

# Kochabend der Gruppe 2

vom Freitag, 15. Januar 2010



## Menu „Winterfreuden“

- **Pikante Apéroschnitten**
- **Randen-Carpaccio**
- **Rote Linsensuppe**
- **Pouletbrust an Minzensauce mit Reis**
- **Karamelisiertes Kürbisdessert**

**Leitung des Kochabends:** Ursula & Peter Bürgisser, Gruppe 2

## Pikante Apéroschnitten

### **Zutaten:**

600 g Kalbsbrät

1 Zwiebel, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
1-2 rote Peperoni, in kleinen Würfeln  
etwas Butter zum Andünsten

1 Bündel Petersilie, fein gehackt  
1 TL Paprika  
Chilipulver  
Pfeffer  
evtl. etwas Salz (Achtung, oft ist das Brät schon sehr salzig)

1-2 Baguette, in Scheiben geschnitten  
etwas Senf

### **Zubereitung:**

Ofen auf 220° vorheizen.

Brät in eine Schüssel geben.

Zwiebel, Knoblauch und Peperoni in etwas Butter andünsten, kurz abkühlen lassen und unter die Brätmasse ziehen.

Peterli dazugeben und die Masse mit Paprika, Chilipulver und Pfeffer pikant abschmecken. Wegen der Peperoni kann auch noch etwas Salz notwendig sein.

Baguettescheiben dünn mit Senf bestreichen, dann die Brätmasse darauf verteilen.

In der Mitte des vorgeheizten Ofens ca. 15-20 Minuten backen.

## **Randen-Carpaccio**

(für 4 Personen als Vorspeise)

### **Zutaten:**

500 g Randen, gekocht und geschält  
50 g Schalotte(n), in sehr feinen Scheiben  
4 EL Apfel-Balsamico-Essig  
3 EL Walnussöl  
5 EL Olivenöl  
2 TL flüssiger Honig  
2 TL Senf  
70g Bratspeck, in Scheiben  
½ Bund Schnittlauch  
2 EL Walnüsse, grob gehackt  
40 g Parmesan, fein gehobelt  
Salz und Pfeffer

### **Zubereitung:**

Handschuhe anziehen!

Randen in sehr dünne Scheiben schneiden oder hobeln und auf den Tellern ziegelartig auslegen.

Salzen. Pfeffern. Schalotten darüber streuen.

Essig mit Walnussöl, Olivenöl, Honig und Senf verrühren, salzen, pfeffern und über die Randenscheiben geben. Etwas ziehen lassen.

Speck in sehr feine Streifen schneiden und ohne Fett knusprig braten.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, mit den gehackten Walnüssen und gebratenen Speckstreifen über das Carpaccio streuen. Käse fein hobeln, darüber geben, servieren.

## **Rote Linsensuppe**

(für 4 Personen)

### **Zutaten:**

2 Rüebli (mittelgross)  
2 Zwiebeln (klein)  
200 g rote Linsen  
2 EL Bratbutter  
200 g Joghurt oder Sauerrahm  
1-2 Zitronen, auspressen  
1 Liter Gemüsebouillon  
Salz  
Pfeffer  
Chilipulver

### **Zubereitung:**

Rüebli und Zwiebeln fein würfeln und in einem Topf mit der Bratbutter glasig anbraten.

Die Linsen dazu geben und kurz mitbraten.

Gemüsebouillon dazu giessen und bei schwacher Hitze und geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Topf vom Herd nehmen, die Linsen pürieren und den Joghurt/Sauerrahm unterheben.

Mit Salz, Pfeffer, Chili und Zitronensaft abschmecken.

## **Pouletbrust in Minzesauce**

(für 4 Personen)

### **Zutaten:**

800 g Pouletbrust, gewürfelt  
125 ml Hühnerbouillon  
1 EL Weissweinessig  
80 g Petersilie und Minzeblätter, fein gehackt  
50 g Sellerie, fein gewürfelt  
½ TL Koriander, gemahlen  
50 g Datteln, fein gehackt  
1 EL Honig  
2 EL Olivenöl

### **Zubereitung:**

Hühnerbouillon, Essig und die Kräuter in einer Pfanne aufkochen, 5 Minuten köcheln lassen.

Sellerie, Koriander, Datteln, Honig und Öl hinzufügen und weitere 10 Minuten kochen.

Das Hühnerfleisch hinzufügen und 5 Minuten weich kochen. Mit Reis servieren.

## **Karameliertes Kürbisdessert**

(für 4 Personen)

### **Zutaten:**

650 g Kürbisfleisch  
3 Orangen  
2 EL Honig  
40 g Butter  
0,125 l Orangensaft  
1 TL Vanillezucker  
1 TL Zimt  
0,2 l Rahm  
Minze

### **Zubereitung:**

Das Kürbisfleisch in dünne Scheiben schneiden. Die Orangen schälen und in Filets schneiden. Dann die Butter in einen Topf geben und schmelzen lassen.

Die Orangenfilets und die Kürbisscheiben hineingeben und mit dem Honig unter ständigem Rühren karamelisieren lassen. Das Ganze mit Orangensaft ablöschen und mit Zimt und Vanillezucker abschmecken.

Das Ganze bei wenig Hitze einkochen lassen und mit einem Pürierstab zerkleinern. Danach die Masse abkühlen lassen und die Hälfte davon in schöne Weingläser geben.

Den Rahm steif schlagen und ebenso die Hälfte davon auf das Kürbisdessert geben. Die Gläser mit der restlichen Kürbismasse auffüllen.

Mit einem Tupfen Rahm, einem Kürbisscheibchen und Minze garniert, servieren.