

SÄULIÄMTLER GOURMET CHUCHI

319. Chochete vom 13.12.2022
mit Thomas Waser

DER WINTER IST DA...



MENÜ

Apéro

Crostini mit Pulled Pork und Birne
Kernecrackers mit Rohschinkenmousse

Vorspeise 1

Carpaccio von gebackenen Randen

Vorspeise 2

Ceviche mit Avocado und Mango

Hauptgang

Gebratener Lachs auf Safran-Linsen
und Cherrytomaten

Dessert

Orangensoufflé

WEINE

Weisswein

Verdejo Viñas Viejas, Rueda 2020
Bodegas Grupo Yllera

Weisswein

Sortenrein Riesling, AOC Zürich 2019
Staatskellerei Zürich

Weisswein

Epesses Clos du Boux, Lavaux AOC 2020
Luc Massy

Rotwein

Big John Cuvée Reserve, Burgenland 2020
Weingut Scheiblhofer

Dessertwein (Auswahl)

Sauternes Chateau Doisy-Védrines 2007
Sauternes Cypres de Climens 2007
Amigne de Vétroz 2011, J.-R. Germanier

CROSTINI MIT PULLED PORK UND BIRNE

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 20 Min.
Koch-/Backzeit: ca. 5 Std.
Ruhezeit: ca. 1 Std.

ZUTATEN

(für 20 Stücke)

Menge Zutaten

Fleisch

2 EL Honigsenf
2 EL Rapsöl
1 Knoblauchzehe, gepresst
2 EL Rosmarin, grob geschnitten
1 ¼ kg Schweinsbraten (z.B. Schulter)
1 ½ TL Salz
wenig Pfeffer

Pulled Pork

1 Zitrone, nur Saft
1 dl Aceto Balsamico Bianco
1 ½ dl Rapsöl
1 Birne, in Würfeli
½ Bund Oregano, fein geschnitten
½ Bund glattblättrige Petersilie, fein geschnitten
1 Bundzwiebel mit dem Grün, in feinen Ringen
½ TL Salz
wenig Pfeffer
2 Baguettes, in ca. 1.5 cm dicken Scheiben

ZUBEREITUNG

- **Fleisch:**
Senf, Öl, Knoblauch und Rosmarin verrühren. Fleisch damit bestreichen, zugedeckt ca. 1 Stunde marinieren. Fleisch würzen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken.
- **Braten im Ofen:**
Ca. 5 Stunden in der Mitte des auf 120 °C vorgeheizten Ofens (die Kerntemperatur des Fleisches soll 90 °C betragen). Fleisch herausnehmen, mit zwei Gabeln zerzupfen.
- **Pulled Pork:**
Zitronensaft, Aceto und Öl in einer Schüssel verrühren, zerzupftes Fleisch begeben, mischen. Birnenwürfeli und alle Zutaten bis und mit Pfeffer daruntermischen. Brotscheiben in einer Bratpfanne beidseitig rösten, Pulled Pork daraufverteilen.
- **Tipp:**
Restliche Pulled Pork-Mischung als Salat verwenden.



KERNECRACKER MIT ROHSCHINKEN-MOUSSE

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 30 Min.

Koch-/Backzeit: 25 Min.

ZUTATEN

(Kernecracker ca. 40 Stk. / Mousse ca. 20 Stk.)

Menge Zutaten

Kernecracker

75 g Vollkornmehl
75 g Weissmehl
80 g Leinsamen
50 g Kürbiskerne, grob gehackt
50 g Sonnenblumenkerne
½ TL Salz
½ dl Rapsöl
1 EL flüssiger Bienenhonig
1 dl Wasser, siedend heiss

Rohschinken-Mousse

160 g Frischkäse nature
2 EL Kresse, ca. 20g grob gehackt
50 g Rohschinken in Würfelchen geschnitten
1 EL Joghurt
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 dl Rahm, geschlagen

ZUBEREITUNG

- Kernecracker
 - Die trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen. Restliche Zutaten (Rapsöl, Bienenhonig, Wasser) zugeben und sofort mit einer Kelle zu einem Teig zusammenfügen
 - Den Teig halbieren, beide Teighälften je zwischen 2 Backpapieren 2mm dünn auswallen (möglichst rechteckig). Oberes Backpapier entfernen, das untere Papier auf dem Teig auf einem Schneidebrett legen, mit einem grossen Messer je nach Belieben die Cracker zuschneiden (rechteckig, quadratisch, rhombenförmig)
 - Teig mit dem Papier aufs Blech ziehen. Backofen (Umluft) auf 150 °C vorheizen und die Cracker ca. 25 backen, bis sie leicht braun sind.
 - Die gebackenen Cracker in Stücke brechen, auskühlen lassen, in Guetzlibüchsen aufbewahren
 - Cracker schmecken als Snack oder als Unterlage für Apérohäppchen.
- Rohschinken-Mousse
 - Die Zutaten bis und mit Joghurt mischen, Rahm sorgfältig darunterziehen. Abschmecken.
 - Füllung mit einem Spritzsack auf die Kernecracker spritzen. Einige Rohschinken-Würfeli sowie etwas Kresse als Dekoration.



