

Kochabend mit Rebecca Clopath

www.natur-kochart.ch



**66. Kochabend**

**Freitag, 06.03.2015**

**Abendchef: Rebecca Clopath**

## *Ess Wahrnehmung in Maienfeld*

### **Brot & Co.**

*Maienfelder Chardonnay 2013, Fam. Peter Bär*

.....

### **Topinambur zu Schlüsselblüemli Wurzel**

.....

### **Rind und frittierter Federkohl**

*Maienfelder Pinot Noir 2013, Fam. Peter Bär*

.....

### **Haselnuss und Bier**

## Brot & Co.



### Buchweizen- Safran Brot

100g Buchweizen, ganz  
100g Buchweizenvollkornmehl  
400g Weissmehl  
Msp Safran  
20g Hefe  
12g Salz  
150g Mineralwasser  
150g Wasser, lauwarm

im Salzwasser weich garen und auskühlen

in ein Rührwerk geben. Die zerkrümmeln und das beifügen

hinzufügen und mit der Hand kneten bis es einen festen Teig gibt. Evt. etwas Wasser nachgeben.  
2 Teiglinge formen und in Blumentöpfe welche mit Backpapier ausgekleidet sind geben. 15 Min aufgehen lassen. Bei 180°C die Teiglinge noch in den kalten Ofen schieben und 50 Min backen. Aus den Formen nehmen und das Backpapier entfernen und weitere 10 min backen

### Frittierte Chiccoreewurzel

200g Chiccoreewurzel  
400g Erdnussöl  
Salz

gut waschen und schälen. In feine Scheiben schneiden (optimal wäre auf der Aufschnittmaschine). Unter fließendem Wasser abspülen und trocken tupfen. Das in einer Pfanne erhitzen oder eine Fritteuse verwenden. Auf ca. 170°C erhitzen. Die Wurzeln darin frittieren und mit dem würzen.



### fermentierte Räbe

100g Wasser

und

1g Salz  
100g Rabe, geraffelt  
10g Buttermilch  
2g Salz  
100g Rabe, geschält

aufkochen und erkalten lassen

gut kneten und in einen Tontopf (oder Chromstahl Topf) in Stäbchen schneiden. Beifügen und gut andrücken und mit einer Platte oder einem Teller beschweren, so dass es knapp bedeckt ist. Mit Steinen beschweren, Deckel auf den Tontopf und den Rand mit Wasser auffüllen. So kann das sich bildende Gas entweichen, ohne dass Sauerstoff hineingelangt, der die Rabe verderben könnte. Bei Zimmertemperatur min. 7 Tage gären lassen. Man kann die Gärung verlangsamen indem man das Gut kühl stellt. Die Rabe aus dem Fond nehmen und etwas abtupfen. Die geraffelte Rabe kann ebenso roh oder gekocht als Sauerkraut gegessen werden.

### Pastinaken Püree

20 g Butter  
200 g Pastinaken  
4g Salz  
100g Rahm  
Salz  
Pfeffer

schmelzen.  
rüsten und in Würfel schneiden, weich dünsten und mit würzen  
beifügen und kurz mitkochen. fein pürieren. Mit

abschmecken. Nach Möglichkeit im Paco Jet einsetzen und gefrieren lassen. Pacosieren.



### Arven Pesto

40g Arvenkernen  
10g Arvenadeln  
20g Sonnenblumenöl  
Salz

hacken  
ganz fein schneiden und mit dem mischen und gut verrühren. Mit abschmecken

## Topinambur zu Schlüsselblüemli Wurzel



### Topinambur Cremesuppe

20g	Butter	
50g	Zwiebeln	in kleine Würfel schneiden und dünsten
200g	Topinambur, geschält	ebenso in Würfel schneiden (2x2cm) mitdünsten
5g	Salz	beifügen. Weitere 10 Min auf mittlerer Hitze garen
200g	Rahm	und
300g	Bouillon	beifügen und leicht köcheln. Wenn das Gut weich ist, mixen
Salz		oder andere Gewürze abschmecken

### Schlüsselblüemli Wurzel Schaum

300g	Magermilch	kurz vor dem Siedepunkt vom Herd nehmen und die
5g	Schlüsselblumenwurzeln	beigeben. 10 Min ziehen lassen. Passieren. Die Aquarium Pumpe
		anhängen. Optimalerweise eine Wärmeplatte von 70°C unter dem
		Schaum haben. Dadurch ist er stabil und schäumt schön

### Ei in der Vanille

5 Stk	Wachteleier	mit der ausgekratzten
1 Stk	Vanilleshote	und
10g	Milch	vacuumieren. Diese bei 68°C 6 Min garen und ca.10min bei 60°C
		halten. Die Wachteleier aus dem Beutel nehmen und köpfen.

## Rind und Federkohl



### Rind mit Rottannenkries gegart

350g	Rinds Filet, Huft, Hohrücken oder Entrecôte	in 4 gleich grosse Stücke schneiden. In einem Vacuumbeutel mit dem vacuumieren und bei 68°C je nach Grösse 10-15 Min garen und 10 Min bei 60°C stehen lassen. Aus dem Beutel nehmen und vor dem Servieren heiss anbraten.
40g	Rottannenkries	auf das angerichtete Fleisch streuen
	Salz, grob	

### Zwiebelpüree

200g	Zwiebeln	im Ofen bei 180°C in der Schale schmoren. Schälen und mixen mit
	Salz	
	rotem Pfeffer	gut abschmecken

### Frittierter Federkohl

100g	Federkohl	rüsten und in das ca. 170°C heisse
400g	Erdnussöl	geben und backen. Auf einem Tuch auskühlen lassen.
	Salz	zum würzen.

### Sanddornsauce

40g	Sanddornbeeren	
20g	Rohrzucker	und
40g	Wasser	kurz aufkochen und fein pürieren. Abschmecken

### Rottannesamen im Öl

20g	Rottannesamen	leicht schroten mit einer Mulinex
40g	Rapsöl	und
1g	Rottannenharz	erwärmen und homogen rühren. Mit den Samen mischen und umrühren.

## Haselnuss und Bier



### Haselnussglace

100g	Haselnüsse, gemahlen	mit dem
250g	Vollrahm	mischen und erhitzen
35g	Zucker	
15g	Traubenzucker	beifügen und kurz aufkochen. Die Masse abkühlen lassen und mit dem
50g	Sauerrahm	mischen. In einen Paco Jet füllen und gefrieren oder mit flüssigem Stickstoff abrühren (guter Show Effekt)

### Gebrannte Haselnüsse

40g	Haselnüsse, leicht gehackt	mit dem
80g	Zucker, weiss	und dem
80g	Wasser	aufkochen und rühren bis es auskristallisiert und leicht caramelisiert. Auf einem Backpapier auskühlen lassen.

### Braune Butter

50g	Butter	in der Pfanne braun werden lassen, sachte passieren und noch warm servieren.
-----	--------	--

### Bier Sabayone

50g	Bier	mit dem
25g	Vollei	
10g	Eigelb	
1 Prise	Salz	in einer Schüssel vor dem servieren ca. 10 Min in einer Pfanne mit Wasser aufschlagen. Sofort Servieren

**En Gueta wünscht Rebecca Clopath**