

48. Kochabend
Freitag, 21.06.2013
Abendchef: Mike



Lachshäppchen auf Toastbrot

Chablis Réserve de Vaudon 2011
Joseph Drouhin

.....

Mangosuppe mit Pouletfilet Spiessli

.....

Nüsslisalat mit Melone und Rohschinken

.....

Forelle gefüllt mit Kräutern

Salzkartoffeln

Blattspinat

Cherrytomaten

Pinot Noir 2009
Ruedi Wullschleger

.....

Rhabarber/Erdbeer Kompott

Lachshäppchen auf Toastbrot

4 Personen

100	Gramm	Geräucherter Lachs
1	Glas	grosse Kapern
		Zitrone, Griech. Joghurt
		Meerrettich, etwas Salz
		Rundes Toastbrot



Lachs ca. 15 Min. vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen, so entwickelt sich das Aroma optimal.

Toastbrot mit Meerrettichschaum dünn bestreichen, danach mit Lachs belegen, mit Pfeffer aus der Mühle abschmecken und dann mit Kaper (halbiert) dekorieren. Kurz vor dem Servieren den Lachs mit etwas Zitrone beträufeln.

Mangosuppe mit Pouletfilet Spiessli

4 Personen

1	Stück	Mango
	etwas	Butter
1	Stück	Zwiebel, fein gehackt
200	Gramm	Süsskartoffel in Stücken
1	Stängel	Zitronengras, Inneres fein gehackt
1	Liter	Wasser
1 ½	TL	Salz
	etwas	Koriander
4	Stück	Pouletfilet Spiessli* mit Curry mariniert



* alternativ auch mit Crevettenspiessli

Von der Mango ca. 100 g in Würfeli schneiden, zugedeckt beiseite stellen. Restliche Mango in Stücke schneiden. Butter warm werden lassen. Zwiebel andämpfen. Mango- und Süsskartoffelstücke mitdämpfen. Zitronengras beigeben, kurz weiterdämpfen. Wasser dazu giessen, aufkochen, würzen. Hitze reduzieren, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. weich köcheln. Suppe pürieren. Beiseitegestellte Mangowürfeli beigeben, ca. 5 Min. fertig köcheln. Poulet Filet Mignon Spiessli knusprig anbraten. Suppe anrichten, mit Koriander und wenig Pfeffer garnieren und das Spiessli über den Suppenteller legen.

Nüsslisalat mit Melone, Nektarinen und Rohschinken

4 Pers

100	Gramm	Nüsslisalat
8	Streifen	Rohschinken
2	Stück	Nektarinen weiss
½	Stück	Melone
50	Gramm	Mandeln
	etwas	Essig & Olivenöl
	etwas	Fleur de Sel und Pfeffer



Pfirsich achteln, die Melone in mundgerechte Stücke schneiden. Nüsslisalat auf die Teller verteilen mit den Früchten und mit Rohschinken garnieren. Mandeln hacken und drüberstreuen. Mit Olivenöl und Essig, wenn vorhanden Aprikosenessig beträufeln und mit Pfeffer und Fleur de Sel würzen.

Gefüllte Forelle mit Kräutern

4 Personen

4	Stück	Forellen, ausgenommen
	etwas	Butter
je 1	Stück	Frühlingszwiebel Knoblauchzehe
je 4	Stängel	Thymian/Oregano
je 4	Zweige	Rosmarin
	etwas	Petersilie
2-3	EL	Olivenöl
	etwas	Fleur de Sel und Pfeffer
12	Stück	Cherrytomaten mit Stiel
¼	Stück	Zitrone



Forellen abspülen und trocken zupfen. Die Bauchhöhle salzen und pfeffern. Knoblauch schälen und fein hacken. Zitrone in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch, Kräuter und ein Butterflöckli in die Bauchhöhle füllen. Die Forellen außen mit Öl bepinseln und auf das Backofenblech mit Backofenpapier legen, bei 200°C, 30 Minuten bei Ober- und Unterhitze (mittlere Rost) grillieren, nach 15 Min. Cherrytomaten dazulegen. Zitronenscheibe beim Anrichten auf die Forelle legen.

Salzkartoffeln

4 Personen

800	Gramm	Kartoffeln festkochend
	etwas	Salz
	etwas	Peterli

Kartoffeln schälen, evtl. halbieren. Im Salzwasser ca. 15 Minuten garen. Abgiessen, gut abtropfen lassen

Frischer Blattspinat

4 Personen

400	Gramm	Blattspinat
1	Stück	Knoblauchzehe
½	Stück	Zwiebel
1	Prise	Salz & Pfeffer

Spinat sorgfältig mit kaltem Wasser waschen. Knoblauchzehe und Zwiebel fein hacken und mit etwas Butter andünsten. Danach Spinat tropfnass in die Pfanne geben. Auf tiefer Stufe köcheln. Am Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rhabarber/Erdbeer Kompott

4 Personen

600	Gramm	Rhabarber
500	Gramm	Erdbeeren
2	EL	Zucker
4	EL	Erdbeerkonfitüre
1	dl	Rahm
100	Gramm	saurer Halbrahm
2	Päckli	Vanillezucker, Bourbon



Wenn der Rhabarber eine sehr dicke Haut hat, diese sowie allfällige Fäden abziehen und die Enden der Stangen abschneiden. Rhabarber schräg in etwa 3 cm breite Stücke schneiden.

Erdbeeren kurz waschen, gut abtropfen lassen, Stielansatz herausdrehen und Beeren in dicke Scheiben schneiden. In eine mittlere Schüssel geben und sorgfältig mit Zucker mischen.

Rhabarber und Erdbeerkonfitüre in eine mittlere Pfanne geben. Gut mischen, dann aufkochen. Rhabarberstücke nur so lange zugedeckt garen, bis sie knapp weich sind - beim Abkühlen werden sie noch etwas weicher! Sofort zu den Erdbeeren geben, alles sorgfältig mischen, wenn nötig leicht nachzuckern und abkühlen lassen.

Rahm mit Schwingbesen oder Stabmixer steif schlagen. Sauren Halbrahm und Vanillezucker glatt rühren, dann diese Mischung mit dem Gummispachtel unter den Rahm ziehen. Kompott in Dessertschalen oder -gläser anrichten und die Rahmmischung darüber geben. Sofort servieren!

En Gueta wünscht d'Mike!