CARPACCIO VON GEBACKENEN RANDEN

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 30 Min.
Koch-/Backzeit: 50-60 Min.
Ruhezeit: 20-30 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

500 g Randen mittel, frisch
2 Zw. Rosmarin
8 Zw. Thymian
4 EL Olivenöl
Salz
40 g Pinienkerne
2 Stk Ziegenfrischkäse (je 80 g)

Sauce:

2 EL Weissweinessig
2 EL Balsamicoessig
Salz, Pfeffer
8 EL Olivenöl



ZUBEREITUNG

- Den Backofen auf 200 Grad vorheizen
- Die Randen waschen, jedoch weder schälen noch rüsten, damit ihr Saft beim Backen nicht ausläuft. Trocken tupfen und in eine kleine Gratinform setzen. Die Rosmarinzwige mit der Schere in kleine Büschelchen schneiden und über die Randen verteilen. Die Thymianzwige ebenfalls darübergeben. Die Randen mit Olivenöl beträufeln und leicht salzen.
- Die Randen im 200 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille je nach Grösse 50-60 Minuten backen. Etwas abkühlen lassen.
- Inzwischen in einer trockenen Pfanne die Pinienkerne ohne Fettzugabe rösten.
- Die Schale der Randen ablösen. Die Knollen in möglichst dünne Scheiben schneiden und ziegelartig auf einem Teller anrichten. Den Ziegenfrischkäse in kleinen Stückchen über die Randen verteilen.
- Für die Sauce beide Essigsorten, Salz, Pfeffer und Olivenöl mit einem kleinen Schwingbesen zu einer Sauce rühren. Über das Carpaccio träufeln. Am Schluss alles mit den Pinienkernen bestreuen.

CEVICHE MIT AVOCADO UND MANGO

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 30 Min.

Ruhezeit: 30 Min.

ZUTATEN

(ergibt 10-12 kleine Gläser)

Menge Zutaten

- 1 Zwiebel klein, rot
- 1 Peperoncino
- ½ Bund Petersilie glattblättrig (oder Koriander)
- 2 Limetten
- ½ Orange (Saft)
- 1 Avocado
- ½ Mango
- 250 g Fisch weissfleischig, Sushi-Qualität
z.B. Steinbutt, Dorade oder Seeteufel
- Salz



ZUBEREITUNG

- Die Zwiebel schälen und sehr klein würfeln. Den Peperoncino längs halbieren, entkernen, in Streifen und diese in feine Würfelchen schneiden. Die Petersilie (oder den Koriander) grob hacken. Alles in eine Schüssel geben.
- Den Saft der Limetten sowie der Orange auspressen und zur Zwiebelmischung geben.
- Die Avocado und die Mango schälen und in kleine Würfel schneiden. Zur Zwiebelmischung geben.
- Den Fisch nach allfälligen Gräten abtasten und diese wenn nötig mit einer Pinzette herausziehen. Den Fisch in 1 cm grosse Würfel schneiden und zu den Zutaten in der Schüssel geben. Mit Salz würzen und alles sorgfältig mischen. Im Kühlschrank mindestens ½ Stunde, jedoch nicht länger als 1 ½ Stunden ziehen lassen.
- Die Ceviche in kleine Gläser anrichten und kalt servieren.

GEBRATENER LACHS AUF SAFRAN-LINSEN

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 20 Min.

Koch-/Backzeit: 25-35 Min. (Linsen) / 6-7 Min. (Lachs)

Zutaten

(für 4 Pers. als Hauptgang / oder für 6 Pers. als Vorspeise)

Menge Zutaten

- 200 g grüne Linsen
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Butter
- 1 EL Olivenöl
- 3 dl schwach dosierte Gemüsebouillon
- 1 ½ dl Noilly Prat (oder halb trockener Sherry/
halb Weisswein)
- 2 Briefchen Safran
- 4 Tranchen Lachsfilet, ohne Haut, je 120-140 g als Hauptgang (oder 80-100 g
als Vorspeise)
- 1 Bund Dill
- 1 EL süsser Senf
- einige Spritzer Zitronensaft
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ½ TL Piment d'Espelette* (oder zerstoßener rosa Pfeffer)
- Cherrytomaten am Stiel



*Fine Food Chilipulver aus dem Baskenland AOC (erhältlich bei Coop)

