



# Kochclub Kaiseraugst

gegründet 9. März 1979



Herzlich willkommen!

## September-Menu

Die leichte mediterrane Küche

**La Riviera:** **Funghi con Pesto col Pane bianco**

*Pilze mit Pesto auf Baguette*

**La Côte d'Azur:** **Soupe de Poisson avec son Safran**

*Safran-Fischsuppe*

**Costa Blanca:** **Pollo in Vino e Tomate**

*Huhn in Wein und Tomaten*

**Mykonos:** **Olympus xera Limoni**

*Zitronen-Griessschnitten mit Nektarinenkompott*

10. August 2009 / Fritz Kammermann

## Pilze mit Pesto auf Baguette

24 Stück

### Pesto

25	Gramm	Basilikumblätter
30	Gramm	Parmesan gerieben
2	EL	Pinienkerne geröstet
2	EL	Olivenöl

1		Knoblauchzehe zerdrückt
2 ½	EL	Olivenöl
1		Baguette gross 24 Scheiben
500	Gramm	Kleine Champignons in dünne Scheiben geschnitten
3	TL	Balsamico
80	Gramm	Prosciutto fein geschnitten

Für den Pesto Basilikum, Parmesan und Pinienkerne in der Küchenmaschine fein hacken. Bei laufendem Motor langsam das Öl in einem dünnen Strahl zugießen und zu einer glatten Paste verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Knoblauch mit 2 EL Olivenöl in einer kleinen Schale mischen. Die Brotscheiben beidseitig damit einstreichen. Dann auf Backbleche legen und bei mittlerer Temperatur unter dem Backofengrill beidseitig bräunen.

Der restliche halbe EL Olivenöl in einer grossen Bratpfanne erhitzen. Die Pilze darin bei mittlerer Hitze drei bis vier Minuten erwärmen. Ev. entstehende Flüssigkeit abgiessen. Den Pesto und den Essig zu den Pilzen geben, untermischen und alle Zutaten bei schwacher Hitze unter Rühren ein bis zwei Minuten erwärmen.

Den Backofen auf 200° C vorheizen. Die Toasts mit den Pilzen und je einem Stück Schinken belegen. Sechs Minuten auf einem Backblech backen, bis der Prosciutto knusprig ist.

## Safran-Fischsuppe

6	Deziliter	Fischfonds
100	Gramm	Seeteufel
100	Gramm	Seezungenfilet
100	Gramm	Lachsfilet
Salz		
Frischer Pfeffer		
30	Gramm	Schalotten
40	Gramm	Lauch (nur das Weisse)
20	Gramm	Petersilienwurzel
20	Gramm	Stangensellerie
40	Gramm	Rüebli
3	EL	Pflanzenöl
Safranfäden		
50	Gramm	Eiskalte Butter
Dillzweige		

Die Fischfilets unter fließendem kaltem Wasser kurz abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Filets in 3 cm grosse Stücke schneiden, salzen und pfeffern. Das Gemüse schälen bzw. putzen und 5 cm lange feine Streifen schneiden (Julienne). Die Gemüstreifen in kochendem Salzwasser ein bis zwei Minuten blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Fischstücke darin rundherum ein bis zwei Minuten anbraten und wieder herausnehmen.

Den Fonds erhitzen, ev. etwas verdünnen, die Safranfäden einstreuen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die eiskalte Butter in Stücke schneiden, zufügen und die Suppe mit dem Pürierstab aufmixen.

Die Fischstücke und Julienne in vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Suppe umgiessen. Mit Dill garnieren.

## Huhn in Wein und Tomaten

1.2	Kg	Pouletteile
50	Gramm	Zwiebeln
4		Knoblauchzehen
600	Gramm	Fleischtomaten
340	Gramm	Rote Peperoni
2	EL	Olivenöl
Salz		
Frischer schwarzer Pfeffer		
2.5	Deziliter	Trockener Weisswein
1	Zweig	Thymian
1	Stängel	Basilikum
2		Lorbeerblätter
1		Kleine Chilischote
100	Gramm	Schwarze Oliven
1		Baguette

Zwiebeln und Knoblauch schälen, Zwiebeln in Scheiben schneiden.

