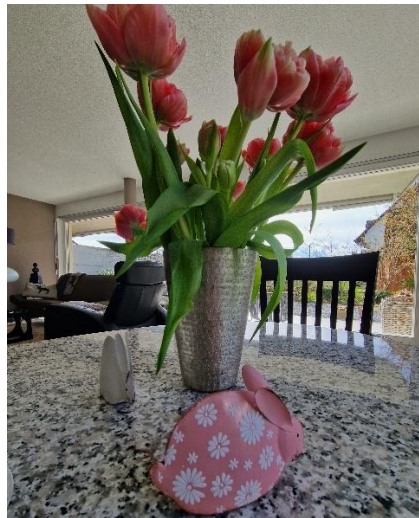


# SÄULIÄMTLER GOURMET CHUCHI

323. Chochete vom 04.04.2023  
mit Michael Peter & Andreas Görög

OSTERSTIMMUNG KOMMT AUF



## MENÜ

### Apéro

Erdnuss-Tilsiter Dip &  
Roastbeef-Snack mit Randen

### Suppe

Weisse Zwiebelcremesuppe mit Zitronen-  
Germolata

### Vorspeise

Broccoli – Käse - Soufflé

### Hauptgang

Poulet Strudel mit Minz Raita

### Dessert

Toskanischer Apfelkuchen

## WEINE

### Weisswein

Riesling – 100 Hügel  
Weingut Wittmann - Reinhessen

### Weisswein

Riesling – Hommage à Luise  
Weingut Bürklin-Wolf - Pfalz

### Rotwein

Pinot Noir, Lemberger, St. Laurent,  
Dornfelder – WinWin  
Weingut von Winning - Pfalz

### Weisswein

Riesling – Braunberger Juffer Sonnenuhr  
Weingut Fritz Haag – Mosel-Saar-Ruwer

# ERDNUSS-TILSITER DIP &

## INFORMATION

Schnell und einfach

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

100 g roter Tilsiter  
100 g Erdnusscreme  
100 g Crème Fraîche  
100 g Nature Joghurt  
3-4 EL Milch optional, je nach Konsistenzwunsch  
Chilipulver, Salz und Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Tilsiter grob raffeln

Alle Zutaten verrühren und abschmecken

Passt zu Chips, Nachos, Gemüse oder auch einfach zu Brot



# ROASTBEEF-SNACK MIT RANDEN

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

16 Stk Vollkornbrot (Canapé Scheiben), rund  
120 g Frischkäse mit Knoblauch  
etwas frischen Schnittlauch  
4 Kugel Randen gekocht  
16 Stk Roastbeef (Scheiben)  
8 Wachteleier  
Salz  
Pfeffer, schwarzer aus der Mühle  
etwas Petersilie Zubereitung



## ZUBEREITUNG

- Die Wachteleier 3 Minuten kochen, mit kaltem Wasser abschrecken, pellen und halbieren. Den Lauch sehr fein schneiden. Unter den Frischkäse mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Frischkäse auf den Brotscheiben verteilen.
- Von der Randenkugeln 4 Scheiben abschneiden und diese evtl. mit einer Schere oder einem Messer passend zu den Brottalern schneiden. Die Randen-Scheiben leicht pfeffern.
- Die Roastbeefscheiben aufrollen und auf die Randen-Scheiben legen. Ein halbiertes Ei darauf platzieren und mit einem Zahnstocher bis zu den Brotscheiben fixieren. Die Eier leicht pfeffern und jeweils ein kleines Blättchen Petersilie auflegen.

# WEISSE ZWIEBELCREMESUPPE MIT ZITRONEN-GERMOLATA

## INFORMATION

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

## ZUTATEN

FÜR 4 PERSONEN als kleine Mahlzeit

### Menge Zutaten

400 g Zwiebeln  
1 Stk mehlig gekochte Kartoffeln mittelgross  
2 EL Esslöffel Butter  
7 dl Gemüsebouillon  
2 dl Weisswein  
2 dl Rahm  
½ Stk unbehandelte Zitrone  
2 Stk Scheiben Toastbrot  
1 Stk Schnittlauch Bund  
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
etwas frisch geriebene Muskatnuss  
evtl. einige Tropfen Zitronensaft



## ZUBEREITUNG

- Die Zwiebeln schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Die Kartoffel schälen und klein würfeln.
- In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Zwiebeln darin unter häufigem Wenden 5 Minuten glasig dünsten; sie sollen dabei keine Farbe annehmen. Weisswein dazugießen und etwa zur Hälfte einkochen lassen. Dann Bouillon, Rahm und Kartoffeln beifügen und die Suppe zugedeckt 20–25 Minuten bei Mittelhitze kochen lassen.
- Inzwischen das Fruchtfleisch der Salzzitrone entfernen und die zurückgebliebene Schale sehr fein hacken.
- Das Brot entrinden und fein hacken. In einer Pfanne im Olivenöl goldbraun rösten. Zuletzt die abgeriebene Zitronenschale beifügen und alles in eine kleine Schüssel geben. Den Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden und untermischen.
- Die Suppe mit dem Stabmixer oder im Blender möglichst fein pürieren, wenn nötig noch etwas verdünnen und mit Salz, Pfeffer, Muskat sowie eventuell wenig Zitronensaft abschmecken.
- Die Suppe vor dem Servieren nochmals aufkochen, in vorgewärmte tiefe Teller anrichten. Mit der Salzzitronen-Gremolata bestreuen und servieren.