ZUBEREITUNG

- Die Linsen mit Wasser bedeckt einmal kräftig aufkochen, dann in ein Sieb abschütten und gründlich spülen.
- Die Frühlingszwiebeln rüsten. Das Weiße und den untersten Teil des Grüns fein hacken, das dunklere Grün in Röllchen schneiden und beiseitelegen. Die Knoblauchzehe schälen und hacken.
- Die Butter und das Olivenöl erhitzen. Die gehackten Frühlingszwiebeln und den Knoblauch darin glasig dünsten. Die Linsen und die Bouillon beifügen, aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 25-35 Minuten garen.
- Gleichzeitig in einer kleinen Pfanne den Noilly Prat auf 1 dl einkochen lassen. Am Schluss den Safran beifügen.
- Von den Lachstranchen wenn nötig die braun-silbrigen Stellen wegschneiden. Den Dill mittelfein hacken. ½ des Dills über den Lachs streuen und diesen bis zur Zubereitung wieder kühl stellen. Den restlichen Dill für die Linsen beiseitestellen.
- Wenn die Linsen weich sind, die Safranflüssigkeit sowie den Dill beifügen und alles mit dem Senf, wenig Zitronensaft sowie Salz und Pfeffer würzen. Beiseitestellen.
- Vor der Zubereitung die Lachstranchen beidseitig mit Salz und Piment d'Espelette (oder rosa Pfeffer) würzen.
- Eine Bratpfanne leer kräftig erhitzen. Mit einem Backpapier belegen und die Lachstranchen hineinlegen. Den Lachs bei oberer Mittelhitze auf der ersten Seite 4 Minuten garen. Dann wenden und jetzt bei mittlerer Hitze noch 2-3 Minuten fertigbaren.

- Gleichzeitig die Linsen noch einmal gut heiss werden lassen. Das beiseitegelegte Frühlingszwiebelgrün untermischen.
- Die Linsen auf vorgewärmten Tellern anrichten, die Lachstranchen daraufsetzen und mit etwas Safranflüssigkeit beträufeln. Sofort servieren.
- Einige Cherrytomaten mit Stiel in einer beschichteten Bratpfanne in etwas Olivenöl kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und als Garnitur auf die Linsen geben.

ORANGENSOUFFLÉ

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 30 Min.
Koch-/Backzeit: 12-15 Min.

Zutaten
(ergibt 6 Portionen)

Menge Zutaten

1	Orange
100g	Zucker
2 EL	Orangenlikör
2 ½ dl	Milch
½	Vanilleschoten
4	Eigelb
1 EL	Mehl gehäuft
1 EL	Maizena gehäuft
	Butter und Zucker für die Förmchen
4	Eiweiss
	Puderzucker zum Bestreuen



ZUBEREITUNG

- Von der Orange die Schale sehr dünn abreiben. Mit 25 g Zucker in eine kleine Pfanne geben. Den Saft der Orange auspressen und beifügen. Alles unter Rühren auf mittlerem Feuer sirupartig einkochen lassen. Am Schluss den Orangenlikör untermischen. Beiseitestellen.
- Die Milch mit der aufgeschlitzten Vanilleschote und den herausgekratzten Samen in eine Pfanne geben und aufkochen. Vom Herd ziehen und 5 Minuten durchziehen lassen.
- In einer Schüssel 50 g Zucker und das Eigelb zu einer hellen, dicken Creme aufschlagen; dies dauert mit dem Handrührgerät 8-10 Minuten. Mehl und Maizena untermischen.
- Die Vanilleschote aus der Milch entfernen und die Milch nochmals aufkochen. Unter die Eigelbmischung rühren. Alles in die Pfanne zurückgeben und unter stetem Rühren aufkochen, bis die Creme andickt. Sofort in die Schüssel umgiessen. Den Orangensirup untermischen, dann die Masse mit Klarsichtfolie decken, damit sich keine Haut bilden kann. Abkühlen lassen.
- 6 Portionen-Souffléförmchen mit etwas Butter ausstreichen. Kühl stellen, dann ein zweites Mal mit Butter bestreichen. Nun die Förmchen mit Zucker ausstreuen, überschüssigen Zucker durch Klopfen entfernen. Bis hierher kann das Soufflé vorbereitet werden.
- Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

- Das Eiweiss sehr schaumig schlagen. Dann restliche 25 g Zucker löffelweise einrieseln lassen und so lange weiterrühren, bis eine glänzende, feinporige Masse entstanden ist. Sorgfältig in 2 Portionen unter die abgekühlte Soufflémasse ziehen und diese in die vorbereiteten Förmchen füllen; die Masse soll bis an den Rand reichen. Mit Puderzucker bestäuben. Mit dem Daumen an der Innenseite der Förmchen entlang fahren, so dass eine Kerbe entsteht; auf diese Weise geht das Soufflé gleichmässig auf.
- Die Soufflés sofort im 180 Grad heissen Ofen auf der zweituntersten Rille 12-15 Minuten backen, bis es schön aufgegangen ist. Mit Puderzucker bestäuben und sofort servieren.
- Kann dazu serviert werden:
 - flambierte Orangen (Butter, Zucker, Orangen, Grand Marnier)
 - Vanilleglace