

menu



crazy-kitchen-club

vorsicht: männer wollen kochen

andy_Ls | jürg_M | ueli_G

Dienstag, 08.09.2020

Bouillabaisse



8 Portionen

75 Min

Albariño 2018, Familia Chavarri, Rias Baixas, Spanien

2 Stk Fenchel, klein	1200 g Miesmuscheln
300 g Fischfilets (Heilbutt)	8 EL Olivenöl
300 g Fischfilets (Scholle)	2 Stk Peperoni, gelb
2 l Fischfond	40 Stk Safranfäden
2 Stg Jungzwiebel	600 g Tomaten, geschält
300 g Kabeljaufilet	2 EL Tomatenmark
4 Stk Kartoffeln	260 ml Weisswein
4 Stk Knoblauchzehen	4 Stk Zwiebeln

Sehr intensive fruchtige und blumige Aromen mit Noten von Apfel, Birne, Grapefruits und aromatischen Kräutern. Frisch, ausgewogen, anhaltend und fruchtige Nuancen am Gaumen. Grossartiger Wein mit starker Persönlichkeit.

Zubereitung

1. Für die Bouillabaisse zuerst die Jungzwiebel und den Fenchel klein schneiden. Die gewaschenen Kartoffeln, die Tomaten und die Peperoni würfelig schneiden. Auch die Zwiebel und den Knoblauch hacken.
2. Die Zwiebel und den Knoblauch in einem grossen Topf mit erhitztem Öl anschwitzen. Die Jungzwiebel, Fenchel, Kartoffeln, Peperoni und Tomaten begeben und das Tomatenmark dazu und gut verrühren.
3. Mit dem Fischfond und Wein ablöschen, Safranfäden dazugeben und 15 Minuten köcheln lassen. Die Miesmuscheln waschen und putzen und in die kochende Bouillon geben.
4. Die Fischfilets leicht salzen, in kleine Stücke schneiden und etwa 5 Minuten in kochender Bouillon ziehen lassen. Geschlossene Muscheln entfernen und Suppe abschmecken und in grossen Suppentellern servieren.

Granatapfelsalat mit Couscous und Walnüssen



8 Portionen

35 Min

4 Granatäpfel	200 g Couscous
2 Bund Frühlingslauch	100 ml Olivenöl
400 g Walnüsse	Salz, Pfeffer, Cumin
1 Bund Minze	
1 Zitrone	

Zubereitung

1. Die Granatäpfel schälen und die einzelnen Kerne auslösen.
2. Den Couscous in eine große Schüssel geben. In einem Topf Salzwasser aufkochen und über den Couscous gießen. Das Wasser sollte einen Zentimeter über dem Couscous stehen. Jetzt einfach ziehen lassen.
3. Minze waschen, trocknen und kleinschneiden.
4. Walnüsse kleinhacken, Frühlingslauch waschen und in Ringe schneiden, Zitrone pressen.
5. Jetzt Granatapfelkerne zusammen mit allen Zutaten in eine Schüssel geben und anmachen. Abschmecken und anrichten. Dazu passt sehr gut eine Schüssel mit Minzjoghurt oder für die Veganer einfach ein Stück Fladenbrot.

<https://www.jalalldor.de/nussblog/jalalldor/granatapfelsalat-mit-couscous-und-walnuessen-vegan/>

Steak-Rouladen mit Süsskartoffel-Pommes



12 Portionen

25 Min

Le Colonne Bolgheri Superiore DOC 2016, Tenute Le Colonne, Italia

Rouladen:

3 gelbe und rote Peperoni, 3 Zucchini,
12 Zweige Rosmarin, 12 Stängel Petersilie,
Olivenöl, Salz und Pfeffer
1800 g Flank Steak
6 EL Senf

Mayonnaise:

3 Jalapeño-Chili-Schoten, 3 Eigelb, 3 TL Senf,
3 Spritzer Zitronensaft, 300 ml Pflanzenöl,
3 EL Crème fraîche, 3 TL Sojasauce, 3 TL Sambal Oelek
Salz und Pfeffer
6 Süsskartoffeln, Öl zum Frittieren, grobes Meersalz,
grob gemahlener Pfeffer, edelsüßes Paprikapulver,
6 EL fein geschnittene Schnittlauchröllchen

Das Aroma ist komplex und elegant, mit Noten von reifen schwarzen Früchten wie Brombeeren und Marasca-Kirschen, sowie ein Hauch von Vanille.
Am Gaumen intensiv, körperreich und doch sehr frisch, rund und elegant. Ausgezeichnete, reife Tannine. Langer Abgang.

Zubereitung

1. **Für die Rouladen** den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Die Peperoni und Zucchini putzen, waschen und in schmale Streifen schneiden. Rosmarin und Petersilie waschen, trocken schütteln, Nadeln und Blätter klein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Darin Peperoni, Zucchini, Petersilie und die Hälfte des Rosmarins anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen.
2. **Für die Mayonnaise** die Jalapeño putzen, waschen und klein hacken. Eigelb, Senf und Zitronensaft in einer Schüssel verrühren. Dann das Öl in einem dünnen Strahl unter Rühren einfließen lassen, bis eine Mayonnaise entsteht. Die Jalapeño, Crème fraîche, Sojasauce und Sambal Oelek unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. **Das Fleisch** in 12 gleichmässig dünne Scheiben schneiden, evtl. etwas flacher drücken und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Fleischscheiben auf einer Seite mit je ½ EL Senf bestreichen und mit dem Gemüse belegen. Zu Rouladen zusammenrollen und an den Nahtstellen mit Zahnstochern fixieren.
4. **In einer Pfanne** Olivenöl erhitzen. Die Rouladen darin bei starker Hitze rundherum anbraten. Dann auf ein Backblech geben und in 5-6 Minuten im Ofen medium garen.
5. **Inzwischen die Süsskartoffeln** schälen und in lange Stäbe schneiden, kurz in kaltem Wasser abspülen und gut trocken tupfen. In einer Fritteuse oder einem hohen Topf im Öl kross zu Pommes frites ausbacken. Mit grobem Meersalz und Pfeffer, Paprikapulver, Schnittlauch und dem restlichen Rosmarin bestreuen und gut vermengen.
6. **Die Rouladen** aus dem Ofen nehmen, die Zahnstocher entfernen und die Rouladen diagonal halbieren. Auf die Teller mit Süsskartoffel-Pommes und Jalapeño-Mayonnaise anrichten.

