

**159. Kochabend**  
**30.08.2024**

Abendchef: Thomas Bär



## **Pizza-Crostini**

*Chardonnay, Hess Select 2019*  
*Napa Valley, Kalifornien*

\*\*\*

## **Fregola Sarda mit Sardellen, Spinat und Tomaten**

\*\*\*

## **Kaninchenfilets im Rohschinkenmantel an einer Barbecue-Sauce gratinierte Polentaschnitten mit Peperonigemüse**

*Serpaia di Endrizzi Serpaiolo 2021*  
*Maremma Toscana IGP*

\*\*\*

## **Sauerrahm – Limetten- Glacé Apfelrollen im Filoteig**

## **Pizza-Crostini**

12 Personen



**500 g** Schinken gekocht  
**200 g** Appenzellerkäse  
**6** Essiggurken  
**6** gekochte Eier  
**2** Peperoni  
**1** Zwiebel  
**4** Knoblauchzehen  
**250 g** Mayonnaise  
**100 g** Crème Fraiche  
**140 g** Maiskörner  
Salz  
Peffer  
Oregano

**2** Baguette Brot

Alle Zutaten fein schneiden und zusammen mit der Mayonnaise und Crème Fraiche vermischen. Gut würzen und mit Oregano abschmecken.

Brot in ca. 1 cm dicken Scheiben schneiden. Pro Scheibe ca. 1 gehäufte Esstabelle der Mischung darauf verteilen.

Bei 180 Grad ca. 10 Minuten backen.

## Fregola Sarda mit Sardellen, Spinat und Tomaten

6 Personen



400 g Fregola sarda  
400 g frischer Spinat  
3 Zehen Knoblauch  
2 Schalotten  
1 Peperoncini  
300 g Kirschtomaten  
10 Sardellenfilets  
Olivenöl  
3 EL dunkle Oliven  
3 EL Kapern  
100 g Parmesan  
3 Stängel Basilikum  
Salz  
Pfeffer

Spinat gründlich waschen, trocknen und die grösseren Stiele entfernen. Die Blätter in gröbere Stücke zupfen oder schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Tomaten waschen, trocknen und halbieren. Sardellenfilets abtropfen lassen. Waren sie in Salzlake eingelegt, etwas abwaschen und trocken tupfen. Dann fein hacken.

Fregola sarda nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser kochen.

Reichlich Olivenöl in einer breiten, hohen Pfanne erhitzen. Knoblauch und Schalotten darin anschwitzen. Tomaten hinzufügen und 1-2 Minuten schmoren. Sie sollten noch ihre Form behalten. Peperoncini, Kapern und Oliven dazugeben und erhitzen. Den Spinat unterheben und zusammenfallen lassen.

Die Pasta abtropfen lassen und mit dem Gemüse vermengen. Die Sardellenfilets untermengen. Mit Pfeffer und Salz würzen. Allenfalls noch Olivenöl dazugeben.

### Anrichten:

Die Pasta auf Teller geben und mit geriebenem Parmesan und Pfeffer aus der Mühle bestreuen. Mit Basilikum garniert servieren.

## Kaninchenfilets im Rohschinkenmantel

4 Personen



1 **Bund** Basilikum  
8 Kaninchenrücken-Filets  
16 **Scheiben** Rohschinken  
3 **EL** Bratbutter  
Pfeffer

Die Basilikumblätter von den Zweigen zupfen und waschen.

Die Kaninchenfilets mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen und mit jeweils 3–4 Basilikumblättern, je nach Grösse, umwickeln. Dann die Filets auf je 2 Rohschinkenscheiben legen und aufrollen. Allenfalls mit Holzstäbchen fixieren.

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.

In einer Bratpfanne die Bratbutter erhitzen. Die Kaninchenfilets darin je nach Grösse rundum 3–4 Minuten braten. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 80 Grad heissen Ofen 20–25 Minuten nachgaren lassen.

Kaninchenfilets diagonal halbieren und auf Teller anrichten.

## Barbecue-Sauce

10 Personen (5 dl)

2 Zwiebeln  
4 Knoblauchzehen  
600 g Tomaten  
3 **EL** brauner Zucker  
3 **EL** Aceto balsamico  
2 **EL** Melasse  
400 g gehackte Dosen-Pelati  
2 **EL** Tomatenpüree  
3 **EL** Sojasauce  
2 Gewürznelken  
1 **TL** Smokey Chili (Rauch-Chili)  
1 **TL** Rauch Paprika  
2 **TL** Salz

Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Tomaten grob hacken.

Brauner Zucker in einer Pfanne karamellisieren. Mit Balsamico-Essig ablöschen.

