

136. Kochabend
Freitag, 03.06.2022
Abendchef: Thomas Degen

Grüne Gazpacho

Zaro Malvasia, weiss

Orecchiette mit Tomaten und Zitronenburrata

Agnello al forno

Zaro Refosk rot

Wedges (Kartoffelschnitze aus dem Ofen)

Joghurt Limetten Mousse

GRÜNE GAZPACHO

4 Personen



1 St	Gurke
100 g	Jungspinat
1 St	Avocado
3 St	Bundzwiebeln mit dem Grün
2 St	Knoblauchzehen
1 Bund	Basilikum
1 Bund	Petersilie
1 Bund	Pfefferminze
½ Bund	Dill
1 St	grüner Chili, entkernt
½ St	Bio-Zitrone, abgeriebene Schale und Saft
200 g	Kokosnussmilch ungesüsst
2 EL	Weissweinessig
	Salz

TOPPING

2 EL	Kokosnussmilch-Joghurt
½ Bund	Dill
2 St	Toastbrot
	Olivenöl oder Butter

1. Gurke und Avocado in Stücke schneiden und mit allen restlichen Zutaten pürieren. Gazpacho zugedeckt ca. 1 Std. kühl stellen
2. Toastbrot in Würfel schneiden, in einer Pfanne im Olivenöl oder in der Butter ca. 2 Min. goldgelb rösten, danach abkühlen lassen
3. Gazpacho in Schalen oder Gläser verteilen, mit Kokosnussmilch-Joghurt, Öl, Dill und Croûtons garnieren

ORECCHIETTE

4 Personen

400 g Hartweizenmehl
2 dl lauwarmes Wasser
Etwas Salz



Etwas Salz unter das Mehl mischen, danach das Wasser nach und nach dazugeben. Gut und lange kneten, bis der Teig geschmeidig ist. Der Teig soll eher trocken – keinesfalls zu feucht sein

Teig in Cellophan einwickeln und mindestens 30 Minuten stehen lassen

Danach Orecchiette wie folgt zubereiten:



Später Orecchiette im siedenden Salzwasser ca. 5 Min al dente garen

ZUTATEN

1 St Kleine Zwiebel
325 g Datteltomaten
250 g Burrata
1 St Kleine Bio-Zitrone
Basilikumblätter
Meersalz
Schwarzer Pfeffer
Geriebener Parmesan

1. Das Olivenöl bei mittlerer Hitze in einer Pfanne heiss werden lassen und die Zwiebel darin 2 Minuten anbraten. Tomaten und Basilikumblätter zufügen, ein wenig salzen und 10 Minuten garen. Dabei gelegentlich mit einem Holzkochlöffel umrühren.
2. Orecchiette al dente garen
3. Die Pasta abseihen und mit dem Parmesan zur Tomatensauce geben. Gut vermengen, dann vom Herd nehmen.
4. Mit Burrata – gob zerzupft, Zitronenabrieb und etwas schwarzem Pfeffer krönen und sofort servieren.

AGNELLO AL FORNO

4 Personen



1'000 g Lammkeule
 2 St Knoblauchzehen
 1 Zweig Rosmarin
 Aceto Balsamico Bianco
 Olivenöl, Salz, Schwarzer Pfeffer

1. Knoblauch und Rosmarin fein hacken und mit Salz und Pfeffer vermischen
2. Die Lammkeule mit dieser Gewürzmischung einreiben und in eine Auflaufform legen
3. Mit Olivenöl beträufeln und für eine Stunde in den vorgeheizten Ofen (150°C Umluft) geben. Während des Schmorens häufig mit dem austretenden Bratensaft beträufeln
4. 10 Minuten vor Ende der Garzeit den Weissweinessig darüber giessen und die Temperatur auf 180°C erhöhen. Dadurch bekommt die Keule eine schöne braune Farbe.

WEDGES (Kartoffelschnitze aus dem Ofen)

1 kg Festkochende Kartoffeln
 1 Zweig Thymian
 Olivenöl, Meersalz, Schwarzer Pfeffer

1. Ofen auf 220°C vorheizen
2. Kartoffeln gut waschen und längs vierteln
3. In eine Schüssel geben; Öl, Meersalz, Pfeffer und Thymian daruntermischen
4. Kartoffelschnitze auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen
5. Ca 30 Minuten in der Ofenmitte backen – die letzten 5 – 10' Temperatur auf 180°C reduzieren und Umluft einschalten

JOGHURT LIMETTEN MOUSSE

4 Personen



300 g	Griechisches Joghurt
50 g	Puderzucker
1 St	Bio Limetten (Schale und Saft)
½ St	Vanille Schote
200 g	Schlagrahm (mind. 32% Fettgehalt)
Zur Deko	Limettenscheiben

1. Das griechische Joghurt in eine Schüssel geben und den Puderzucker glatt darunterziehen
2. Reibe die grünen Anteile der Limettenschale mit einer feinen Raffel in eine kleine Schale. Halbiere die Limette und presse den Saft aus. Mische beides unter das Joghurt.
3. Schlage in einer zweiten Schüssel den gut gekühlten Schlagrahm steif. Mische den Schlagrahm danach sehr vorsichtig unter das Joghurt
4. Fülle das Limetten Joghurt Mousse in Gläser und garniere die Mousse mit ein, zwei frischen Limettenscheiben und etwas geriebener Schale
5. Bis zum Servieren im Kühlschrank aufbewahren

En Guete wünscht Thomas Degen