Chochete vom 28. Oktober 2022

Präsentiert von Dominik
mit Unterstützung von
Kurt
Alain
Roger

✷✷✷

Herbst Tartar mit Pilzen und Kürbis

✷✷✷

Pouletbrüstchen mit Honig-Essig-Sauce auf Lauchfondue,
Croquetten aus roten Linsen

✷✷✷

Trauben-Feigen-Kompott mit Stracciatella Crème

✷✷✷

Menu Angaben für 4 Personen

Herbst Tartar mit Pilzen und Kürbis

Zutaten

Kürbispüree

300 gr.	Kürbis (z.B. Butternut, Muskat)
1lt.	Gemüsebouillon
3 EL	Öl
	Viergewürz (Pfeffer, Ingwerpulver, Muskatnuss, Gewürznelkenpulver)

Pilztartar

400 gr.	Pilze gemischt (z.B. Champignons, Pfifferling, Austernpilze, Shiitake)
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
4	Zweige glatte Peterli
4	Zweige Estragon
2 EL	Olivenöl

Deko

	Kürbis- uns Sonnenblumenkernen
	Haselnussöl
	Servierring

Zubereitung

Kürbispüree

Den Kürbis grob zerkleinern und während 15-20 Minuten in der Bouillon kochen.

Aus der Pfanne nehmen, abtropfen und mit dem Viergewürz und dem Öl vermengen. Danach zu einem Püree stampfen. Bei Bedarf noch etwas Kochwasser hinzufügen, aber Achtung: das Püree sollte nicht zu dünnflüssig sein, sonst kann man es nicht mehr mit dem Servierring anrichten.

Pilztartar

Knoblauch und Schalotte fein hacken. Die Pilze in kleine Würfel schneiden. Die frischen Kräuter ebenfalls hacken.

Knoblauch und Schalotte im Olivenöl anschwitzen. Die Pilze hineingeben und bei mittlerer Hitze während 10 Minuten garen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die frischen Kräuter hinzufügen.

Kürbis- und Sonnenblumenkernen leicht rösten.

Anrichten

Die Innenseite des Servierrings leicht mit Öl einreiben und diesen in der Mitte des Tellers platzieren. Eine Schicht Kürbispüree hineingeben und anschliessend mit den Pilzen fortfahren. Diese nicht zu stark andrücken.

Mit den gerösteten Kürbiskernen und einigen Tropfen Haselnussöl garnieren und umgehend servieren.

Pouletbrüstchen mit Honig-Essig-Sauce auf Lauchfondue und Croquetten aus roten Linsen

Pouletbrüstchen mit Honig-Essig-Sauce

Zutaten

4 Stk.	Pouletbrüstchen
Etwas	Dijon-Senf
1 EL	Bratbutter/Bratöl
1 Stk.	Kleine Zwiebel
3 dl	Hühnerbouillon
1 KL	Honig
2 EL	Weissweinessig
80 gr	Butter

Zubereitung

Backofen auf 75 Grad vorwärmen und Platte hineinstellen.

Pouletbrüstchen hauchdünn mit Senf einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen. Im Bratfett 3 Min. rundherum scharf anbraten, anschliessend Pouletbrüstchen im Backofen ca. 60 Min. nachgaren lassen. Pfanne mit Bratensatz wird für die Sauce weiterverwendet.

Zwiebeln fein hacken. Bratensatz mit fein gehackten Zwiebeln hellgelb dünsten, mit Hühnerbouillon ablöschen, Honig und Essig beifügen, auf grossem Feuer auf 1 dl einkochen, beiseitestellen.

Kurz vor dem Servieren Sauce nochmals leicht aufkochen, Butter in Flocken hineinrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lauchfondue

Zutaten

1 Stk.	Kleine Zwiebel
400gr	Lauch
1 EL	Butter zum Andünsten
1 dl	Weisswein
1 dl	Doppelrahm
	Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung

Zwiebeln schälen, fein hacken, Lauch ohne harte, dunkelgrüne Teile in fein Ringe schneiden. Butter erhitzen, Zwiebel und allen Lauch beifügen und andünsten. Mit Weisswein ablöschen, kochen lassen bis Weisswein fast vollständig eingekocht ist. Doppelrahm hinzufügen und auf kleinem Feuer in gedeckter Pfanne ca. 60 Min. köcheln lassen. Der Lauch soll dabei Mus artig zerfallen. Wenn nötig zwischendurch löffelweise Wasser beifügen, dass Lauchgemüse nicht anbrennt. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss abschmecken.