Zwiebeln, Knoblauch, Melasse, gehackte und geschälte Pelati, frische Tomaten, Tomatenpüree, Sojasauce, Nelken, Smokey Chili, Rauch-Paprika und Salz zugeben und ca. 45 Minuten offen köcheln lassen.

Die Sauce mit Pürierstab fein pürieren und nochmals ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Sauce warm zum Fleisch servieren.

## gratinierte Polentaschnitten

4 Personen

<b>3,5 dl</b> Gemüse-Bouillon <b>3 dl</b> Milch <b>2,5 dl</b> Rahm <b>250 g</b> Bramata-Mais <b>2 EL</b> Rosmarin (grob gehackt)	Bouillon, Milch, Rahm und Bramata-Mais in eine Gratinform geben und verrühren. Rosmarin fein hacken und ebenfalls begeben.  Im Dampfgarer während 50 Minuten bei 96 Grad garen (nicht zudecken) bis Polenta gar ist.
<b>1 dl</b> Milch <b>1 dl</b> Rahm <b>50 g</b> Parmesan <b>50 g</b> Butter	Restliche Milch, Rahm und Butter und Parmesan unter die Polenta mischen bis sich eine homogene Masse bildet.
<b>1 EL</b> Butter	Polenta auf einem Blech mit Butter bepinseltem Backpapier zu einem ca. 1 cm dickem Rechteck verstreichen.
<b>50 g</b> Parmesan	Restlicher Parmesan darüber streuen und bei Grillfunktion im Ofen während ca. 15-20 Minuten bei 200 Grad überbacken.  Polenta anschliessend in gleichmässige Rechtecke ausschneiden.

## Peperonigemüse

4 Personen

<b>3</b> Peperoni (grün, rot gelb) <b>1</b> rote Zwiebel <b>1</b> Knoblauchzehe <b>1 dl</b> Gemüsebouillon <b>1 dl</b> Saucenhalbrahm <b>3 EL</b> Bratbutter	Peperoni und rote Zwiebel in feinen Streifen schneiden. Knoblauchzehe pressen.  Peperoni in der heissen Bratbutter rührbraten. Zwiebeln und Knoblauch beifügen, kurz mitdünsten. Mit der Bouillon und dem Rahm ablöschen, sämig einkochen.
Salz Pfeffer Microgreens	Mit Salz und Pfeffer abschmecken.  Auf Polentaschnitten verteilen und mit Microgreens garnieren.



## Sauerrahm-Limetten-Glacé

8 Personen



1 dl Vollrahm  
1 Limette, abgeriebene Schale  
3 EL Limettensaft  
100 g Puderzucker  
1 EL Honig  
400 g Saurer Halbrahm

Vollrahm steif schlagen.

Limettenschale und Limettensaft mit Puderzucker verrühren. Honig und Saurer Halbrahm darunter rühren

Steif geschlagener Vollrahm mit Schwingbesen vorsichtig darunterziehen.

Masse in Glace-Maschine anfrieren. Anschliessend in Förmchen füllen. 4 Stunden tiefkühlen.

## Apfelrollen im Filoteig

12 Rollen

1 kg Apfel (ca. 6 Stück)  
2 EL Zitronensaft  
100 g Zucker  
100 g gemahlene Haselnüsse  
1 TL gemahlener Zimt  
1 EL Weizenmehl  
1 Pack Filoteig (Strudelteig)  
50 g flüssige Butter  
Puderzucker zum Bestäuben

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze (Umluft: 180 Grad) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

Die Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Apfelviertel in ca. 1 cm kleine Würfel schneiden und in einer Schüssel mit Zitronensaft, Zucker, gemahlene Haselnüsse, Zimt und Mehl vermischen.

Filoteig-Platten aus der Verpackung nehmen. Jede Teigplatte dritteln und die Ränder mit flüssiger Butter bestreichen. Am oberen Rand der Teigstücke je ca. 2 EL der Apfelfüllung geben und zu einem Strang festdrücken. Dabei links und rechts **je 2 cm Rand freilassen**.

Den Rand links und rechts einklappen und das Teigstück von der Apfelfüllung her beginnend aufrollen. Mit Abstand auf das Blech legen und insgesamt 12 Apfelrollen formen.

Die Oberseite der Rollen mit der übrigen Butter bestreichen. Im vorgeheizten Backofen ca. 15 Minuten backen. Kurz vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben. Zusammen mit der Sauerrahm-Limetten-Glacé anrichten.

**159. Kochabend**  
**30.08.2024**

Abendchef: Thomas Bär

