

142. Kochabend
Freitag, 03. Februar 2023

Abendchef: Jörg Steiner



Apéro

Vinetti Roero Arneis 2021

Asia Wirsingrolle

Klassisches Hühnerfrikassee

Polenta Muffins

Kohlrabi

Brancaia Blue 2007 (Doppelmagnum)

Orangen Soufflé

Sauternes Châteaux Guiraud 2005

Asia Wirsingrolle

4 Personen



Rouladen

16 Wirsing-Kohlblätter
1 daumengrosses Stück
Ingwer, geschält und grob
gehackt
6 Stängel Korianderstängel,
grob gehackt
2 Knoblauchzehen, grob
gehackt
1 rote Chilischote, entkernt
und grob gehackt
1 Stängel Zitronengras, nur
der weisse Teil
500 g Hackfleisch, vom
Schwein oder Poulet
250 g Crevetten ohne
Schale, gehackt
1 Ei, verquirlt
1 EL rote Currypaste

1. Wirsingblätter vorbereiten

Mit einem scharfen Messer die harte Blattrippe V-förmig aus dem unteren Teil der Blätter schneiden. Die Hälfte der harten Rippen fein hacken und beiseitestellen, den Rest wegwerfen. Die Kohlblätter etwa 20 Sekunden lang in kochendem Salzwasser blanchieren und danach in ein Becken oder eine grosse Schüssel mit kaltem Wasser legen.

2. Füllung vorbereiten

Ingwer, Knoblauch, Chili, Korianderstängel und Zitronengras in einen Blender geben und so lange zerkleinern, bis sie fein gehackt sind, oder von Hand fein hacken. Die Hälfte der Gewürzmischung in eine grosse Schüssel geben und den Rest für die Sauce beiseitestellen. Die Crevetten, das Hackfleisch, das Ei, die gehackten Kohlruppen und einen Esslöffel der roten Currypaste in die Schüssel mit den Gewürzen geben und gut vermischen.

3. Rollen zubereiten

Kohlblätter auf einem Brett so ausbreiten, dass die ausgeschnittenen V-förmigen Enden in der Mitte liegen und sich überlappen, damit keine Lücken entstehen. Zwei Esslöffel der Füllung in die Mitte geben, die Seiten nach innen ziehen und die Kohlblätter einrollen, bis schöne, geschlossene Bündel entstehen. Vorgang mit den restlichen Blättern und der Mischung wiederholen. Sie müssen nicht perfekt aussehen, es geht darum, so wenig Lücken wie möglich zu haben. 500 ml Wasser in einen Wok mit gestapelten Bambusdämpfern oder einem Sieb geben und die Kohlrouladen darauflegen. Mit einem Deckel abdecken und das Wasser zum Köcheln bringen. Die Kohlrouladen etwa 12-15 Minuten dämpfen. Sie sind gar, wenn sie bei leichtem Druck schön fest sind.

Sauce

400 ml Kokosnusscreme
1 EL rote Currypaste
2 EL Fischesauce
2 TL Palmzucker
1/2 Limette, Saft

Gemüse garnitur

1 Handvoll
Sojabohnensprossen
1 Gurke, geschält, entkernt
und fein gewürfelt
1 Bund Koriander, Blätter
gezapft

4. Sauce zubereiten

Einen grossen Topf erhitzen und ein wenig Öl hineingeben. Die zweite Hälfte der Gewürzmischung leicht anbraten, bis sie duftet, dann den einen Esslöffel rote Currypaste hinzufügen. 30 Sekunden lang braten, dann die Kokosnusscreme, die Fischesauce, den Zucker und den Limettensaft hinzufügen. Umrühren und zum Köcheln bringen.

5. Gemüse garnitur zubereiten und Gericht fertigstellen

In einer Schüssel, Sprossen, Gurkenwürfel und Korianderblätter miteinander vermischen. Je 2 Wirsingrouladen im Teller verteilen und mit der Sauce umgiessen und Gemüse garnitur darüber geben.

Klassisches Hühnerfrikassee

4 Personen



Frikassee

1 EL Pflanzenöl
8 Hühnerschenkel mit Haut und Knochen, alternativ ausgelöste Schenkel-Steaks
Salz
Pfeffer
50 g Butter
1 grosse Zwiebel, geschält und fein gehackt
1 Karotte, geschält und fein gehackt
1 Stange Staudensellerie, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, grob gehackt
300 g Champignons, in dicke Scheiben geschnitten
4 Lorbeerblätter
6 Thymian
150 ml Weisswein
500 ml Hühnerbouillon
250 ml Vollrahm
1 TL Petersilienblätter, fein gehackt

1. Geflügel anbraten

Eine grosse Pfanne mit Deckel auf grosser Flamme erhitzen und das Öl hinzufügen. Das Geflügel braten, bis die Haut gut gebräunt ist, dann aus der Pfanne nehmen. Es soll nicht durchgebraten sein.

