

# **Chochete 29.06.2017**

## **Stedtli Chuchi Murten**

**Chef du Jour: Urs Emmenegger**



## **Geniessen**

**Käse-Feigen-Spiesse**  
**Nektarinen mit Ricotta und Parmaschinken**  
**Sommerspiesse im würzigen Melonensüppchen**

\*\*\*\*\*

**Omble chevalier “Fee verte”**

\*\*\*\*\*

**Fettuccine an Zitronen-Basilikum-Sauce**

\*\*\*\*\*

**Lammracks mit Randenjus und Bratkatoffeln**

\*\*\*\*\*

**Omelette surprise von Grunder Jürg**

# Weine



## **Apéro**

**Prosecco Conegliano  
Valdobbiadene**

## **Fischgang**

**Luis Felipe Edwards  
Sauvignon blanc  
Vale centrale Chile**

## **Pastagang**

**Grande Albertone  
Rovereto, Italien**

## **Hauptgang**

**Cinque Autoctoni**

**Montepulciano, Primitivo, Sangiovese, Negroamaro, Malvasia  
Pulia und Abruzzo, Italien**

# Käse-Feigen-Spiesse

ergibt 36 Stück

## Zutaten

370 g kräftiger Ziegen- oder Schafkäse (z.B. Manchego)

6 frische Feigen (in 6 gleichmässige Teile schneiden)

36 Basilikumblätter

Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

36 Apérospiesse

Den Käse in zentimeterbreite Stifte schneiden. Die Feigen waschen und in Spalten schneiden. Basilikumblätter waschen und trocken tupfen.

Jeweils ein Basilikumblatt, eine Feigenspalte und ein Käsestück mit einem kleinen Holzspieß zusammenstecken. Mit Pfeffer übermahlen und schön anrichten.



# Nektarien mit Ricotta und Parmaschinken

für 32 Stück

## Zutaten

4 grosse Nektarinen (ca. 500 g)

200 ml Apfelessig

3 Sternanis, 3 Gewürznelken

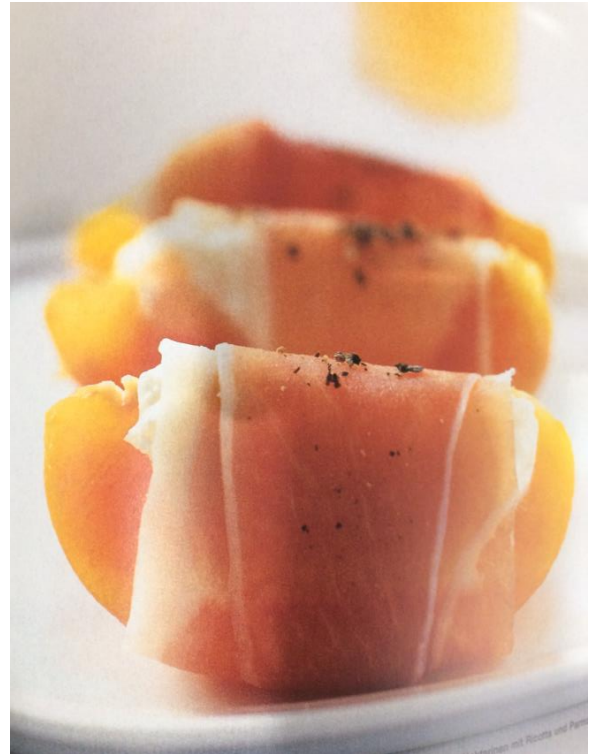
1 TL klein geschnittener frischer Ingwer

1 grosse frische rote Chilischote

300 g Zucker

16 Scheiben Parmaschinken **längs halbieren**

330 g Ricotta



Den Essig mit Anis, Gewürznelken, Ingwer, Chili, Zucker, 1 Teelöffel Salz und 400 ml Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.

Ein mittelgrosses Einmachglas mit kochendem Wasser füllen, einige Minuten warten und dann ausgiessen. Die Nektarinen in dem Glas mit dem kochenden Essig bedecken und das Glas verschliessen.

Abkühlen lassen und mindestens 5 Tage in den Kühlschrank stellen.

32 Nektarinenschnitze aus dem Einmachglas nehmen und halbieren. (mundgerecht)

Die Schinkenscheiben auf einer Arbeitsfläche auslegen und jeweils 1 Nektarinen darauf setzen. Jeweils einen halben Teelöffel Ricotta darauf geben und einrollen.

Mit etwas Pfeffer aus der Mühle garnieren und anrichten

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten (plus Zeit zum Marinieren)

# Sommerspieße im würzigen Melonensüppchen

## Zutaten für 30 Portionen

2 grössere, süsse Zuckermelonen  
(Honig, Netz oder Cantaloupe-Melone)  
15 Stängel Koriandergrün  
 $\frac{3}{4}$  TL Currypulver (mild oder scharf)  
Grob geschroteter schwarzer Pfeffer  
Cayennepfeffer  
30 kl.Cocktailtomaten  
30 Mozzarellabällchen  
Je 30 Spiesse und Gläser  
Kugelausstecher



## Melonensuppe:

Die Melone schälen, halbieren und entkernen. Mit einem Rundausstecher aus dem Fruchtfleisch 30 Kugeln ausstechen. Restliches Fruchtfleisch klein schneiden und im Blitzhacker oder einem Stabmixer fein pürieren. Den Koriander waschen, trocken schütteln und hacken. Mit Currypulver unter das Püree rühren und mit den beiden Pfeffersorten würzen. **Kalt stellen.**

Cocktailtomaten waschen, Mozzarella abtropfen lassen,

Die Melonensuppe auf Wassergläser verteilen.

