüse mit dem Fleisch den Frühlingszwiebeln, Aprikosen und der Gewürzmischung gut verrühren. Ingwer und Knoblauch entfernen. und mit etwas Chili würzen.

# CHILI CON CARNE

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: 20 Min.

Koch-/Backzeit: 60 Min.

Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

1Stk. Zwiebel in kleine Würfel  
2El braune Butter  
600gr grobes Rinderhackfleisch  
30gr Tomatenpüree  
20gr Ketchup  
8dl Hühnerbouillon  
1Stk Lorbeerblatt  
150gr. Tiefkühl Mais  
Je 1 Scheibe Ingwer und Knoblauch  
1Stk Chilischote in Ringe geschnitten  
2gr Kreuzkümmel  
5gr. Paprika edelsüess  
Schale von der abgeriebenen Zitrone  
1El Olivenöl  
200gr rote Indianerbohnen  
1stk Peperoni in 5mm grosse Würfel schneiden  
160gr Zucchini in 5mm Würfel  
200gr stückige Tomaten aus der Dose  
30gr Peterli gehackt

## ZUBEREITUNG

- Die Butter erwärmen in einer weiten Pfanne, die Zwiebeln andünsten das Fleisch dazu geben und anbraten. Tomatenmark und Ketchup beifügen und mitbraten. Die Brühe angiesen und ca. 45 Minuten garen. Das Lorbeerblatt dazu geben und weiter 15 Minuten garen.
- Aus Kümmel, Knoblauch, Ingwer, Koriander, Zitronenschale, Paprikapulver und Olivenöl im Mörser eine Paste zubereiten.
- Das Fleisch mit der Gewürzpaste dem abgetropften Bohnen und dem aufgetauten Mais würzen. Das geschnittene Gemüse und die Tomaten beifügen und weiter 5 Minuten garen mit Chili, Salz und Pfeffer würzen.

# BOUILLABAISE MIT ROUILLE

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: 45 Min.  
Koch-/Backzeit: 30 Min.  
Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

150gr. Muschelfleisch ausgelöst  
1Stk. Zwiebeln in feine Würfel  
1Stk Stangensellerie in schräge Scheiben  
½ Fenchelknolle in Streifen  
30gr. Olivenöl  
50gr. Nolly Prat  
1,2Lt Fischbrühe oder Gemüsebrühe  
½ Frühlingszwiebel in Röllchen  
100gr Cherrytomaten vierteln  
90gr Champignon klein halbieren  
Etwas Safran  
4Stk Crevetten geputzt der Länge nach halbieren  
500gr Fischfilet ohne Haut in Mundgerechte Würfel

### Sauce Rouille

Etwas Safran  
30gr. Gemüsebrühe  
1Stk. Knoblauchzehe gehackt  
200gr. Crémé fraîche  
30gr Olivenöl  
Salz und Chili

## ZUBEREITUNG

- In einer Pfanne die Zwiebeln und das geschnittene Gemüse andünsten mit dem Nolly Prat ablöschen und den Fond aufgiessen. 12 Minuten köcheln lassen.
- Die Pilze, Tomaten, Thymian, Knoblauch, Safran und etwas Äniskör beifügen und warmhalten.
- Im heissen Salzwasser die Fische und Crevetten ziehen lassen aus dem Wasser holen und in die Brühe geben, weitere 2-3 Minuten garen. Knoblauch und Thymian entfernen. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.
- Für die Sauce Rouille  
Safran in der Bouillon ziehen lassen. Die Crémé fraîche den Knoblauch und das Olivenöl unter die Brühe mischen, und abschmecken. Dazu servieren.

# JAMBALYA POULET MIT CREVETTEN

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: 15 Min.

Koch-/Backzeit: 40 Min.

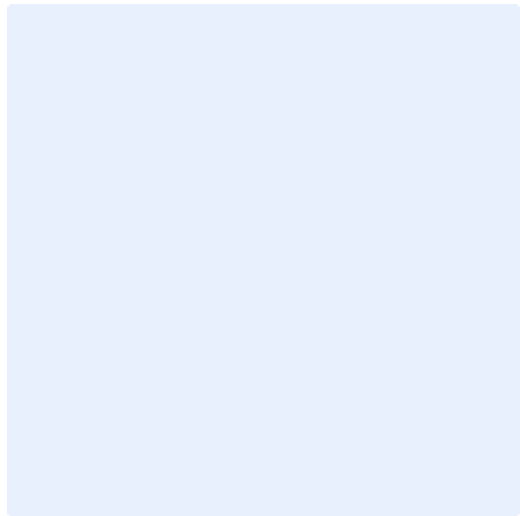
Ruhezeit: x Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

1Stk.	Zwiebel
3Stk.	Knoblauch
1Stk	gelbe Peperoni in Würfel
120gr.	Stangensellerie in Würfel
400gr.	Pouletschenkelragout
Salz, Pfeffer	
30gr.	Rapsöl
150gr.	Chorizo
50gr.	Tomatenpüree
8dl	Geflügelbrühe
30gr,	Barbecue Gewürz
300gr.	Gewürfelte Tomaten Dosen
8Stk.	Grosse Crevetten
220gr.	Langkornreis
70gr.	Orangensaft
40gr.	Honig



## ZUBEREITUNG

- Zwiebel grob würfeln. Knoblauchzehen andrücken. Paprika und Staudensellerie putzen und grob würfeln. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem großen Topf erhitzen. Poulet bei starker Hitze rundum goldbraun braten, herausnehmen
- Chorizo grob würfeln, in den Topf geben, 2-3 Min. braten. Herausnehmen. Gemüse in den Topf geben und 5 Min. braten, bis es goldbraun ist. Tomatenmark zugeben und 1 Min. unter Rühren bräunen, mit 400 ml Hühnerbrühe ablöschen. 2-3 Tl kreolische Würzmischung und Pizzatomaten unterrühren. Hähnchenkeulen und Chorizo zugeben.
- Abgedeckt bei niedriger bis mittlerer Hitze 10 Min. köcheln lassen. Restliche Bouillon zugeben, umrühren, zum Kochen bringen, Crevetten und Reis zugeben und bei niedriger Hitze 15 Min. köcheln lassen. Umrühren und abgedeckt 10 Min. weitergaren, abschalten. Mit Orangensaft und Honig abschmecken, 10 Min. ziehen lassen.