

# CHNOCHE - CHUCHI

Menü vom 26. Januar 2005

BLUMENKOHLSUPPE

\*\*\*\*\*

SEEZUNGENFILETS MIT MEERRETTICHKRUSTE

\*\*\*\*\*

FLAMBIERTE ENTENBRUST MIT CALVADOS

\*\*\*\*\*

BIRNE IN CAMELCRÈME

# BLUMENKOHLSUPPE

\*\*\*\*\*

2 PERSONEN

## Zutaten:

1 kleiner Blumenkohl  
Geflügelbouillon  
½ - 1 dl Rahm  
Butter  
Salz, Curry, Cayenne  
Muskatnuss  
¼ Zitrone  
Schnittlauch

## Zubereitung:

Vom Blumenkohl die Röschen abtrennen, die zarten Stiele klein schneiden und insgesamt 250 g kurz unter kaltem Wasser abbrausen.

½ TL Butter aufschäumen lassen, das Gemüse kurz in der Butter schwenken, mit ca. 2 dl Bouillon auffüllen und zugedeckt bei kleiner Hitze gar kochen. Die Suppe im Mixer (oder mit dem Stabmixer) sehr fein pürieren, nach Bedarf durch ein feines Drahtsieb zurück in die Sauteuse passieren, und mit Bouillon zur gewünschten (sämigen) Konsistenz verlängern. Bis zum Gebrauch beiseite stellen.

Die Suppe nochmals aufkochen mit ½ - 1 dl Rahm verfeinern, vorsichtig mit Salz, einer Spur Curry, einem hauch Cayenne sowie einer Spur frisch geriebener Muskatnuss würzen und mit ein paar Tropfen Zitronensaft aromatisieren. Zum Schluss mit fein geschnittenen Blumenkohlblättchen oder Schnittlauch bestreuen.

Wenn Sie Spass an kleinen Details haben, sollten Sie zusätzlich zwei besonders schöne Blumenkohlröschen zusammen mit dem Suppengemüse gar kochen, aber nicht mixen, sondern als Einlage vorsehen. Und ausserdem bringen in Butter knusprig geröstete Brotwürfelchen eine sehr aparte Note in die cremige Suppe.

# SEEZUNGENFILETS MIT MEERRETTICHKRUSTE

\*\*\*\*\*

2 PERSONEN

## Zutaten:

300 g Seezungenfilets

## Für die Kruste:

2 EL frisch geriebener Meerrettich

2 EL weisses Paniermehl

1 EL flüssige Butter

## Für die Kartoffelsauce:

½ Frühlingszwiebel

1 kleines Stück Lauch (nur vom weissen Teil)

1 dl trockener Weisswein

2 EL trockener Vermouth

1 dl Fischfond (oder Bouillon)

1 kleine Kartoffel (ca. 60 g)

1 dl Rahm

## Zubereitung:

Von den Seezungenfilets alle unliebsamen Teile wegschneiden, kurz unter kaltem Wasser abbrausen, mit Küchenpapier trocken tupfen, unter Klarsichtfolie verschliessen und bis zum Gebrauch kaltstellen.

Für die Sauce die Frühlingszwiebel, die Kartoffeln und den Lauch klein schneiden. In einer Sauteuse in 1 TL Butter anziehen, mit dem Vermouth und dem Weisswein ablöschen und sirupartig reduzieren, mit Fond (oder Bouillon) auffüllen, die fein geschnittenen Kartoffel beifügen und bei kleiner Hitze gar kochen. Die Sauce anschliessend im Mixer oder mit dem Mixstab fein pürieren, den Rahm zufügen und nochmals kurz aufkochen lassen. Möglicherweise muss die Sauce mit etwas Fond (oder Bouillon) verlängert werden; in der Konsistenz jedenfalls sollte sie den Rücken eines Esslöffels überziehen. Die Sauce mit Salz, einer Spur Curry und einem Hauch Cayenne würzen und bis zum Gebrauch beiseite stellen.

Die Seezungenfilets rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen. Eine flache Gratinform buttern und den Backofen auf 210° C aufheizen. Die Filets vorsichtig salzen und mit der glänzenden Seite nach unten in die Gratinform legen. Ich will Ihnen erklären, weshalb: Die Filets haben auf der Seite, die an den Gräten liegt, ein weisses, glänzendes Häutchen, das sich gern zusammenzieht und die Form der Filets verändert, wenn ihm nicht sofort «Halt» gegeben wird. Sie sollten deshalb grundsätzlich darauf achten, die Filets immer erst mit der glänzenden Seite nach unten in die Pfanne zu legen, und sie erst danach auf der zweiten, rauheren Seite anzubraten.