Auf jeden Spiess nacheinander eine Tomate, eine Mozzarella- und Melonenkugel aufpiessen und die Spiesse in das würzige Melonensüppchen stellen.

# Omble chevalier „Fee verte“

**Vor- und Zubereiten:** ca. 15 Minuten

Vorspeise für 10 Personen

## Zutaten

2 EL Butter

2 Schalotten, fein gehackt

3 dl Absinth oder Weisswein

10 Saiblingfilets (je ca. 80 g), schräg halbiert

1 TL Salz

wenig Pfeffer

2 EL Butter

je 2 EL glattblättrige Petersilie, Dill und Kerbel, fein geschnitten

1 grosses oder 2 kl. Baguettes.

## Zubereitung

Saiblingfilet würzen.

Teller vorwärmen.

Butter in einer beschichteten Bratpfanne warm werden lassen. Schalotten andämpfen, Absinth oder Weisswein dazu giessen. Fische in die Sauce legen und **zugedeckt** ca. 2 Min. ziehen lassen. Fische, heraus nehmen und warm stellen.

Butter und Kräuter in dieselbe Pfanne geben, mischen.

Fisch wieder begeben, nur noch heiss werden lassen und auf die gut vorgewärmten Teller anrichten. Mit Balsamico und 1-2 Tranchen frischen Baguettetranchen (eventuell getoastet) garnieren und sofort servieren.



# Fettuccine an Zitronen-Basilikum-Sauce

## Zutaten für 8 Personen :

2 Zitrone  
2 Zwiebel  
2 EL Olivenöl  
6 dl Gemüsebouillon  
4 dl Vollahm  
Ca.3 TL Maizena Express  
Salz, Pfeffer  
Ca.1000 g frische Teigwaren,  
z. B. Fettuccine  
120 g Parmesan frisch gerieben  
2 Bund Basilikum



## Zubereitung:

Zitronenschale fein abreiben, beiseite stellen. Zitrone auspressen (ergibt ca.1 dl). Zwiebel hacken. Im Öl andünsten. Zitronensaft und Bouillon begeben und ca.15 Minuten köcheln (reduzieren) lassen. Ca. 2 TL Maisstärke begeben und einköcheln lassen. Rahm begeben. Aufköcheln, bis die Sauce bindet. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fettuccine in siedendem Salzwasser al dente kochen. Abgiessen und abtropfen lassen.

Teigwaren auf gut vorgemärte Teller mit Sauce und Zitronenschale anrichten. Parmesan darüber reiben. Basilikumblätter darüber zupfen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Pro Person ca. 21 g Eiweiss, 22 g Fett, 72 g Kohlenhydrate, 2450 kJ/585 kcal

# Lammracks mit Randenjus und Bratkartoffeln

Für ca. 10 Personen,

Vor- und Zubereiten: ca. 50 Min., Niedergaren: ca. 1 Std. und 15 Min.

## Zutaten:

4-5 Lammracks (je ca. 400 g),  
2,5 EL Olivenöl, 2 TL Salz,  
4 EL gemischte Pfefferkörner (grob zerdrückt),  
2,5 dl Fleischbouillon,  
2,5 dl Randensaft  
2 TL Maizena,  
400 g gekochte Randen (in Würfeln)  
Salz nach Bedarf,  
4,5 EL Olivenöl,  
1000 g geviertelte Baby-Kartoffeln,  
5 Zweiglein Rosmarin,  
1 TL Fleur de Sel



## Zubereitung:

Fleisch ca. 30 Min. vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Ofen auf 80 Grad vorheizen. Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Fleisch salzen, rundum ca. 5 Min. anbraten, wenn sich eine Kruste gebildet hat, umdrehen. Herausnehmen, in Pfefferkörnern wenden, auf die vorgewärmte Platte legen. Fleischthermometer so einstecken, dass es den Knochen nicht berührt.

**Niedergaren:** ca. 1 1/4 Std. Die Kerntemperatur soll ca. 55 Grad betragen. Das Fleisch kann anschliessend bei 60 Grad bis zu 30 Min. warm gehalten werden.

Für den Jus Bouillon in die Pfanne giessen, Bratensatz lösen, Randensaft dazugiessen, Maizena mit 2 EL Wasser anrühren, unter Rühren beigegeben, aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 5 Min. köcheln, Randenwürfeli beigegeben, nur noch erhitzen, salzen.

Für die Bratkartoffeln Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Hitze reduzieren, Kartoffeln und Rosmarin unter gelegentlichem Wenden ca. 15 Min. braten, salzen.

**Racks tranchieren, mit dem Jus und den Bratkartoffeln auf vorgewärmten Tellern schön anrichten.**