

# Prüf-Chochete



**Beringer Schulküche**

**Donnerstag, 24.10.2019**

**Apero: ab 18:30**

**Kochstart: ca. 19:00 Uhr**

## Chuchi-Chef hüt:

# HOLGER

# Menü der Prüf-Chochete, 24.10.19

**Chuchi-Chef hüt: *Holger***

## *Apero*

Blätterteig Apero Häppli mit Schinken- bzw. Basilikum-Käse-Füllung, Mini Gin Tonic

## *Vorspreise*

### **Nüsslisalat mit Ei und Speck**

Die klassische Version des Nüsslisalats, mit ein paar Croûtons berieselt, Ei und Bratspeck, und das fruchtige Senf-Quittendressing gibt dem Klassiker einen Hauch Extravaganz.

## *Suppe*

### **Pikante Kürbis-Süßkartoffel-Suppe mit Minze und Chili**

Kürbis und Süßkartoffel wandern zusammen in einen Topf. Für die Schärfe gesellt sich etwas Chili hinzu und für die besondere Note ein paar frische Minze Blätter

## *Hauptgang*

### **Fleischvögel mit Süßkartoffel-Gratin**

Geschmorte Fleischvögel hat die eigene Mutter schon gekocht - mit einer würzigen Rübli und Essiggurken Füllung, geschmort in einer Rotweinsosse. Serviert mit Süßkartoffel-Gratin, ob einfarbig oder mehrfarbig ein perfekter Begleiter.

## *Dessert*

### **Joghurt-Mango-Schichtdessert**

Joghurtcreme mit frischer Mango und Cantuccini als krönender Chochete Abschluss



## Apero Gin: Gin Sul

Dry Gin, Deutschland / Hamburg

*Der Gin Sul aus Hamburg gehört in Deutschland zu den bekanntesten Vertretern - ein Gin mit portugiesischen Wurzeln - eine hochprozentige Liebeserklärung an das kleine Land am Rande Europas.*

*Einfache, aber frische und beste Botanicals, wie das Zistrose-Kraut und Zitronen von der Westalgave verleihen diesem Hamburger Gin seit 2013 seinen portugiesischen Spirit.*

*Bei der liebevollen Destillation in sehr kleinen Batches in Hamburg fördern bis zu 326 Meter tiefe Brunnen das Wasser aus den Sand und Kiesen der Saale-Eiszeit hinauf. Gin Sul wird von Hand in Tonflaschen abgefüllt, eine Hommage an die Ursprünge des Gins, der als Genever in Tonkrügen lagerte*



Gin in the Sky

**“When I drink,  
I think;  
and when I think,  
I drink.”**

François Rabelais

### GENUSS

#### TIPP

des Chuchi Chefs

*Fever-Tree  
Indian Tonic  
Water  
mit einer  
Scheibe Zitrone  
oder Orange*

### GENUSS

#### TIPP

des Chuchi Chefs

*Fever-Tree  
Mediterranean  
Tonic Water  
mit einem  
Rosmarin  
Zweig*

#### **Beschreibung:**

*Ein echter „New Western Dry Gin“, der den Wacholder zwar aromatisch mitklingen lässt, aber auch andere Akzente setzt.*

*When life hands you  
Lemons, make a  
Gin Tonic*



## Apero Gin:

### **The Botanist – Islay Dry Gin**

Dry Gin, Grossbritannien / Schottland, Isle of Islay, Argyll

*Er kommt von der grössten Wiskey Insel Schottlands, wo die 22 heimischen Botanicals für den einzigartigen Islay-Gin von Hand geerntet werden. Die langsame und sanfte Pot-Still-Destillation entlockt den Botanicals die einzigartige und komplexe Aromen Vielfalt.*

## **GENUSS**

### **TIPP**

des Chuchi Chefs

*Thomas  
Hendry Tonic  
Water*

*ODER*

*Fever-Tree  
Mediterranean  
Tonic Water  
mit einer  
Zitronenzeste*



### **Beschreibung:**

*Neben dem klassischen, intensiven Wacholderaroma erklingen harzigzitronige Noten.  
Der Gin ist weich und vollmundig.*

**Home is where**



**the gin is.**



# Vorspeise

## *Nüsslisalat mit Ei und Speck*

Was der Nüsslisalat in der Schweiz ist, ist der Feldsalat in Deutschland und der Vogerlsalat in Österreich. Dies hier ist die klassische Version des Nüsslisalats, oftmals auch mit ein paar Croûtons besetzt, aber immer lecker. Und das fruchtige Senf-Quittendressing gibt dem Klassiker einen Hauch Extravaganz.

### Zutaten (10 Personen):

#### **Dressing**

- 15 EL Olivenöl
- 8 EL Condimento bianco
- 5 TL Senf
- 8 TL Quittengelee
- 8 EL Milch
- wenig getrockneter Basilikum, Kräutersalz, nach Bedarf, Pfeffer nach Bedarf

#### **Salat**

- 10 Eier
- 30 Tranchen Bratspeck
- 600 g Nüsslisalat

#### **Ausserdem:**

- Croutons / Brot
- Sonnenblumenkerne
- Baumnüsse

Arbeitszeit: ca. 25 min / Anrichten: ca. 10 min / Gesamt ca. 35 min

### Dressing:

Alle Zutaten in einem Schüttelbecher gut vermischen und abschmecken.