Tipp: Der Lauch kann gut 2 – 3 Std. im Voraus zubereitet werden und vor dem Servieren wieder langsam aufgekocht werden.

Croquetten aus roten Linsen

Zutaten

150 gr	Rote Linsen
1	Zwiebel
2 Zweige	glatte Peterli
60 gr	Weichweizengriess
2 EL	Tomatenpürée
Etwas	Zitronensaft
	Bratöl oder Butter
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Ofen auf 180° Umluft vorheizen.

Linsen in 3.75 dl Wasser nach Packungsanweisung garen. Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Peterli waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken.

Linsen von der Herdplatte nehmen. Griess unterrühren und ca. 3 Minuten quellen lassen.

Zwiebel, Tomatenpürée und Petersilie hinzugeben und kräftig verrühren. Linsen mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und etwas abkühlen lassen.

Auflaufform mit Öl auspinseln. Linsen-Mischung mit den Händen zu kleinen Röllchen formen und nebeneinander in die Auflaufform legen. Linsen-Röllchen im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 20 Minuten backen, bis sie knusprig sind.

Anrichten

Teller vorwärmen.

Lauchfondue auf vorgewärmte Teller geben. Pouletbrüstchen schräg in Scheiben schneiden und über Lauchspiegel anrichten. Sauce über das Poulet ziehen.

Ca. 5 Croquetten neben dem Lauch anrichten.

Sofort servieren.

Trauben-Feigen-Kompott mit Stracciatella Crème

Trauben-Feigen-Kompott

Zutaten

200 gr	Rote Trauben
3	frische Feigen
2 dl	roter Traubensaft
2 KL	Maizena
1 KL	Vanillepaste
½ KL	Ingwerpulver
2 EL	Zucker
2 EL	Cassissirup

Zubereitung

Die Trauben halbieren und nach Belieben die Kerne entfernen. Die Feigen je nach Sorte und persönlicher Vorliebe eventuell schälen und den Stielansatz entfernen. Die Feigen in Würfel schneiden.

Den Traubensaft in ein Gefäss geben und mit dem Maizena, der Vanillepaste sowie dem Ingwer verrühren, etwas Cassissirup dazugeben.

In einer mittleren Pfanne den Zucker bei Mittelhitze zu goldbraunem Caramel schmelzen lassen. Den Traubensaft nochmals kurz durchrühren und zum Caramel giessen. Unter Rühren so lange kochen lassen, bis sich der Caramel vollständig aufgelöst und der Saft leicht gebunden hat. Vom Herd ziehen.

Die Trauben und die Feigen zum Caramel-jus geben und die Früchte einfach im warmen Sud ziehen lassen, aber auf keinen Fall kochen, sonst zerfallen sie. Anschliessend zugedeckt kühl stellen.

Stracciatelle-Crème

Zutaten

250 gr	Magerquark
2.5 dl	Vollrahm
3 EL	Zucker
100 gr	dunkle Schokolade

Zubereitung

Von Schokolade für Deko feine Späne mit Raffel raffeln und beiseitestellen. Restliche Schokolade mit Messer in feine Stücke hacken.

Quark in einer Schüssel verrühren. Rahm mit dem Zucker steif schlagen, mit der Schokolade sorgfältig unter den Quark ziehen.

Anrichten

Trauben-Feigen-Kompott in Coupe-Schale giessen. Crème mit Spritzsack darüber verteilen. Schokoladespäne darüber streuen.

Zeitablauf

19.00	Menübesprechung
19.15	Vorspeise komplett fertigstellen: zuerst Kürbis kochen, dann Pilze und weitere Zutaten vorbereiten
	Lauchfondue, rote Linsen rüsten und kochen
	19.30 Pouletbrüstchen anbraten und in Backofen legen, Sauce vorbereiten
	Dessert Kompott rüsten, kochen und kaltstellen
20.00	Vorspeise
20.15	Croquetten Formen und in Backofen
	Crème für Dessert schlagen und kühl stellen
	Hauptgang anrichten
20.45	Hauptgang
	Dessert fertig zubereiten und anrichten
21.30	Dessert

Je 2 Gruppen teilen zwei Öfen

- 1 Ofen für Nachgaren Poulet 75° Umluft
- 1 Ofen für Backen der Croquetten 180° Umluft