Calvados-Soufflé mit zweierlei Äpfeln



8 Portionen

30 Min

Soufflé:

400 ml Milch, 140 g Zucker, 80 g Mehl
40 g Butter, 10 cl Calvados, 8 Eigelb
12 Eiweiss, Puderzucker

Für die Äpfel:

6 EL Zucker, 4 EL Butter, 4 Äpfel, 14 cl Calvados,
100 g Mehl, 2 Eier,
100 Panko-Mehl (oder Semmelbrösel)
Pflanzenöl, 2 TL Zimtpulver, 200 g Sahne

Zubereitung

1. Für die Soufflés den Backofen auf 200° C vorheizen. Milch, Zucker und Mehl mit einem Schneebesen in einem kleinen Topf verrühren. Das Ganze unter Ruhren aufkochen, bis es bindet. Die Masse in eine Schüssel geben, Calvados und Eigelbe unterrühren. Die Eiweisse steif schlagen und vorsichtig unterheben.
2. Die Soufflécupchen ausbuttern und mit Zucker ausstreuen. Die Cupchen zu drei Vierteln mit der Masse befüllen und die Soufflés im Ofen (Mitte) 20 Minuten backen. 2 Minuten vor Ende der Backzeit die Soufflés mit etwas Puderzucker bestäuben.
3. Für die Äpfel in einer Pfanne 2 EL Zucker in der Butter karamellisieren lassen. Die Äpfel schälen und mit einem Apfelausstecher die Kerngehäuse entfernen. 1 Apfel in Achtel schneiden. Die Karamellmasse mit 4 cl Calvados ablöschen und die Apfelstücke darin schwenken.
4. Den zweiten Apfel in Ringe schneiden. Mehl, das verquirlte Ei und Panko-Mehl auf drei Teller geben. Die Apfelringe erst im Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und zum Schluss im Panko-Mehl walzen.
5. Reichlich Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Apfelringe darin schwimmend ausbacken. 1 EL Zucker mit dem Zimt vermengen und beiseitestellen. Die Sahne mit 3 cl Calvados in einem Topf bei mittlerer Hitze reduzieren.
6. Die Karamellapfelstücke auf vier Dessertteller verteilen. Die Soufflés aus den Cupchen stürzen, mit Puderzucker bestäuben und danebensetzen. Die Sahnemischung mit einem Stabmixer dicklich aufschlagen. Je 1 Klecks neben die Karamellapfel löffeln. Je 1 Apfelbeignet danebensetzen, mit Zimt-Zucker bestreuen und servieren.

Poschti-Zättel – umrächnä, halt im Chöpfli, gäll!

Bouillabaisse, 8 Portionen	Granatapfelsalat mit Couscous und Walnüssen, 8 Portionen	Steak-Rouladen mit Süsskartoffel-Pommes, 12 Portionen	Calvados-Soufflé mit zweierlei Äpfeln, 8 Portionen
2 Stk Fenchel, klein 300 g Fischfilets (Heilbutt) 300 g Fischfilets (Scholle) 2 l Fischfond 2 Stg Jungzwiebel 300 g Kabeljaufilet 4 Stk Kartoffeln 4 Stk Knoblauchzehen 1200 g Miesmuscheln 8 EL Olivenöl 2 Stk Peperoni, gelb 40 Stk Safranfäden 600 g Tomaten, geschält 2 EL Tomatenmark 260 ml Weisswein 4 Stk Zwiebeln	4 Granatäpfel 2 Bund Frühlingslauch 400 g Walnüsse 1 Bund Minze 1 Zitrone 200 g Couscous 100 ml Olivenöl Salz, Pfeffer, Cumin	3 gelbe und rote Peperoni 3 Zucchini 12 Zweige Rosmarin 12 Stängel Petersilie Olivenöl, Salz und Pfeffer 1800 g Flank Steak 6 EL Senf - Mayonnaise 3 Jalapeño-Chili-Schoten 3 Eigelb 3 TL Senf 3 Spritzer Zitronensaft 300 ml Pflanzenöl 3 EL Crème fraîche 3 TL Sojasauce 3 TL Sambal Oelek Salz und Pfeffer - für die Pommes 6 Süsskartoffeln Öl zum Frittieren grobes Meersalz, grob gemahlener Pfeffer edelsüßes Paprikapulver 6 EL fein geschnittene Schnittlauchröllchen	400 ml Milch 140 g Zucker 80 g Mehl 40 g Butter 10 cl Calvados 8 Eigelb 12 Eiweiss Puderzucker für die Äpfel: 6 EL Zucker 4 EL Butter 4 Äpfel 14 cl Calvados 100 g Mehl 2 Eier 100 g Panko-Mehl (oder Semmelbrösel) Pflanzenöl 2 TL Zimtpulver 200 g Sahne