

Gourmet – Chuchi Biel

Mitglied der Confrérie de la Marmite

April - Chochete

Küchefs Franz, Christian, Markus

Menu

Apéro + Arbeitsaufteilung

☆

Fisch-Meerfrüchte-Süpli

☆☆

Spargelsalat mit Rucola

Mozzarellakugeln und Croûtons

☆☆☆

Schweinsniersteak an Rotwein-Essig-Sauce

mit Feigen und Risotto - Milanese

☆☆☆☆

Caramelisierte Äpfel mit Joghurt-Rahm

☆☆☆

Kaffee

Gourmet – Chuchi Biel

feine Fisch - Meerfrüchte - Suppe

4 Personen

300 gr. küchenfertige Garnelen
1 ltr. Fischfond
400 gr. Fischfilet
2 kleine Rüebli
4 Stangensellerie
3 Frühlingszwiebeln
1 EL Butter
Salz
Pfeffer

so wird's gemacht :

Fischfilets waschen und in dem heissen Sud 7 - 8 Minuten gar ziehen lassen. Nach der Hälfte der Garzeit den Fisch wenden, Fisch aus dem Sud nehmen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Die **Rüebli** schälen und in kleine Würfel schneiden, Stangensellerie und **Frühlingszwiebeln** putzen und waschen, **Sellerie** in Scheiben und Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden.

Die **Butter** erhitzen und das Gemüse darin bei geringer Hitze andünsten. Den **Fischfond** hinzu giessen, einmal aufkochen und mit **Pfeffer** und **Salz** abschmecken.

Die **Garnelen** waschen, trocknen und zur Suppe geben. Die Fischstücke ebenfalls dazugeben und alles etwa 2 Minuten ziehen lassen.

Heiss und mit feinem Ruchbrot servieren.

Gourmet – Chuchi Biel

Mitglied der Confrérie de la Marmite

Spargel – Rucolasalat mit Mozzarella und Croûtons

4 Personen

je 8 weiße und grüne Spargeln
2 Scheiben Toastbrot
1 Knoblauchzehe
3 El. Butter
50 gr. Rucola
1 Tl grober scharfer Senf
2 Tl Honig
4 El Essig
2 El Rapsoel
Pfeffer aus der Mühle
Salz
150 gr kleine Mozzarellakugeln (oder Perlen)

so wird's gemacht :

1. die weißen Spargeln schälen, die grünen nur wenn nötig am hinteren Ende schälen. Die Spargeln im Salzwasser bissfest garen, weiße und grüne haben nicht die gleiche Garzeit !!, dann auskühlen lassen.
2. Toastbrot entrinden und in Würfeln schneiden, den Knoblauch schälen und fein hacken.
3. in einer Bratpfanne die Butter erhitzen, den Knoblauch, die Brotwürfel beifügen und goldbraun rösten.
4. den Rucola waschen und gut abtropfen lassen.
5. für die Sauce, Senf, Honig, Essig und Rapsoel mischen und mit Salz sowie Pfeffer würzen.
6. Die Spargeln mit der Sauce mischen und dekorativ auf Tellern anrichten. etwas Rucola darüber verteilen und mit Mozzarellakugeln sowie Croûtons bestreuen.

Gourmet – Chuchi Biel

Mitglied der Confrérie de la Marmite

Schweinsniersteak an Rotwein-Essig-Sauce

4 Personen.

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Zweige Rosmarin und 4 Zweige Thymian
- 4 Schweinsniersteak je ca. 150 gr
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1 El Bratbutter
- 1 El Butter (1)
- 25 gr Zucker
- 1 El Tomatenpüree
- ca. 1 ½ dl Rotweinessig
- ca. 1 dl Rotwein
- 2 dl Rinds- oder Kalbsfond oder Fleischbouillon
- 4 reife Feigen (oder trockene)
- 40 gr kalte Butter (2)

so wird's gemacht :

1. Backofen auf 80 Grad vorheizen und feuerfeste Form mitwärmen.
2. Schalotte und Knoblauch schälen und fein hacken Rosmarin und Thymian abzupfen.
3. Schweinsniersteak mit Salz und Pfeffer würzen, in der Bratpfanne mit Bratbutter beidseitig **1 ½ Min.** braten und sofort im **80 °C** heissen Ofen **30 Min.** nachgaren.
4. Inzwischen die Butter (1) im Bratensatz aufschäumen lassen, Knoblauch, Rosmarin, und Thymian knusprig braten, über die Steaks verteilen.
5. Die Schalotte im Bratensatz kurz andünsten, Zucker und Tomatenpüree beifügen und kurz mitrösten. Mit dem Essig und dem Rotwein ablöschen und alles um die Hälfte einkochen lassen.
6. Den Fond und die Bouillon beifügen und die Sauce auf ca. 1 1/2 dl einkochen lassen.
7. Die Feigen halbieren, die Butter (2) in Würfel schneiden.
8. Die Butterwürfel in die Sauce geben und einziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Feigen in die Sauce legen und nur kurz heiss werden lassen.
9. die Steaks aus dem Ofen nehmen, schräg in 2-3 Stücke schneiden und mit Kräutern und Feigen auf die vorgewärmten Teller anrichten. Mit der Sauce umgiessen und servieren.

Dazu passt Risotto – Milanese !

Gourmet – Chuchi Biel

Mitglied der Confrérie de la Marmite

Caramelisierte Äpfel mit Joghurt-Rahm

4 Personen

Joghurt-Rahm :

- 1 dl Rahm
- 1 Teelöffel Vanillepaste
- 2 El Zucker
- 2 Becher Joghurt nature (360 gr)

Äpfel :

- 2 El Sultaninen
- 2-3 El Calvados (oder Grappa)
- 4 mittlere Äpfel (süß – säuerlich)
- 2 El Zitronensaft
- 2 El Mandelblättchen
- 50 gr Zucker
- 50 gr Butter

1. den Rahm steif schlagen, Vanillepaste, Zucker, Joghurt beifügen und kühl stellen.
2. Die Sultaninen kurz unter warmem Wasser spülen, in eine Schüssel geben und den Calvados darüber giessen.
3. die Äpfel schälen, in je 8 Stk. schneiden, das Kerngehäuse entfernen. sofort mit Zitronensaft mischen.
4. in einer weiten Pfanne die Mandelblätter leicht rösten, auf ein Teller geben
5. in der gleichen Pfanne, Zucker bei mittlerer Hitze zu braunem Caramel schmelzen lassen, die Butter hineingeben und aufschäumen lassen. Die Äpfel beifügen und unter häufigem Wenden nicht zu weich dünsten. Die eingeweichten Sultaninen mitsamt der Flüssigkeit dazugeben und kräftig aufkochen, dann Beiseite stellen.
6. zum Servieren die Äpfel nach Belieben nochmals erwärmen, auf Dessert-Tellern anrichten und etwas Joghurt-Rahm und Mandelblättchen darüber verteilen.

(Tip : ein Hauch von Zimt über die Äpfel geben.)