Chochete
Freitag
8. Februar 2019

Leitung: Beat Schoch
Assistenten: Jörgen Arnesson
Alain Rom
Hans Scola

# Ost trifft West

Papaya-Salat
Som Tam

Lamm Rack mit Kräutern an Rosmarinjus
mit Polenta und Broccoli

Orangentiramisu

Weisswein: Staatsschreiber Cuvée Blanc Prestige 2017 AOC Zürich
Rotwein: CAZES Marie-Gabrielle Côtes du Roussillon 2016 Bio

## Papaya-Salat
## Som Tam

für 4 Personen

1 unreife grüne Papaya 600g
16 Cherrytomaten 160g
100g Bohnen
8 Babysalatblätter
3 EL Erdnüsse
Crevettenchips

## Dressing

1.5 rote Chilischoten
1 grosse Knoblauchzehe
8 gesalzene Erdnüsse
2 EL Agavendicksaft
4 EL Limettensaft
2 EL Fischsauce
2 EL Tamarindensauce
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Für das Dressing Chili mit einigen Kernen (je nach Schärfe) fein hacken (Handschuhe von Vorteil), Knoblauch hacken und beides mit 8 gesalzenen Erdnüsse und dem Agavendicksaft im Mörser zerstossen, dann die restlichen Zutaten zufügen und verrühren.

Bohnen mit etwas Wasser kochen, ab dem Sieden noch 6 Min kochen und dann sofort abkühlen, sie sollten noch bissfest sein. Alternativ könnten auch asiatische Schlangenbohnen roh verwendet werden.

Tomaten vierteln. Bohnen in 2 cm Stücke schneiden. Papaya schälen und in feine Streifen schneiden (Julienneschäler). Alles mit der Sauce mischen. Salat auf den Salatblättern anrichten, mit Erdnüssen bestreuen und Crevettenchips dazugeben.

# Lamm Rack mit Kräutern niedergegart (1,5-2h)

## Lamm Rack

für 4 Personen

2 Lammracks (je ca. 350g)
4 EL Olivenöl
2 EL Senf
2 Knoblauchzehen
½ geriebene Zitronenschale
4 EL fein gehackter Rosmarin, Thymian und Salbei (ca. ½ Pack)
Salz und Pfeffer aus der Mühle

## Rosmarinjus

1 Rosmarinzweig
1 EL Butter
1 Zwiebel
1 TL Zucker
2 dl Rotwein
4 dl Fleischfond
Salz und Pfeffer
30 g Mehlbutter

Den Ofen auf 80 Grad vorheizen inkl. Platte für das Fleisch.

Für die Kräutermarinade die Kräuter und den Knoblauch mixen und mit allen Zutaten mischen (im Idealfall die Marinade über Nacht einwirken lassen, aber noch ohne Senf, dann zum Anbraten entfernen und nachher wieder zufügen).

Das Fleisch mit Olivenöl 2 x 2 Min scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Beidseitig mit der Marinade bestreichen und ca. 1,5-2 Stunden bei 80 Grad niedertemperaturgaren, die Kerntemperatur sollte ca. 55 Grad betragen, dann ist es rosig zart von innen.

## Rosmarinjus:

Zwiebel hacken und in 1 EL Butter andünsten. Zucker dazugeben und leicht karamellisieren lassen.

Rotwein dazu giessen und etwas einkochen (reduzieren). Dann den Fleischfond und den Rosmarin dazugeben und Sauce auf kleinem Feuer auf die Hälfte reduzieren. Absieben und wieder in die Pfanne geben.

Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Die kalte Mehlbutter stückchenweise einrühren bis die Sauce bindet (Sauce darf nicht mehr kochen!).

Servieren: Fleisch aus dem Ofen nehmen, etwas ruhen lassen. Dann einzelne Koteletts schneiden und auf Sauce servieren.

**Polenta und Broccoli**

8 dl Gemüseboullion
150g Bramata Polenta
Salz
1-2 El Mascarpone
Parmesan
Salz

400 g Broccoli
Olivenöl mit Salz

Bouillon aufkochen. Mais einrieseln lassen. Unter Rühren aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten kochen. Danach Polenta unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze 25–30 Minuten fertig kochen. Je nach Wunsch 1-2 EL Mascarpone und/oder etwas Parmesan darunterziehen und mit Salz abschmecken.

Broccoli in kleine Röschen schneiden. Das Olivenöl mit Salz und Pfeffer in einer Schale verrühren, dann die Röschen Oberseite leicht darin tupfen, nicht zu lange, Broccoli saugen wie Schwämme und auf ein Backblech legen. Bei 200 Grad ca. 15 Minuten garen, leichte Röstnoten schmecken beim Broccoli besonders gut

# Orangentiramisu

Für 4 Personen

2 EL Grand Marnier
1 EL Kakaopulver bitter
8 Löffelbiskuits
250g Mascarpone
50g Rahmquark
4 Orangen
1 dl Orangensaft
2 TL Zucker
3 dl Schlagrahm
als Deko Minzen Blätter

Saft von 2 Orangen auspressen und mit 1 dl Orangensaft und dem Zucker einkochen und im Wasserbad auskühlen.

Mascarpone und Rahmquark mit der Hälfte des Safts gut verrühren. Den Rahm steif schlagen und darunter ziehen.

2 Orangen filetieren.

Den Grand Marnier und den restlichen Saft in einer Schale vermischen. Die Löffelbiskuits darin tränken und je nach Schale verkleinern.

Dann wie folgt in die Schale schichten:
eine Lage Biskuits, dann Crème, Orangen, Biskuits, Crème, Orangen, Crème und zuletzt mit Kakaopulver bestreuen und mit Orangen garnieren.

Das Tiramisu kalt stellen.

Vor dem Essen mit frischen Minzen Blättern garnieren

Timing:

| | 19:00 | 19:15 | 19:30 | 19:45 | 20:00 | 20:15 | 20:30 | 20:45 | 21:00 | 21:15 | 21:30 | 21:45 | 22:00 | 22:15 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | Apero | Besprechung | | | | Vorspeise | | | | Hauptspeise | | Dessert | | finito |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Dessert | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Rosmarinjus | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Fleisch | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Kräutermarinade | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Mais | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Broccoli | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Salatdressing | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Salat | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| abwaschen/aufräumen | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |