

C H N O C H E - C H U C H I

W I N T E R T H U R

SOUPE AUX ECHALOTTES A LA CREME

FILET DE BAUDROIE
SAUCE A LA CREME ET AU SOJA
POIVRONS ET BROCCOLI

ESCALOPES DE CANARD AUX COINGS

*

NOUILLES
SAUCE AUX LEGUMES

CREME A LA RHUBARBE
AUX FRAISES FRAICHES

En Guete

SOUPE AUX ECHALOTTES A LA CREME

SCHALOTTENCREMESUPPE

**202 g feinste Schalottenbrunoise
1 EL Butter
50 g Gemüsebrunoise**

**Die Schalotten in der Butter goldgelb dünsten,
Gemüsebrunoise beifügen und kurz mitdünsten.**

**0,5 dl Weisswein
4 dl Geflügel-oder Gemüsebouillon**

**Mit Weisswein ablöschen, mit der Bouillon auffüllen,
und zugedeckt, auf kleinem Feuer, während circa
1 Stunde leise köcheln lassen.**

**2 dl Rahm
Salz
weisser Pfeffer aus der Mühle
ein Hauch Cayenne
eine Spur Curry
eine Spur Knoblauch
ein paar Tropfen Zitronensaft
feingeschnittener Schnittlauch**

**Rahm zufügen, Suppe kurz vors Kochen bringen,
vorsichtig würzen, in heisse Tassen füllen und
mit Schnittlauch bestreuen.**

**FILET DE BAUDROIE
SAUCE A LA CREME ET AU SOJA
POIVRONS ET BROCCOLI**

BAUDROIE-FILET (SEETEUFEL) IN SOJA-CREME . PEPERONI UND BROCCOLI

- Den Backofen auf 250 Grad Mittelhitze vorheizen.
- 1 gelbe Peperoni
1 rote Peperoni
1 EL Olivenöl
- Die Peperoni mit Öl bepinseln. Auf ein Backblech legen und auf mittlerer Höhe in den Ofen schieben. Rundum hellbraun braten. Mit kaltem Wasser überbrausen. Die Haut abziehen. Peperoni halbieren und weisse Häute sowie Kerne entfernen. In 2 mm breite Streifen schneiden.
- 300 g Broccoli mit Stielen
2 dl Salzwasser
- Die Broccolistiele, wenn sie nicht sehr zart sind, dünn abschälen. In hauchdünne Scheibchen schneiden und über Dampf oder in wenig Salzwasser 5 Min. pochieren. Sie sollen dabei knackig bleiben. Vier schöne Röschen ebenfalls knackig garen und warm stellen.
- 800 g Seeteufel mit Knochen
- Das Seeteufel-Stück häuten, indem zuerst die oberste Hautschicht und dann die darunterliegende abgeschnitten wird, bis das Fleisch sauber ist. Die Filetstücke beiseitig des Knochens auslösen.
- 2 EL Olivenöl
Meersalz und Pfeffer
- Das Olivenöl erhitzen, den Fisch beidseitig 4 Min. bei kleiner Hitze braten und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Im Backofen bei 50 Grad mit Folie bedeckt abstellen lassen.
- 2 frische Tomaten gehäutet
entkernt und püriert
- Unterdessen Tomaten mit Essig, Soja-Sauce und Tabasco aufkochen. Mixen damit die Masse fein wird.
- 1 EL Apfelessig
3 EL milde Soja-Sauce
4 Tropfen Tabasco
- Die Butter flockenweise darunterschwenken. Abschmecken, zuletzt den Schlagsrahm locker darunterziehen.
- 50 g Tafelbutter
0.5 dl Rahm, geschlagen
- Die Seeteufel-Filet in etwa zentimeterdicke Scheiben schneiden. Immer zwei nebeneinander auf vorgewärmte Teller legen. Die Peperonistreifen im letzten Moment in wenig heissem Olivenöl drehen. Als Häufchen auf die Seeteufel-Stücke verteilen. Mit Sauce überziehen, so dass diese den Fisch umfließt. Je ein warmes Broccoliröschen obenauf setzen und mit den warmen Broccolistielen garnieren.

ESCALOPES DE CANARD AUX COINGS

ENTENBRÜSTCHEN MIT QUITTEN

- 4 Mittelgrosse Entenbrüstchen
Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1/4 dl Erdnussöl
- 30 g Butter
- 1 dl Rotwein
- 30 g Quittengelee
- 4 Petersiliensträusschen

Die Entenbrüstchen mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Öl in einer Bratpfanne, die auch im Backofen benützt werden kann, erhitzen. Die Entenbrüstchen darin kurz anbraten.

Bratöl durch Butter ersetzen und die Brüstchen im Ofen bei 220 Grad während etwa 4 Minuten knapp rosa braten.

Danach herausnehmen und zugedeckt etwas ziehen lassen.

Rotwein reduzieren und Enten-oder Kalbsfond beifügen. Die Rotweinsauce aufkochen, mit Quittengelee binden und etwas reduzieren. Abschmecken.

Die Entenbrüstchen schräg in dünne Scheiben schneiden und auf der Quittensauce anrichten.

**NOUILLES
SAUCE AUX LEGUMES**

NUDELN AN GEMÜSESAUCE

300 gr Nudeln

SAUCE

**1 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe, gepresst
3 Rübli, in feinen Streifen
3 Stengel Stangensellerie,
in feinen Streifen
1 kleiner Lauch, in feinen Streifen.
1/2 Zitrone, nur abgeriebene Schale
Rahm**

**Olivenöl in einer Pfanne warm werden lassen.
Knoblauch andämpfen. Rübli ,Stangensellerie
und Lauch beifügen, zugedeckt auf kleinem Feuer
knapp weich dämpfen.
Zitronenschale beigeben.
Mit wenig Rahm verfeinern. Abschmecken.
Sofort mit den heissen Nudeln mischen.**

**CREME A LA RHUBARBE
AUX FRAISES FRAICHES**

RHABARBERCREME MIT FRISCHEN ERDBEEREN

Vanillecreme

3 Eier
60 gr Zucker
22 gr Vanillezucker (= 2 Säckchen)
5 dl Milch
1 aufgeschlitzter Vanillestengel
20 gr Kartoffelmehl

2 Eigelb und 1 Ei mit Zucker und Vanillezucker schaumig rühren.

Das Kartoffelmehl mit der Milch anrühren und die Flüssigkeit mit dem Vanillestengel aufkochen.

Kräftig schwingend zur Eigelbmasse giessen.

Nochmals bei kleiner Hitze vors Kochen bringen.

Den Vanillestengel herausfischen. Die Crème unter häufigem Umrühren im kalten Wasserbad abkühlen lassen.

300 g Rhabarber
2 EL Wasser
2 gestrichene EL Zucker
250 g Erdbeeren
1 dl geschlagener Rahm

Die Rhabarber schälen und in Stückchen schneiden.

In eine kleine Pfanne geben, mit Wasser und Zucker zugedeckt knapp weichkochen.

Mehrmals umrühren, da die Früchte leicht einbrennen.

Die Erdbeeren waschen und vierteln (4 Stück für die Garnitur zurückbehalten).

Die Vanillecreme mit dem Schwingbesen glattrühren.

Das Rhabarbermus daruntermischen, die Erdbeeren zufügen. Kühl stellen.

In vorgekühlte Coupegläser oder Schälchen anrichten.

Den Rahm steifschlagen, die Creme damit verzieren und je 1 Erdbeere daraufsetzen. Kühl servieren.