Die Tomaten blanchieren, häuten, achteln, Stielansatz und Kerne entfernen. Die Peperoni bei 220° im vorgeheizten Ofen backen, bis die Haut Blasen wirft, unter einem feuchten Tuch oder in einer Plastiktüte schwitzen lassen, dann die Haut abziehen. Samen und Scheidewände entfernen und das Fruchtfleisch würfeln.

Das Öl in einem Bräter erhitzen und die Pouletstücke darin hellbraun anbraten. Salzen und pfeffern. Den Knoblauch darüber pressen. Die Zwiebelscheiben zufügen und mit dem Weisswein ablöschen. Den Thymian, das Basilikum und die Lorbeerblätter einrühren. Die Tomaten-Achtel und die Paprikawürfel untermischen, die Chilischote zugeben, den Bräter zudecken und alles bei 150° im vorgeheizten Ofen 45 Minuten schmoren lassen. Kurz vor Ende der Schmorzeit die Oliven, nach Belieben ganz oder in Scheiben geschnitten, zufügen.

Als Beilage frisches Baguette.

## Zitronen-Griessschnitten mit Nektarinenkompott

Für die Griessschnitten

3		Eier
300	Gramm	Zucker
90	Gramm	Hartweizengriess
		Mark einer Vanilleschote
		Geriebene Schale einer Zitrone
1/2	Liter	Milch
1	Prise	Salz
1		Filo-Teigblatt 35 x 45
100	Gramm	Zerlassene Butter zum Bestreichen

Für den Zitronensirup

1.25	Deziliter	Wasser
100	Gramm	Zucker
		Saft einer Zitrone
		Zimtstange

Für das Nektarinenkompott

400	Gramm	Nektarinen
20	Gramm	Orangenblütenhonig
80	Gramm	Zucker
1	Deziliter	Orangensaft
20	Milliliter	Zitronensaft
		Abgeriebene Schale einer Orange
20	Gramm	Geröstete Mandelblätter zum Bestreuen
		Pfefferminzblättchen zum Garnieren
		Blechpapier

Die Eier in einer Schüssel aufschlagen, Zucker zufügen und mit dem Schneebesen cremig rühren. Den Griess einrühren. Vanillemark, Zitronenschale, Milch und Salz untermischen und die Masse in eine Kasserolle umfüllen. Bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Wenn die Griessmasse angedickt ist, vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

Die rechteckige Filo-Teigplatte zur Hälfte (quer) mit zerlassener Butter, die andere Hälfte mit zwei Dritteln des Griessbreis bestreichen und die gebutterte Teigplatte darüberklappen. Ebenso die eine Hälfte des gefüllten Teiges mit Butter, die andere mit dem restlichen Griessbrei bestreichen. Die mit Butter bestrichene Seite über die mit dem Griessbrei bedeckte Hälfte schlagen. Aus der doppelt gefalteten Teigplatte mit einer Palette 5.5 x 5.0 cm grosse Rechtecke abtrennen. Ergibt 16 Stück.

Ein Backblech mit zerlassener Butter bepinseln und die Griessschnitten auf das Blech setzen. Die Oberfläche mit zerlassener Butter bestreichen. Bei 200° im vorgeheizten Ofen 20 Minuten backen.

Für den Sirup in einem Topf Wasser mit Zucker, durchgeseibtem Zitronensaft sowie der Zimtstange kochen, bis die Flüssigkeit eine sirupartige Konsistenz hat. Abkühlen lassen. Die Oberfläche der gebackenen Griessschnitten damit bepinseln und mit Mandelblättchen bestreuen.

Für das Kompott die Nektarinen blanchieren und häuten. Die Früchte halbieren, den Stein entfernen und die Nektarinen in Spalten schneiden. In einem Topf den Honig mit dem Zucker, den durchgeseihten Orangen- und Zitronensaft sowie der Orangenschale aufkochen und etwa 5 Minuten köcheln lassen. Die Nektarinenspalten einlegen, zwei bis drei Minuten mitköcheln und abkühlen lassen.

Die Griessschnittchen mit dem Kompott auf Tellern anrichten und mit Minzeblättchen garnieren.