# BROCCOLI – KÄSE - SOUFFLÉ

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: 30-40 Min.  
Koch-/Backzeit: 25 Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

1 Stk Zwiebel klein  
1 Stk Knoblauchzehe  
1 Stk Lorbeerblatt  
1 Stk Gewürznelke  
5 dl Milch  
0.5 TL Chiliflocken  
Salz  
90 gr Butter  
100 gr Mehl  
6 Stk Eigelbe  
75 gr Parmesan gerieben, ersatzweise Sbrinz  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Muskatnuss frisch gerieben  
1 Bund Schnittlauch  
350 gr Broccoli  
Butter für die Form  
6 Stk Eiweisse  
0.5 TL Maizena



## ZUBEREITUNG

- Die Zwiebel schälen und fein hacken. Die Knoblauchzehe schälen und halbieren. Das Lorbeerblatt mit der Gewürznelke bestecken. Alle diese Zutaten mit der Milch, den Chiliflocken oder dem Cayennepfeffer sowie 1 Teelöffel Salz aufkochen. Von der Herdplatte nehmen und kurz ziehen lassen. Durch ein feines Sieb giessen und die Gewürzmilch beiseitestellen.
- In einer mittleren Pfanne die Butter schmelzen. Das Mehl beifügen und alles so lange rühren, bis sich die Masse vom Boden löst. Dann unter Rühren langsam und kräftig die Gewürzmilch dazurühren. Alles wieder aufkochen und so langeiterrühren, bis sich die Masse wieder vom Boden löst. Dann vom Feuer nehmen und ein Eigelb nach dem anderen kräftig unterschlagen. Parmesan oder Sbrinz untermischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Zuletzt den Schnittlauch in Röllchen schneiden und beifügen.
- Den Broccoli in etwa baumnussgrosse Röschen teilen; man braucht insgesamt 200 g gerüsteten Broccoli. Diesen in kräftig gesalzenem Wasser nur gerade bissfest garen. Abschütten und gründlich kalt abschrecken. Anschliessend die Röschen vierteln. Bis hierhin kann das Soufflé vorbereitet werden.
- Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Eine Souffléform von etwa 18 cm Durchmesser oder 8 kleine Portionenförmchen leicht ausbuttern.
- Die Eiweisse halb steif schlagen. Dann 1 grosse Prise Salz sowie das Maizena darüberstreuen und die Masse sehr steif schlagen. Mit einem Spachtel sorgfältig

unter die Käsemasse ziehen. Zuletzt den Broccoli unterheben. Die Masse mindestens 2/3 hoch in die vorbereitete Form füllen.

- Das Broccoli-Käse-Soufflé im 180 Grad heißen Ofen auf der untersten Rille etwa (Portionenförmchen) 25 Minuten; es soll in der Mitte noch leicht cremig sein. Aus dem Ofen nehmen und sofort servieren, damit das Soufflé nicht zu stark zusammenfällt.

# POULET STRUDEL MIT MINZ RAITA

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: 40 Min.  
Koch-/Backzeit: 20 Min.

## ZUTATEN

(für 4 Personen)

### Menge Zutaten

1 Pack Strudelteig (à 120 g, 4 Blätter)  
50 gr Butter  
2 EL Öl  
2 Stk Pouletbrustfilets (ca. 250g insgesamt)  
500 gr Fenchelknolle  
100 gr frischer Blattspinat  
1 Stk Knoblauchzehe  
1/2 Stk Chilischote  
100 ml Weisswein  
1 Prise Safranfäden  
1/2 Stk Bio Orange, Schalenabrieb  
3 EL Zitronensaft  
120 gr Mascarpone  
1/2 Bund glatte Petersilie  
Salz, Pfeffer  
heller Sesam zum Bestreuen

### Zutaten für die Minz Raita

250 gr Joghurt  
3 EL frische Minzblätter, gehackt  
1 Stk kleine Knoblauchzehe, gepresst  
1 Messerspitze Kreuzkümmel gemahlen  
Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Zubereitung der Strudel