Den frisch geriebenen Meerrettich auf der oberen (rauen) Seite der Filets verteilen, das fein geriebene Paniermehl auf den Meerrettich streuen und grosszügig mit flüssiger Butter beträufeln. Die Form auf das Gitter in der Backofenmitte stellen und die Fische während ungefähr 8 Minuten überkrusten lassen. In der Zwischenzeit die Sauce erhitzen, die Filets auf vorgewärmte Teller setzen und mit der Sauce umgiessen.

# Flambierte Entenbrust mit Calvados

\*\*\*\*\*

4 Personen

## Zutaten:

2 Entenbrüste, ca. je 400 g  
40 g Butter  
5 EL klare Hühnerbrühe  
3 Äpfel  
200 ml Schlagrahm  
100 ml Calvados  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Entenbrust abspülen, abtrocknen, mit Salz und Pfeffer würzen, in der Butter anbraten und bei schwacher Hitze 15 Min. weiter braten und mit der Hühnerbrühe übergießen.

Die Äpfel schälen und in dicke Scheiben schneiden. In der restlichen Butter werden die Apfelscheiben angedünstet und mit 40 ml Calvados und 60 ml Wasser abgelöscht; noch 4 Min. darin dünsten.

Mit dem restlichen Calvados die Entenbrüste flambieren, den Bratenfond mit der Sahne ablöschen, etwas einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Entenbrüste in Scheiben schneiden und mit den Äpfeln und der Sauce anrichten.

# BIRNE IN CARAMELCRÈME

\*\*\*\*\*

4 Personen

## Für die Birnen:

4 aromatische Birnen  
200 g Zucker  
4 dl Wasser  
1 Zitrone  
½ Zimtstange

## Für die Crème:

125 g Zucker  
2 dl Milch  
2 dl Rahm  
3 Eigelb  
1 TL Maizena  
Mandeln, Puderzucker

## Zubereitung:

Die Birnen schälen, den Blütenansatz entfernen, den Stiel aber an der Frucht belassen. In einer kleinen Pfanne 200 g Zucker und 4 dl Wasser aufkochen, den Saft einer Zitrone zufügen. Die Birnen und die Zimtstange in den Sirup legen, bei kleiner Hitze so lange pochieren, bis die Spitze einer feinen Fleischgabel ohne Widerstand bis zum Kern durchdringt. Die Birnen danach im Sirup auskühlen lassen.

Für die Caramelcreme gehen Sie wie folgt vor: 75 g Zucker bei mittlerer Hitze so lange caramelisieren, bis der Zucker eine tiefbraune Farbe angenommen hat und völlig unvermittelt weisse Schaumkrönchen die ganze Oberfläche überziehen. Diesen höchst dramatischen, jedoch für den schönen Caramelgeschmack so wichtigen Augenblick müssen Sie unbedingt abwarten, dann allerdings blitzschnell mit 2 dl Milch sowie 1 dl Rahm ablöschen und so lange köcheln lassen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat. Wenn Sie die Gratwanderung nicht riskieren, wird Sie das Resultat sehr enttäuschen: Die Creme ist nichts als zuckersüß, und von schönem Wohlgeschmack können Sie nur träumen!

In der Zwischenzeit 3 Eigelb und 50 g Zucker mit dem Handrührgerät zu einer weissen Creme schlagen, 1 TL Maizena unterheben, die heisse Caramel-Mischung dazugiessen, kurz durchmischen und danach, zurück auf dem Herd, unter ständigem Rühren mit einem Holzlöffel sehr behutsam bei kleiner Hitze zu einer Creme verdicken lassen. Der Begriff «behutsam» ist ernst gemeint: Die Creme darf nicht so erhitzt werden, dass sie an der Oberfläche Bläschen wirft, denn dann besteht die Gefahr, dass die Eier gerinnen anstatt zu binden. Geben Sie also den Eiern Zeit, ihre Aufgabe als Bindemittel zu erfüllen. Wenn Sie aufmerksam bleiben, werden Sie erleben dürfen, wie der Holzlöffel zunächst in der noch flüssigen Creme wie durch Niemandland gleitet, die kreisförmigen Bewegungen nach einer gewissen Weile aber als Zeichen der Bindung schöne Spuren hinterlassen. Die Creme danach durch ein feines Drahtsieb in eine Schüssel passieren und kalt stellen.

Die Caramelcrème kurz vor dem Servieren mit 1 dl geschlagenem Rahm verfeinern, in tiefe Teller schöpfen und die gut abgetropfte Birne in die Creme setzen. Falls Sie die Köstlichkeit zum Schluss zusätzlich mit Mandelblättchen bestreuen möchten, werden die Mandeln mit wenig Puderzucker und in einer kleinen, möglichst beschichteten Bratpfanne golden caramelisiert.