2. Gemüse garen

Die Butter in die Pfanne geben, dann Zwiebeln, die Karotten, den Sellerie, den Knoblauch und die Pilze darin anbraten. Salzen und etwa 10 Minuten garen bis sie duften. Die Kräuter hinzugeben und 2 Minuten kochen lassen. Mit dem Wein ablöschen und umrühren.

3. Fertiggaren

Mit Bouillon auffüllen und die Schenkel wieder in die Pfanne geben. Zum Köcheln bringen, zudecken und 15 Minuten leise köcheln lassen, ein- oder zweimal umrühren und dabei das Geflügel mit der Sauce übergiessen. Den Rahm dazugeben und weitere 10 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Probieren und allenfalls nachwürzen. Ist die Sauce noch zu dünn, ohne Deckel auf grosser Hitze etwas einkochen lassen. Zum Servieren mit Petersilie bestreuen.

Polenta Muffins

4 Personen

1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
Sonnenblumenöl
1 EL Zitronenthymian, gehackt
250 g Maisgriess
7,5 dl Hühnerbouillon
1 EL Butter
2 EL geriebener Sbrinz
Salz, Pfeffer
etwas geriebene Muskatnuss
3 Eier
etwas Butter
etwas geriebener Sbrinz
2 EL flüssige Butter

Schalotte in feine Würfel schneiden, Knoblauch hacken. In einem hohen Topf in etwas Sonnenblumenöl andünsten. Den Thymian dazugeben und kurz mitdünsten lassen, Butter zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Maisgriess in den Topf giessen, mit heisser Bouillon auffüllen und gut verrühren. Die Polenta circa 3 Minuten leicht köcheln lassen, ab und zu umrühren. Dann mit einem Deckel verschliessen und circa 20 Minuten neben dem Herd quellen lassen.

Butter und Sbrinz in die Polenta geben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Die Eier trennen. Eiweisse steif schlagen. Eigelbe in die handwarme Polenta geben, gut einrühren und danach die Eiweisse unterheben. Eine Muffinform ausbuttern, mit der Polenta Masse befüllen und jeweils etwas Sbrinz und flüssige Butter darauf verteilen. Im Ofen bei 180 Grad Umluft circa 15 bis 20 Minuten backen. Vorsichtig aus der Form nehmen.

Kohlrabi

4 Personen

2 Kohlrabi
2 dl Gemüsebouillon
1 TL Butter

Kohlrabi schälen und in circa 1 Zentimeter dicke Stifte schneiden. Bouillon in einem Topf aufkochen und Kohlrabi dazugeben. Bouillon fast vollständig einkochen lassen, Butter zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Orangen Soufflé

4 Personen



40 g Butter, plus extra zum
Einfetten der Förmchen
20 g Weissmehl
150 ml frisch gepresster
Orangensaft
1/2 Bio-Orange,
Schalenabrieb
1/2 TL Vanilleextrakt
1 Prise feines Salz
4 Eier, getrennt
60 g Kristallzucker, plus 2
Esstöffel extra zum
Ausstreuen der Förmchen
Puderzucker, zum Servieren

1. Soufflé Masse herstellen

Backofen auf 180° C Umluft oder 200° C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. Mehl einrühren, bis eine glatte Masse entsteht. Den Orangensaft hinzugeben und bei mittlerer Hitzeiterrühren, bis die Mischung zu einer festen Paste wird und beginnt, sich vom Topf zu lösen. Vom Herd nehmen und die Orangenschale, die Vanille und das Salz einrühren. Während die Mischung noch warm (aber nicht mehr heiss) ist, die Eigelbe einzeln unterschlagen. Masse in eine grosse Rührschüssel geben.

2. Eischnee vorbereiten

Eiweisse mit einer Prise Salz schlagen, bis sich weiche Spitzen bilden, dann nach und nach Zucker einrieseln lassen und weiterschlagen, bis die Masse glänzt und fest ist. Nicht zu steif schlagen.

4. Masse fertigstellen und Formen füllen

Nacheinander ein Drittel des Eischnees vorsichtig unter die Eigelbmasse heben, jedes Mal noch sanfter unterrühren, als beim vorherigen Mal. Mischung auf die Förmchen aufteilen und sie bis zum Rand füllen. Mit dem Daumen am oberen Rand für einen sauberen Abschluss entlang fahren, etwa 5 mm unter dem Rand.

5. Soufflé backen

12-15 Minuten backen und dabei beobachten, wie die Soufflés aufgehen und oben braun werden. Aus dem Ofen nehmen und mit Puderzucker bestäuben. Sofort servieren. Dazu passt Vanilleglace perfekt.