

zusammengestellt von
Heinz Urech

C H N O C H E - C H U C H I
W I N T E R T H U R

Gazapacho

*

Seeforellenschnitzel an
Sauerampfer-Rahmsauce

Trockenreis

Latughino Salat mit Champignons

*

Chocolatsoufflé mit Vanillesauce

Gazapacho

| | | |
|--------------------------|----------------------------|--------------------------------|
| 500 g | Tomaten | |
| 75 g | Zwiebeln | |
| 60 g | gelbe Peperoni | alle Zutaten grob mixen und |
| 125 g | Gurken | 4 bis 6 Stunden (kühl) stehen- |
| 20 g | weisses Panierbrot | lassen. Dann ganz fein mixen |
| ½ dl | Weisweinessig | |
| 1 EL | Ketchup | |
| 1 EL | Oel | |
| 1 | kleine Knoblauchzehe | |
| wenig | Zitronensaft | |
| wenig | Oregano-, Basilikumblätter | |
| 2,5 dl | Rindfleischbouillon | kalt begeben |
| 80 g | Mayonäise | darunterziehen |
| Salz, Pfeffer, Wocheater | | abschmecken |

Garnitur: Tomaten, Gurken, Peperoni, Zwiebeln und Brotcroûtons in
kleine Würfel schneiden und beim Servieren auf die Suppe streuen

Seeforellenschnitzel an Sauerampfer-Rahmsauce

160 g Seeforelle od. Lachsforelle pro Person netto berechnen d.h. filetiert
Salz, Cayennepfeffer, Wocheater, Fisch in schräge, ca. ½ cm dicke Schei-
ben schneiden (Schnitzel). Mit Salz
Zitronensaft Wocheater und Zitronensaft würzen.

75 g Butter
50 g Sauerampfer
2 dl guter Weisswein
2 gestr. KL Mehl
4 - 5 dl Halbrahm

Eine Seite des Fisches rasch in Butter
anbraten, herausnehmen und den Fisch
mit der Bratseite nach oben in eine
gebutterte Gratinplatte legen. Wein
dazugeben und kurz dämpfen. Fisch
wegnehmen und warmstellen. Fond zur
Hälfte reduzieren lassen. Inzwischen
Mehl mit ca. 20 g Butter verkneten.
3 dl Halbrahm zur Sauce geben, auf-
kochen und Butter-Mehlmischung flocken-
weise darunterühren. Den Sauerampfer
in feine Streifen schneiden, kurz in
wenig Butter anziehen lassen und zur
Sauce geben. Sauce mit ca. 30 g Butter
und restlichem Rahm verfeinern, mit
Salz, Cayennepfeffer und Wocheater
abschmecken. Fisch mit der Bratseite
nach oben auf der Sauce anrichten.

Trockenreis

dazu servieren.

Latughino Salat mit Champignons

200 g Latughino Salat
8 mittlere Champignons

rüsten, waschen
rüsten, waschen, in feine Scheiben
schneiden und mit wenig Zitronen-
saft beträufeln.

1 TL Senf
Salz, Pfeffer, Streuwürze
1 kl. Knoblauchzehe gepresst
2 - 3 EL Essig
4 EL Öl

alle Zutaten mit dem Schwinbesen gut
verrühren. Salat mit der Sauce mi-
schen, portionenweise auf Teller an-
richten und Champignons als Garnitur
daraufstreuen.

Chocolatsoufflé mit Vanillesauce

| | |
|-----------------------|---|
| 60 g Zucker | zusammen verreiben |
| 70 g Mehl | |
| 30 g Butter | |
| 2,5 dl Milch | aufkochen und Knetmasse dazugeben, gut rühren bis es nicht mehr an der Pfanne klebt. Vom Feuer nehmen |
| 1 Ei | langsam darunterschlagen |
| 2 Eigelb | |
| 20 g Schokoladepulver | darunterziehen |
| 3 Eiweiss | zu Schnee schlagen. 1/3 der Masse kräftig darunterziehen, 2/3 langsam mit einer Kelle melieren. |

Souffléform ca. 15 ϕ cm gut mit einem Pinsel von unten nach oben buttern und mit wenig Zucker ausstreuen. Masse einfüllen und im Wasserbad ca. 25 Min. pochieren. Wichtig: unter die Souffléform ein Stück Papier oder Karton legen'. Dann 20 Min. im vorgeheizten Ofen bei OH 190° und UH 210° backen.

Vanillesauce

| | |
|------------------|--|
| 2,5 dl Milch | zusammen aufkochen, Vanillestengel auskratzen und herausnehmen |
| ½ Vanillestengel | |
| 3 Eigelb | schaumig schlagen, aufgekochte Vanillemilch dazugiessen gut mischen und zurück in die Pfanne geben. Nochmals erwärmen aber nicht mehr kochen lassen. |
| 50 g Zucker | Kalt oder lauwarm zum Soufflé servieren. |