

## Rezepte Chochete vom 20. Januar 2017 „Helferessen“

### Chocheten

vom

20. Januar 2017

Der Chelleland-Chuchi Bauma

zum Dank an die vielen  
freiwilligen Helfer an der  
„Metzgete ü dä Giessi 2016“

### Menu

Gebundene Ochschwanzsuppe

.....  
Ingwer - Grapefruit Sorbet

.....  
Rehrücken im Salzteig

Apfel-Sellerie-Lasagne

Semmelsoufflè

.....  
Birnen-Tarte-Tatin

Schokomousse

Griechischer Joghurt

# Chicorée mit Datteln und Ziegenkäse

## Zutaten

Zubereitung: ca. 20 Minuten

Apéro oder kleine Mahlzeit für 4 Personen

100 g Datteln ohne Stein

50 g Baumnusskerne

2 Ziegen-Formaggini, ca. 200 g

2-4 Chicoréezapfen, gerüstet, in Schiffchen zerteilt

rosa Pfeffer, grob zerstoßen, zum Bestreuen



## Zubereitung

1. Datteln, Nüsse und Formaggini zerkleinern und in die Chicoréeschiffchen füllen.
2. Mit rosa Pfeffer bestreuen.
3. Auf Tellern oder Platte anrichten.

Rosa Pfeffer sieht aus wie roter Pfeffer, ist mit diesem aber nicht verwandt. Man findet ihn in Warenhäusern, Bioläden und Spezialitätengeschäften.

Statt rosa Pfeffer Zitronenpfeffer oder wenig schwarzen Pfeffer verwenden.

## Nährwerte

Eine Portion enthält: 84 kcal, 4g Eiweiss, 7g Fett, 2g Kohlenhydrate.

# Dörrtomaten-Frischkäse-Wrap



Diese Wraps haben wir uns bei einem Apéro abgeschaut, und mit unserem Rezept waren sie sogar noch feiner. Wir verwenden normale und Vollkorn-Fladen, und schneiden kleine Röllchen, die sich hervorragend als Fingerfood eignen.

Mit Folie zugedeckt und im Kühlschrank aufbewahrt lassen sie sich gut einen Tag im Voraus zubereiten.

Kochzeit: 15 Minuten

Rezept für 4 Personen:

- 3 Tortillafladen
- 100 g Dörrtomaten (in Öl)
- 200 g Frischkäse
- 5 EL Schlagrahm
- 2 TL Schnittlauch

Frischkäse, Schlagrahm und klein geschnittenen Schnittlauch mischen. Dörrtomaten in kleine Stücke schneiden und darunter rühren.

Die Masse auf die Tortilla-Fladen verteilen und verstreichen. Die Fladen aufrollen (dicht packen, dass keine Löcher entstehen). Die Rolle schräg in Stücke schneiden.

[chuchifisch.ch/recipes/275](https://chuchifisch.ch/recipes/275)

Text und Bilder sind unter der Lizenz „Creative Commons Attribution/Share Alike“ (CC-BY-SA) verfügbar.

## Grapefruit-Ingwer-Sorbet



Serviert wurde dieses Sorbet bei einem 8-gängigen Wintermenü. Die angegebenen Mengen reichen für 8 Personen

2 große Biograpefruit  
1 Limette  
100 ml Wasser  
40 g Invertzucker  
80g Zucker  
4 Scheiben Ingwer  
nach Belieben frisch geriebenen Ingwer

Wasser, Zucker und Ingwerscheiben aufkochen und 30 min ziehen lassen, Ingwer entfernen.

Von einer Grapefruit die Schale abreiben. Grapefruits und Limette mit dem Messer schälen und filetieren, Saft aus dem Rückstand ausdrücken. Fruchtfleisch pürieren, passieren. Das ergab bei mir 250 ml.

Fruchtsaft und Zuckerwasser verrühren, nach Belieben mit frisch geriebenem Ingwer die

Schärfe anpassen, der Ingwer sollte aber nicht zu kräftig durchschmecken. Masser in der Eismaschine gefrieren lassen und gern ein paar Tage im TK durchziehen lassen. Vorm servieren max 30 Minuten im Kühlschrank antauen lassen.

