



Chochete vom 9. Januar 2012

Hans Golling

*...Küsse vergehen,
Kochkunst bleibt bestehen....*

Strudelröllchen mit Käse und grünem Pfeffer

Forellen-Randen-Mousse auf Lattich

Jakobsmuscheln mit Belugalinsen

Geschmortes Rindfleisch mit Tessiner Polenta

Orangencrème mit geröstetem Panettoncino

Wein

Pinot Gris; Cave de Beblenheim, Alsace ; 2009

Puligny-Montrachet; Jean-Marc Baillot, Pommard; 2010

Barbaresco DOCG 2005

Portwein Sandeman, Douro Portugal



Einen
guten
Appetit !

Strudel-Röllchen mit Käse und grünem Pfeffer

**Vor- und zubereiten: ca. 30 – 40 Minuten.
für 6 Personen als Amuse Bouche.**



Zutaten

- 4 Esslöffel Pfeffer, grün, eingelegt
- 12 Zweige Thymian
- 100 g Butter
- 1 Päckli Strudelteig, (4 Blätter)
- 150 g Sbrinz, gerieben, ersatzweise Pecorino

Zubereitung

- 1) Den eingelegten Pfeffer kurz spülen, dann fein hacken. Thymianblättchen abzupfen und ebenfalls hacken. Ofen vorheizen siehe Punkt 5).
- 2) Die Butter in einem Pfännchen schmelzen.
- 3) Die Strudelteigblätter in Quadrate von 10 x 10 cm schneiden. Jedes Teigstück mit Butter bestreichen und mit Sbrinz oder Pecorino, Thymian sowie grünem Pfeffer bestreuen.
- 4) Die Quadrate von Ecke zu Ecke aufrollen Die Röllchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben.
- 5) Die Strudelröllchen im auf 180 Grad Umluft (200–210 Grad Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofen auf der mittleren Rille etwa 10 Minuten goldbraun backen.

Pro Portion ca. 35 kcal

Forellen-Randen-Mousse auf Lattich

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Kleine Vorspeise Nr. 2 für 6 Personen



Zutaten

- 1.5 geräuchertes Forellenfilet
- 1.5 gekochte Randen
- 7.5 EL Cantadou mit Meerrettich
- 1.5 Bund Schnittlauch
- Pfeffer aus der Mühle
- 12 Mini-Lattichblätter (Zwerglissalat)

Zubereitung

Forellenfilet und geschälte Rande klein würfeln. Mit Cantadou mischen. Schnittlauch dazu schneiden. Pikant würzen. Masse in Form von Nockerln auf Lattichblätter verteilen.

1 Portion enthält ca. 130 kcal.

Jakobsmuscheln mit Belugalinsen

Vor- und Zubereitungszeit: 30 – 40 Minuten
Kleine Vorspeise Nr. 3 für 6 Personen

Zutaten:

- 12 Jakobsmuschel(n)
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer, schwarzer aus Mühle
- 1 Schalotte(n)
- 200 g Linsen, Beluga-
- Butter
- Balsamico - Reduktion
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Thymian, getrockneter
- Gemüsefond (Menge siehe Zubereitung)
- 2-3 Tomaten, getrocknete



Zubereitung:

Die Schalotte fein würfeln. Etwa 1 EL Butter erhitzen und die Schalotte darin anschwitzen. Die Linsen zugeben und anbraten. Mit einem Schuss Balsamicoreduktion ablöschen und mit Gemüsebrühe aufgießen, so dass die Linsen bedeckt sind. Thymian und Lorbeerblatt zugeben. Die Linsen in ca. 30 Minuten bissfest kochen.

Die getrockneten Tomaten in Streifen schneiden.

Die fertigen Linsen mit etwas Butter binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Lorbeerblatt entfernen.

Die Jakobsmuscheln in einer beschichteten Pfanne in etwas Olivenöl braten, bis sie eine schöne Bräunung bekommen haben, aber innen noch glasig sind.

Jakobsmuscheln und Linsen anrichten. Mit den Tomatenstreifen garnieren und sofort servieren.