### Salat:

Eier ca. 8 Min. kochen, abtropfen, kalt abspülen, auskühlen. Eier schälen, halbieren. Speck in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett langsam knusprig braten. Nüsslisalat auf Teller anrichten, Dressing darüber träufeln, mit Speck und Eihälften garnieren.

### Croutons selber machen:

Pro Person ca. 1/3 Brotschreibe in kleine Stücke schneiden, Baumnüsse in kleine Stücke brechen, und Sonnenblumenkerne bei Seite stellen. Die Brotstücke in der Pfanne mit Öl anbraten und wenn diese langsam knusprig werden, Baumnüsse und Sonnenblumenkerne nach Bedarf mit anrösten.

### Tipps vom Chuchi-Chef:

Croutons selber machen schmeckt immer am besten ☺.

ACHTUNG: Baumnüsse und Sonnenblumenkerne erst in die Pfanne geben, wenn das Brot knusprig ist. Ansonsten brennen diese an, wenn diese zu lange in der Pfanne sind.



# Suppe

## *Pikante Kürbis-Süßkartoffel-Suppe mit Minze und Chili*

**Kürbis- und Süßkartoffel-Suppen gibt es so einige. Aber beides zusammen kombiniert? Nein! Dann wird es also höchste Zeit, dass beides in einen Topf wandert. Für die Schärfe gesellt sich etwas Chili hinzu und für die besondere Note ein paar frische Minze Blätter. Das ist die perfekte Herbst-Suppe für die Einstands-Chochete.**

### **Suppe (10 Personen)**

- 2.5 kg Hokkaido Kürbis
- 1.75 kg Süßkartoffeln
- 3 Chilischote
- 3 Bund Minze
- 5 EL Olivenöl
- 3 Zwiebel
- 8 EL Milch
- 2.5 L Gemüsebrühe
- 375gr saure Sahne
- Kleine Lachsstreifen
- Salz, Pfeffer
- Sonnenblumenöl

Arbeitszeit: ca. 25 min / Kochen: ca. 10-15 min / Mixen und Zubereitung: ca. 10 min / Gesamt ca. 50 min

### **Vorbereitung:**

Entfernt beim Kürbis den Strunk, halbiert ihn und entfernt die Kerne. Schneidet das Kürbisfleisch in grobe Würfel. Schält die Süßkartoffel und schneidet sie ebenfalls in Würfel. Schält die Zwiebel und hackt sie klein. Wascht die Chilischote und schneidet sie in kleine Stücke.

### **Köcheln und Servieren:**

Erhitzt das Olivenöl in einem Topf und dünstet die Zwiebeln darin glasig. Gebt anschließend Kürbis- und Süßkartoffelwürfel hinzu und bratet sie etwa drei Minuten an. Anschließend das Chili hinzu und bratet dies ca. weitere drei Minuten mit an. Löscht alles mit Gemüsebrühe ab, lasst sie aufkochen und schließlich für 10 bis 15 Minuten köcheln.

In der Zwischenzeit die Minze waschen, die Stiele entfernen und die Blätter fein hacken. Legt ein bis zwei Esslöffel der Minze zur Seite und gebt den Rest zur Suppe. Würzt diese kräftig mit Salz und Pfeffer und püriert die Suppe mit einem Stabmixer fein. Rührt drei Esslöffel saure Sahne unter die Suppe. Serviert die Kürbis-Süßkartoffelsuppe mit der restlichen Minze sowie sauren Sahne je nach Geschmack, sowie mit etwas Sonnenblumenöl und ca. 3 kleinen Streifen Lachs.

### **Tipp vom Chuchi-Chef:**

Wer es nicht ganz so scharf mag, entfernt bei der Chilischote vor dem schneiden die Kerne.



# Hauptgang - Fleisch

## *Fleischvögel*

**Fleischvögel - diese geschmorten Fleischvögel hat doch die eigene Mutter schon gekocht - mit einer würzigen Rübli und Essiggurken Füllung, geschmort in einer Rotweinsosse.**

### **Vorbereiten (10 Personen)**

- 22 dünne Rindsplätzli (z.B. Huft) (je ca. 50 g)
- 3 EL Senf
- 1 TL Salz
- wenig Pfeffer

### **Füllung**

- 22 Bratspeck in Tranchen
- 3 Schalotte, feinhackt
- 3 EL Petersilie, feingeschnitten
- 3 Rüebli, in 8 Stängelchen
- 5 Essiggurken in je 4 Streifen geschnitten

### **Schmoren**

- 5 EL Weissmehl
- 1 TL Salz
- wenig Paprika
- Öl zum Braten
- 3 EL Weissmehl
- 5 dl Rotwein
- 5 dl Rindsbouillon
- Zweiglein Rosmarin
- Salz, Pfeffer, nach Bedarf

Arbeitszeit: ca. 45 min / Schmoren ca. 30 min / Backzeit: ca. 15 min / Gesamt ca. 90 min

### **Vorbereiten**

Plätzli mit Haushaltspapier trockentupfen. Senf, Salz und Pfeffer mischen, eine Seite der Plätzli damit bestreichen.