Die Kombination aus bitter, süß, sauer und leicht scharf eignet sich hervorragend zum Erfrischen, Neutralisieren und Anregen für den Hauptgang.

**Rehrücken im Salzteig** 500 g abparierter Rehrücken | Butter | 400 g Salz | 400 g Mehl | 2 Eier | 150 ml Wasser | 90 g Lardoscheiben | 1 EL rosa Pfefferkörner | 1 EL Rosmarin

Den Rehrücken würzen, auf beiden Seiten kurz in Butter anbraten und abkühlen lassen.

Aus Salz, Mehl, Eiern und Wasser einen Salzteig herstellen und kurz ruhen lassen. Den Teig ca. 1 cm hoch ausrollen. Mit den Lardoscheiben belegen. Mit Pfeffer und Rosmarin bestreuen, den Rehrücken darauflegen und alles zu einem geschlossenen Päckchen aufrollen. Die Seiten andrücken.

**Selleriegemüse** 100 g Staudensellerie | 10 g Butter | Salz

Staudensellerie in dünne, ca. 5 cm lange Balken schneiden, mit Butter in Salzwasser garen und abkühlen lassen.

**Apfel-Sellerie-Lasagne** 2 Äpfel | 40 g Zucker | 200 ml Apfelsaft | 1 Limette | 1 Lorbeerblatt

Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Zucker karamellisieren. Mit Apfelsaft, Limettensaft und Lorbeer Karamell loskochen. Apfelscheiben einmal im Sud aufkochen, herausheben und später wieder in den abgekühlten Sud legen.

**Selleriepüree** 250 g geschälter Sellerie | 125 ml Sahne | 125 ml Brühe | Salz | Pfeffer | Muskat | 75 g Butter | 1-2 Thymianzweige | ½ Zwiebel | Weißwein

Sellerie grob würfeln. Zwiebel in Streifen schneiden, anschwitzen und Sellerie dazugeben. Ebenfalls kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen. Sahne und Brühe aufgießen. Mit den Gewürzen fein abschmecken. Einmal aufkochen, Thymian dazugeben und weiter leicht köcheln, bis der Sellerie zerfällt. Thymianzweige entfernen. Das Ganze sorgfältig abpassieren. Sellerie mit etwas Selleriefond und 75 g Butter pürieren und nochmals mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

**Semmelsoufflé** 150 g Toastbrot | 40 g Zwiebelwürfel | 20 g Räucher-speckwürfel | 20 g Butter | 80 ml Milch | Salz | Pfeffer | Muskat | 2 EL Schnittlauch, geschnitten | 2 Eier

Toastbrot in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Zwiebelwürfel und Speck in Butter anbraten und zum Brot geben. Milch mit Muskat aufkochen und untermengen. Eier trennen.

Schnittlauch und Eigelb dazugeben. Das Eiweiß mit Salz steif schlagen und vorsichtig unter die Semmelmasse heben. Abschmecken, Souffléformen ausbuttern. Die Masse zu  $\frac{3}{4}$  auffüllen.

Das Semmelsoufflé in einem Topf mit Wasser im Backofen 20 Minuten bei 200°C garen. Das Soufflé aus dem Ofen nehmen und warm stellen.

**Rehfond und Soße** 1 kg Rehknochen | 200 g Zwiebel | 400 g Karotten | 40 g Sellerie | 20 g Lauch | 10 Wacholderbeeren | 5 Lorbeerblätter | 10 schwarze Pfefferkörner | 1 Zweig Rosmarin | 20 g Tomatenmark | 30 g Wildpreiselbeeren | 400 ml Rotwein | Kalbsfond

Die Rehknochen bei 220°C im Ofen braun rösten. In einem passenden Topf die Knochen mit dem Gemüse anbraten. Tomatenmark und Preiselbeeren unterrühren, kurz mitrösten und mit der Hälfte des Rotweins ablöschen und einkochen. Diesen Vorgang mit der zweiten Hälfte des Rotweins wiederholen und vollständig einkochen lassen. Mit Kalbsfond auffüllen, sodass die Knochen bedeckt sind. Den Fond nach dem Aufkochen abschäumen. Die Gewürze einlegen. 4 Stunden leicht köcheln lassen und immer darauf achten, dass die Knochen leicht bedeckt sind. Dann den Fond abseihen und kühl stellen. Das Fett setzt sich im gekühlten Zustand oben ab. Fett abnehmen.