- Den Fenchel waschen, holzige Stellen insbesondere an den Stielen und am Strunk abschneiden. Das Fenchelgrün kann mit verwendet werden. Den Fenchel längs halbieren und den Strunk keilförmig herausschneiden, den Rest in dünne Streifen schneiden.
- Den Blattspinat ebenfalls waschen und abtropfen lassen. Die Chilischote von den Kernen befreien und in dünne Streifen schneiden. Die Petersilie grob hacken.
- Die Pouletbrustfilets unter kaltem Wasser abspülen und gut mit Haushaltspapier trocken tupfen. In einer grossen Bratpfanne das Öl erhitzen. Die Pouletbrustfilet in das heisse Öl geben und von beiden Seiten bei starker Hitze 4 Minuten anbraten. Den Herd auf mittlere Hitze zurückschalten und das Fleisch ca. 5 Minuten unter Wenden weiter braten. Das Poulet aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller geben und zur Seite stellen.
- Die Pfanne erneut auf den Herd stellen, etwas Öl erhitzen und den Fenchel darin ca. 4-5 Minuten anbraten. Den Knoblauch dazu pressen, sowie die fein geschnittene Chilischote, den Spinat, die Safranfäden und den Schalenabrieb der Orange dazugeben. Vorsicht mit der Dosierung der Schärfe, allenfalls zuerst die Hälfte vom



Chili verwenden und nach Bedarf mehr dazu geben. Das Gemüse mit dem Weisswein ablöschen und weiter köcheln bis dieser beinahe verdampft ist.

- Die Pouletbrüstchen in dünne Streifen schneiden oder zupfen und zum Gemüse in die Pfanne geben.
- Den Zitronensaft und den Mascarpone dazu rühren, zum Schluss die Petersilie dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Füllung etwas auskühlen lassen.

#### Zubereitung der Strudel

- Den Ofen auf 200° C vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen. Den Strudelteig ca. 10 Minuten vor der Verwendung aus dem Kühlschrank nehmen. In einer kleinen Pfanne die Butter schmelzen.
- Ein sauberes Küchentuch leicht anfeuchten und auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Beim gekauften Strudelteig sind jeweils zwei Blätter des Teiges zusammen aufgerollt. Zuerst wird die eine Hälfte des Teiges verwendet und derselbe Vorgang dann mit dem zweiten Teil wiederholt. Den Teig auf dem Tuch ausfalten und durch beide Lagen längs halbieren. So erhält man 2 breite Bahnen à 2 Teigschichten. Die einzelnen Teigschichten werden dann vorsichtig auseinandergezogen und jeweils zwei Streifen im Kreuz übereinander gelegt.
- In der Mitte, wo sich die beiden Streifen überschneiden, den Teig sehr dünn mit der flüssigen Butter bepinseln. Jeweils einen Viertel der Füllung darauf platzieren und den restlichen Teig ohne grossen Druck nestförmig zur Mitte hin einfalten. In der Mitte dürfen die Strudelnester noch leicht geöffnet sein. Zum Schluss die Strudel sanft mit Butter bepinseln, mit Sesam bestreuen und vorsichtig auf das vorbereitete Blech geben.
- Im vorgeheizten Ofen etwa 20 Minuten goldbraun backen.

#### Zubereitung der Minz-Raita

- Die Hälfte des Joghurts mit der Minze, dem Knoblauch und dem Kreuzkümmel im Mixer fein pürieren.
- Mit dem restlichen Joghurt mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

# TOSKANISCHER APFELKUCHEN

## INFORMATION

Vorbereitungszeit: 15 Min.

Koch-/Backzeit: 45 Min.

Ruhezeit: 5-10 Min.

## ZUTATEN

(für 4-6 Personen)

### Menge Zutaten

3 Stk Äpfel, säuerliche

½ Stk Zitrone, Saft davon (für die Äpfel)

1 Stk Eier

100 gr Zucker

½ Beutel Vanillezucker

½ Beutel Backpulver

50 gr Butter, flüssig

60 gr Mehl

50 ml Milch

Mehl, Butter (für die Form)

Vanilleeis



## ZUBEREITUNG

- Die Form (26 cm) buttern und mit Mehl bestäuben. Die Form abklopfen, sodass überschüssiges Mehl abfällt.
- Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und quer in dünne Scheiben schneiden. In eine Schale geben und gleich den Zitronensaft dazugeben, damit die Äpfel nicht anlaufen.
- Den Teig anrühren: alle Zutaten (ohne die Äpfel) in eine Schüssel geben und mit einem Schwingbesen vermengen, bis keine Mehl-Klumpchen mehr zu sehen sind. Der Teig soll aber nicht aufgeschlagen werden.
- Die Äpfel zum Teig geben, unterrühren und die ganze Masse in die Form füllen.
- Bei 180 Grad (Ober-/Unterhitze) für 45 Minuten backen.
- Noch lauwarm mit etwas Schlagsahne oder Vanilleeis genießen.