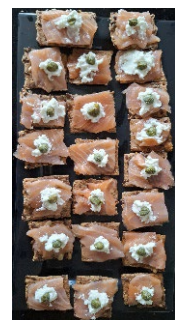


SÄULIÄMTLER GOURMET CHUCHI

349. Chochete vom 19. August 2025
mit Kurt von Arx

SOMMMERMENUE MIT FISCH, CREVETTES UND JAKOBSMUSCHELN,
FISCHCAKES, LACHS AUF CRACKERS



MENÜ

Apéro

Fishcakes, Lachs auf Crackers, Fischchips und Oliven

Vorspeise

Überbackene Jakobsmuscheln mit Crevetten

Hauptgang

Fisch mit Kräutern und Olivenöl
Zitronen-Risotto

Dessert

Vanilleglace mit eingelegten Trauben

WEINE

Weisswein

Eppesses les Tourelles, Lavaux AOC, 2024

Weisswein

Bright Revolution, Côtes de Gascogne IPG, 2024

Leichter Rotwein oder Rosé Wein

Gold Côtes de Provence Rosé AOP, 2024
Maienfelder Blauburgunder AOC, 2023

Süsser Desertwein

Château de Cosse AC, Sauternes, Baron de Rothschild, 75cl, 2017
Les Sables D`Or, Sauternes 50cl, 2022

APÉRO: FISCHCAKES, LACHS AUF CRACKERS, FISCHCHIPS UND OLIVEN

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 45 Min.

Koch-/Backzeit: 2x15 Min.

ZUTATEN

(für 16 Personen)

Menge Zutaten

- 950 g Weissfisch (Kabeljau)
 - 450 g Kartoffeln, mehlig kochend
 - 4 TL Fischpulver
 - Salz für die Kartoffeln
 - $\frac{3}{4}$ Bio-Limette, Zeste abgerieben
 - 3 EL glatte Petersilie, fein geschnitten
 - 1 frischer grosser Chili ohne Samen, fein geschnitten
 - 4 Eier (3 Eigelb, 1 ganzes Ei)
 - 150 g Mehl
 - 200 g Paniermehl
 - Olivenöl zum Braten
- 1 Flasche Chilisauce



ZUBEREITUNG

- Die Kartoffeln schälen, in grobe Würfel schneiden und in gesalzenem Wasser mit Fischpulver weichkochen.
- Wenn die Kartoffeln anfangen zu zerfallen, das Wasser abgiessen und die Kartoffeln zurück im Topf auf den Herd stellen, um sie gut ausdampfen zu lassen, damit sie möglichst trocken sind.
- Kartoffeln mit einer Gabel zerdrücken, die Fischstücke, die Petersilie, die Zitronenzeste und die Chili dazugeben und gut miteinander vermischen, der Fisch sollte aber nicht ganz fein zerfallen. Bei Bedarf Masse kurz mit dem Stabmixer zerkleinern.
- Die Fisch-Masse in Portionen zu etwa 50g teilen, Fischcakes formen (Durchmesser ca. 3cm), und abkühlen lassen.
- In einer Schüssel die Eier aufschlagen, die Cakes erst in etwas Mehl, dann im Ei und schliesslich im Paniermehl wenden → in den Kühlschrank (am Vorabend)
- Fischcakes vor dem Backen nochmals im Paniermehl wenden. In einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen und die Fisch-Cakes darin langsam goldbraun und knusprig backen.
- Abkühlen lassen und mit Chili-Sauce servieren.

Tipp: Die Fisch-Cakes lassen sich gut am Vorabend zubereiten, um sie am nächsten Tag zu braten und halten sich auch problemlos einige Wochen im Tiefkühler.

LACHS AUF CRACKERS

INFORMATION

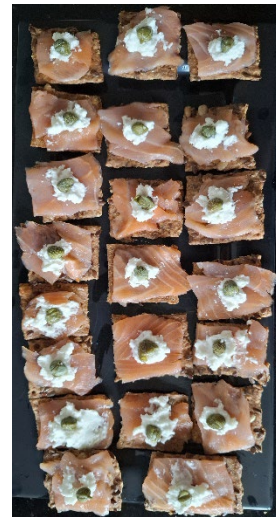
Vorbereitungszeit: 25 Min.

ZUTATEN

(für 16 Personen)

Menge Zutaten

- 2 Päckli Crackers mit Sesam, Leimsamen
- 2 Päckli geräucherter Lachs
- 1 Böxli Meerrettichschaum
- 1 Gläschen Kapern



ZUBEREITUNG

- Crackers ca. 3 x 4cm mit Lachs belegen (Lachs zuschneiden)
- Wenig Meerrettichschaum auf Lachs geben
- Mit einer Kaper belegen

FISCHCHIPS

Fischchips von Coop



Oliven

Oliven von Carrefour in Cannobio (IT)



VORSPEISE: JAKOBSMUSCHELN MIT CREVETTES

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 30 Min.