**Reduktion** 100 ml Rotwein | 100 ml roter Portwein | 1 Zweig Rosmarin

Den Rotwein und Portwein mit dem Rosmarin um zwei Drittel einkochen. Mit dem Fond auffüllen und einkochen, bis die Soße leicht eindickt. Mit Pfeffer und gegebenenfalls Salz abschmecken.

**Anrichten** Ofen auf 200°C vorheizen und das Rehrückenpaket mit Ei bestreichen. Garzeit: 20 Minuten. In dieser Zeit die erwärmten Apfelscheiben mit dem erwärmten Selleriepüree schichten. Mit brauner Butter abglänzen und auf den Teller setzen.

Staudensellerie kurz in Butter anschwitzen und dekorativ anlegen. Vom übrigen Selleriepüree eine kleine Nocke auf den Teller geben.

Rehpäckchen aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und vorsichtig den Teig mit einem Sägemesser aufschneiden und aufklappen. Den Rehrücken herausnehmen und Lardo entfernen. Dünne Tranchen schneiden und in die Mitte des Tellers geben.

Das Soufflé stürzen und rechts anlegen. Soße kurz noch mal aufkochen und angießen.

**Aufwändig**  
4 Personen



Blauherb lecker  
**Gebauer's**  
1861  
1878




**Lenz Moser Prestige**  
**Blauer Zweigelt Res.**  
Qualitätswein, trocken, 13  
mit violettem Schimmer, 8

# Birnen-Tarte-Tatin



## Nährwert pro Stück (1/8):

247 kcal  
F 10 g  
Kh 36 g  
E 2 g

 ca. 30Min.  
 4 Personen  
 vegetarisch

80 g **Zucker**

25 g **Butter**, in Stücken

ca. 1 kg **Birnen** (z. B. Conférence),  
Kerngehäuse entfernt, in  
Vierteln

1 ausgewallter **Blätterteig**  
(ca. 32 cm Ø)

## Und so wirds gemacht:

- 1 Zucker auf dem vorbereiteten Blech verteilen.
- 2 Caramelisieren: ca. 8 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens, bis der Zucker hellbraun ist. Herausnehmen, Butter auf dem Caramel verteilen, flüssig werden lassen. Birnen dicht nebeneinander darauf verteilen.
- 3 Backen: ca. 15 Min. in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen.
- 4 Teig mit einer Gabel dicht einstechen, locker über die Birnen legen. Teigrand zwischen die Birnen und den Blechrand schieben.
- 5 Fertig backen: ca. 15 Min. Tarte herausnehmen, ca. 2 Min. stehen lassen, sorgfältig auf eine Platte stürzen, Backpapier entfernen, warm servieren.

## Dunkles TOBLERONE® Schokoladenmousse

**Personen:** 6-8

**Zubereitungszeit:** ca. 40 min und 3-4h auskühlen lassen

### Zutaten:

- 300g dunkle TOBLERONE (zartbitter)
- 2 Eier
- 2 Esslöffel Puderzucker
- 4dl Rahm

### Zubereitung:

TOBLERONE in Stücke brechen und in eine Schüssel geben. Im nicht zu heissen Wasserbad (50-60°C) schmelzen.

Schüssel herausnehmen und Schokolade glattrühren.

Eier und Puderzucker in einer separaten Schüssel schaumig schlagen bis die Masse hell ist, sofort zur Schokolade geben und alles gut vermischen.

Rahm steifschlagen und sorgfältig unter die cremige Schokoladenmasse ziehen. Das Mousse mit Sichtfolie zudecken und drei bis vier Stunden kühl stellen. Am besten über Nacht kalt stellen bei 1-5°C.