### **Füllung**

Speck auf die vorbereiteten Plätzli legen. Schalotte, Petersilie, Rüebli und Essiggurke darauf verteilen, Ränder der beiden Längsseiten auf die Füllung legen, aufrollen, mit Küchenschnur binden.

### **Schmoren**

Mehl, Salz und Paprika mischen. Öl im Bratopf heiss werden lassen, Fleisch portionenweise im gewürzten Mehl wenden, anbraten, herausnehmen. Mehl im selben Topf schokoladenbraun rösten. Rotwein, Bouillon und Rosmarin begeben, verrühren, aufkochen. Fleisch wieder begeben, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 30 Min. schmoren, Fleisch gelegentlich wenden. Im Ofen 15 Min. fertig schmoren, würzen.

### **Tipps vom Chuchi-Chef:**

Die Rübli und Essiggurken anstatt als Stängli klein schneiden und als Füllung verwenden. Fleischvogel wie ein Päckli mit Bratschnur binden.



# Hauptgang Beilage

## *Süsskartoffel-Gratin*

**Ein leckeres Rezept, ob Einfarbig oder Mehrfarbig –  
der *Süsskartoffel-Gratin* ist eine wunderbare  
Alternative zum Kartoffel-Gratin.**

### **Süsskartoffel-Gratin (10 Personen)**

- 7 dicke Süsskartoffeln
- 800 ml Sahne
- 500 ml Milch
- 4 TL Gemüsebrühe
- 350 gr Käse, fein gerieben (z.B. Gouda)
- Salz, Pfeffer, Muskat, Paprikapulver

Arbeitszeit: ca. 20 min / Kochen ca. 10 min / Backzeit: ca. 20 min / Gesamt ca. 50 min

### **Süsskartoffel-Gratin - Schritt 1:**

Die Süßkartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden, ca. 0.5-1 cm. und etwa 10 Minuten in Salzwasser kochen (Achtung werden schnell zu weich).

### **Süsskartoffel-Gratin - Schritt 2:**

Sahne, Milch, Salz, Pfeffer, Gemüsebrühe, frisch geriebenem Muskat und einer Messerspitze Paprikapulver zum Kochen bringen.

### **Süsskartoffel-Gratin - Schritt 3:**

Süßkartoffel Scheiben in einer Auflaufform schichten, mit dem Käse bedecken und bei 200°C (Ober-/Unterhitze) in den vorgeheizten Backofen schieben. Ca. 20 Minuten überbacken, bis der Käse schön goldbraun und knusprig aussieht.

### **Tipps vom Chuchi-Chef:**

Die Süßkartoffeln entweder in Scheiben oder als geviertelt nach dem schälen kochen.

Beim Befüllen der Auflaufform ist darauf zu achten, dass diese einigermaßen gleichmäßig verteilt und die Flüssigkeit sich überall verteilen kann.





# Dessert

## *Joghurt-Mango-Schichtdessert*

**Joghurtcreme mit frischer Mango und Cantuccini  
als grünender Chochete Abschluss**

### Zutaten:

#### **Joghurtcreme (10 Personen)**

- 3x unbehandelte Limette
- 825 g Joghurt bzw. griechischer Joghurt
- 320 g Mascarpone
- 3 Pack. Bourbon Vanille Zucker
- ca. 75 g Zucker

#### **Mangopüree**

- ca. 5 Mangos
- Etwas Zucker
- Limettensaft

#### **Ausserdem:**

- 250 g Cantuccini

Arbeitszeit: ca. 25 min / Zubereiten: ca. 15 / Gesamt ca. 40 min

### Joghurtcreme:

Limette heiß waschen, trockenreiben, dünn schälen und die Schale in sehr dünne Streifen schneiden, Limette auspressen. Joghurt, Mascarpone und Bourbon Vanille-Zucker miteinander verrühren, mit Zucker und etwas Limettensaft abschmecken.

### Mangopüree

Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und mit dem Pürierstab pürieren. Nach Belieben mit Zucker und Limettensaft abschmecken.

Cantuccini in Stücke schneiden. Cantuccinistücke auf Dessertgläser verteilen. Darauf je 3 EL Joghurtcreme geben. Darauf das Mangopüree und die restliche Joghurtcreme verteilen. Mit der Limettenschale bestreuen.

### Tipps vom Chuchi-Chef:

1. Die Limettenzeste mit den Zestenzieher machen.
2. Damit die Joghurtcreme fest wird, alle Zutaten von Hand mit einem Schwingbesen vermengen
3. Das Glas mit den zerbrochenen Cantuccinis vorbereiten und die einzelnen Cremen ca. 5-10 Minuten vor dem Servieren in das Glas füllen!

**ACHTUNG:** Nicht zu viel Mangocreme in das Glas machen, da mit der dritten Schicht ein Teil der Mangocreme verdrängt wird.