Koch-/Backzeit: 12 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

8 Jakobsmuscheln
12 gekochte Crevetten (ohne Schwanz)
2 Stängel Flachpeterli
½ dl Weisswein
1 TL Weissmehl
50 gr Butter (bei Bedarf)
Salz & Pfeffer
Olivenöl



Safransauce:

½ Becher Crème fraîche (2 EL)
½ dl Vollrahm
2 Briefli Safran

2 Bündeli Ruccola-Salat mit Salatsauce (vom Löwen)
8 Cherry Tomätli (halbieren)
½ Wurzelbrot (für Safransauce)

ZUBEREITUNG

Backofen mit UH & OH mit 210°C vorheizen (Blech mit Packpapier belegen)

- Crème fraîche, Vollrahm, Safran und Salz & Pfeffer in Pfanne geben, umrühren und erwärmen (abschmecken)
- Jakobsmuscheln leicht salzen & pfeffern und in Bratpfanne mit etwas Olivenöl goldbraun anbraten und mit etwas Mehl bestreuen (höchstens 2 x 2 Min)
- Mit Weisswein ablöschen, Jakobsmuscheln herausnehmen
- Crevetten in gleicher Bratpfanne mit Brautenjus kurz wenden, ev. mit etwas Butter (2 x 15 Sec.)
- Jakobsmuscheln und Crevetten in 4 Muschelschalen anrichten
- Warme Safransauce über Jakobsmuscheln & Crevetten verteilen
- 4 Muschelschalen mit Inhalt auf Backblech bei 210°C auf mittlerer Rille 8 - 10 Min überbacken
- Muschelschalen anrichten auf Teller und mit Flachpeterli und Ruccola-Salat und 4 halben Tomätli garnieren

HAUPTGANG: DORSCHFILET MIT KRÄUTERKRUSTE UND ZITRONEN-RISOTTO

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 30 Min.

Koch-/Backzeit: 35 Min..

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

800g Kabeljaufilet (2 Filet à 400gr)

1 Päckli Estragon

1 Päckli glatter Peterli

1 Päckli Dill

1 Päckli Basilikum

1 Päckli Maggikraut oder Majoran

Hinweis: alle Kräuter in 3 Teile aufteilen

2 dl Olivenöl

1 Bio Zitrone mit Schale (vierteln)

Salz und Pfeffer



ZUBEREITUNG

- Den Backofen auf 200 Grad mit OH & OH vorheizen
- In Auflaufschale ca. 3 EL Olivenöl geben
- Alle Kräuter zupfen und schneiden (ausser Majoran).
- Hinweis: alle Kräuter in 3 Teile aufteilen
- 1/3 der Kräuter in Auflaufschale geben
- Fisch: Kabeljau mit Salz und Pfeffer würzen und auf die Kräuter legen
- 1/3 der Kräuter auf den Fisch legen. Nächste Schicht Fisch darauf legen
- 1/3 der restlichen Kräuter auf die letzte Schicht zum Fisch geben leicht salzen
- Grosszügig Olivenöl auf Kräuter geben
- Limette oder Zitrone vierteln und in die Auflaufschale geben.
- Im Backofen bei 200°C auf unterster Rille ca. 30 Minuten braten

ZITRONEN-RISOTTO

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 10 Min.

Koch-/Backzeit: 35 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

250g Risotto-Reis Carnaroli (Coop Bio)
4EL Olivenöl
50gr Butter
100ml Noilly Prat
8 dl Gemüsebouillon (2 EL Bouillonpaste)
4 EL Gran Padano gerieben
Salz & Pfeffer
1 Bio Zitrone – Schale abreiben
1-2 EL Zitronensaft
1 Bund Dill
1 mittlere Zwiebel
3 Zehen Knoblauch



ZUBEREITUNG

- Die Gemüsebouillon mit ca. 8 dl Wasser aufkochen und auf der ausgeschalteten Herdplatte warm halten.
- Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter und Olivenöl in einem Topf erhitzen und unter Rühren ca. 2 Minuten andünsten. Reis dazugeben und mitdünsten.
- Mit Noilly Prat ablöschen und stark einreduzieren.
- Etwa 1/3 der Bouillon zugießen und bei mittlerer Hitze unter Rühren einkochen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat. Diesen Vorgang mit der restlichen Brühe noch zwei- bis dreimal wiederholen und immer rühren, sodass der Risotto insgesamt ca. 30 Minuten kocht und die Reiskörner noch leichten Biss haben.
- Dill fein hacken.
- Den Käse unter den Risotto mischen mit Salz, Pfeffer, Zitronenschale und -saft würzen. Sollte der Risotto zu fest sein, evtl. noch etwas Brühe unterrühren.
- Den Risotto auf warme Teller verteilen, mit Dill bestreuen und noch etwas geriebenen Parmesan darüberstreuen und den gebratenen Fisch darauf anrichten.
- Mit Dill und Zitronenzesten garniert servieren inkl. ¼ Zitrone auf Teller legen

DESSERT: VANILLEGLACÉ MIT EINGELEGTEN TRAUBEN

INFORMATION

Vorbereitungszeit: 10 Min.

ZUTATEN

(für 4 Personen)

Menge Zutaten

1 kg Vanilleglace (Bourbon)
1 Glas im Alkohol eingelegte Trauben
5 dl Vollrahm (steif schlagen)
4 Zweige frische Pfefferminz
¼ Pack Bricelets



ZUBEREITUNG

- Je 2-3 Kugeln Glace auf gekühlte Teller geben
- 2 Esslöffel Trauben mit Saft über Glace geben
- Mit geschlagenem Rahm garnieren (Spritzsack)
- Je 1/3 Zweig Pfefferminz pro Teller als Garnitur
- Je 1 Bricelets in Vanilleglace-Kugeln stecken (am Schluss)

→ En Guete und Prosit wünscht euch allen Kurt