Nährwert: pro Person ca. 150 kcal

Geschmortes Rindfleisch mit Polenta

**Vor- und Zubereitungszeit: ca. 35 Min. + ca. 60 – 70 Min. Schmoren = ca. 105 Minuten
Hauptgang (kleine Portionen) für 6 Personen.**

Zutaten

FLEISCH

1 EssLöffel Erdnussöl
450 g Rindsvoressen
100 g Rohessspeck, in Streifen
1 Zwiebel, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, grob gehackt
½ EssLöffel Weissmehl
¼ TeeLöffel Salz
wenig Pfeffer
1 EssLöffel Tomatenpüree
1 dl Rotwein
1 dl Wasser
1 Dose gehackte Tomaten (ca. 230 g)
1 Zweiglein Thymian
1 Zweiglein Salbei
Salz und Pfeffer, nach Bedarf



POLENTA

1 Liter Wasser
2 EssLöffel Butter
1 ½ TeeLöffel Salz
wenig Pfeffer
250 g grober Mais: z. B. 125 g Bramata = grobkörniger Maisgries
+ 125 g feiner Maisgries

Zubereitung

FLEISCH: Öl in einem Bratpfanne heiss werden lassen, Fleisch portionenweise ca. 3 Min. anbraten, herausnehmen. Speckstreifen, Zwiebel und Knoblauch in derselben Pfanne ca. 2 Min. anbraten, Fleisch wieder begeben, mit Mehl bestäuben, würzen. Tomatenpüree darunter-mischen. Wein dazugießen, vollständig einköcheln. Wasser und Tomaten begeben, auf-kochen. Hitze reduzieren, Kräuterzweiglein begeben, zugedeckt ca. 1 Std. schmoren. Kräuter entfernen, würzen.

POLENTA: Wasser mit Butter aufkochen, würzen. Mais einrühren, Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Rühren bei kleinster Hitze zugedeckt ca. 40 Min. zu einem dicken Brei köcheln.

Servier-Tipp: Eine Stoffserviette auf eine Tortenplatte legen und Polenta draufgeben. Mit der Serviette zudecken, so bleibt die Polenta länger warm.

Nährwert pro Portion ca. 450 kcal

Orangencrème mit geröstetem Panettoncino

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 30 Min. + kühl stellen ca. 70 Min. + Rösten: ca. 5 Min.
= ca. 105 Minuten.

Dessert (normale Portionen) für 6 Personen.

FRUCHTIG IST TRUMPF. Löffelchen für Löffelchen ein fruchtiger Genuss. Ein knackiger Kontrast zur Orangencreme sind die kurz gebackenen Panettoncino-Scheibchen.

Zutaten

CREME

- 6 Orangen
- 4.5 EL Bitterorangen-Marmelade
- 1.5 TL Vanillezucker
- 4.5 Blätter Gelatine, ca. 5 Min. in kaltem Wasser eingelegt, abgetropft
- 1 EL Grand Marnier
- 3 EL Bitterorangen-Marmelade
- 2 - 2,5 dl Vollrahm

PANETTONCINO

- 2 Panettoncino (à ca. 80 g),
längs in ca. 5 mm dicken Scheiben



Zubereitung

CREME: 2 Orangen in Würfel schneiden, in Gläser verteilen. Restliche Orangen auspressen (ergibt ca. 3 - 4 dl). Orangensaft, Marmelade und Vanillezucker in einer kleinen Pfanne verrühren. 4- 5 EL davon in eine Schüssel geben, zugedeckt kühl stellen*. Rest aufkochen, Pfanne von der Platte nehmen. Gelatine unter die heiße Masse rühren, absieben. Grand Marnier darunterrühren, Masse in die Gläser giessen, abkühlen. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 1 Std. leicht fest werden lassen.

*Marmelade mit der kalt gestellten Flüssigkeit gut verrühren. Rahm dazu giessen, flaumig schlagen, in die Gläser verteilen.

PANETTONCINO: Panettoncino-Scheiben auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen. Rösten: ca. 5 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Gerösteten Panettoncino zur Orangencreme servieren.

pro Person ca. 325 kcal



Einen
guten
Appetit !