

WILLKOMMEN ZUR CHOCHETE VOM DONNERSTAG 23.01.2020 PADDY FRUTIG

MENUE

STARTER:	STEIRISCHER KRAUTSTRUDEL Krautstrudel ist genau das Richtige für die Familie. Einfach und Gut.
VORSPEISE:	Karottensuppe mit Ingwer Ein tolles Rezept für alle Suppenliebhaber. Die Karottensuppe mit Ingwer schmeckt würzig und unglaublich köstlich.
HAUPTSPEISE:	Wiener Schnitzel mit Salatbuffet Das klassische Wiener Schnitzel serviert mit frischen saisonalen Salaten. Nach dem Festschmaus an den Festtagen kommt ein leichteres Gericht genau richtig. Der edle «Fitnessteller» für Geniesser.
DESSERT:	FRUCHTSAFTCRÈME MIT AMARETTI Eine Crème mal völlig anders – aus der ayurvedischen Küche abgeleitet.
GETRÄNKE:	Starter: Kühles Bier Vorspeise: Weisswein aus Österreich Hauptgang: Rotwein aus Österreich

KRAUTSTRUDEL

Die Krautstrudel ist genau das Richtige für Ihre Lieben. Probieren Sie dieses schmackhafte Rezept.

Zutaten für 10 Portionen (als Hauptmahlzeit)

2 1/2 kg	Weißkraut
375 g	Speck
2 1/2 Stk	Zwiebel (mittelgroß)
2 1/2 Bund	Petersilie (fein gehackt)
2 1/2 TL	Kümmel
5 TL	Kokosblütenzucker
2 1/2 Spritzer	Apfelessig
5 TL	Salz
5 Stk	Strudelblätterteig
50 g	Butter
2 1/2 Prise	Pfeffer
2 1/2 EL	Schweineschmalz
4 EL	Kürbiskernöl



Zubereitung

Das Weißkraut vom Strunk befreien und feinnudelig schneiden. Den Speck und die Zwiebel würfelig schneiden.

Nun die Zwiebel und den Speck in Schweineschmalz anrösten. Anschließend den Zucker darüberstreuen und kurz karamelisieren lassen, ehe man mit Essig ablöscht.

Jetzt das Kraut dazugeben und sofort gut salzen (damit das Kraut etwas Wasser zieht). Nun mit Kümmel und Pfeffer würzen und so lange zugedeckt auf dem Herd lassen bis das Kraut bissfest ist. (zwischendurch immer wieder umrühren!). Zum Schluss 2EL Kürbiskernöl dazu geben.

Die Krautfülle (wenn sie etwas abgekühlt ist) auf dem Teig verteilen und anschließend den Teig einrollen – Tip: wenn das Kraut zu viel Wasser gezogen hat bitte dieses ableeren ansonsten wird der Teig am Boden matschig.

Nun den Strudel im Rohr ca. 20 min bei 200 Grad goldgelb backen. Mit Kürbiskernöl beträufeln, mit Petersilie dekorieren und servieren.

KAROTTENSUPPE MIT INGWER BIO

Zutaten für 10 Portionen

2	Stk	Zwiebeln
3	EL	Öl
500	g	Karotten
3	Stk	Kartoffeln, mittelgroß
1	Kn	Ingwer
1	Prise	Salz
1	Prise	Pfeffer
1	Prise	Muskat
1	l	klare Gemüsesuppe
1	dl	Halbrahm
0.5	kg	Schwarzbrot
0.5	Bund	Petersilie



Zubereitung

Für die Karotten-Ingwer-Suppe zuerst die Zwiebeln schälen, fein hacken und in einem Topf mit Öl anschwitzen.

Dann die Karotten waschen, schälen, in grobe Stücke schneiden und zum Zwiebel hinzufügen. Die Kartoffeln ebenfalls schälen, grob zerteilen oder würfelig schneiden und dazugeben.

Mit der klaren Gemüsesuppe aufgiessen und alles für rund 15-20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Nun den Ingwer schälen, fein reiben und unterrühren. Das Gemüse mit einem Pürierstab fein pürieren.

Der Rahm unterrühren und die Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Tipps zum Rezept

Die Suppe mit Petersilie und klein geschnittenen, gekochten Karottenstreifen garnieren. Mit Schwarzbrot servieren.

WIENER SCHNITZEL MIT SALATBUFFET

Schnitzel:

Zutaten für 10 Portionen

800 g	Kalbsschnitzel
375 g	griffiges Mehl
5 Stk	Eier
750 g	Semmelbrösel
2 1/2 Stk	Zitrone
2 1/2 Prise	Salz
	Cayennpfeffer
1kg	Butterschmalz

Zubereitung:

Schnitzel zwischen Frischhaltefolie behutsam klopfen. Fleisch beidseitig salzen und mit Cayennpfeffer würzen. In Mehl wenden, abklopfen, durch die Eier ziehen und in den Bröseln wenden.

Schnitzel ca. 2 Finger hoch Backfett goldgelb backen (mehrere Pfannen verwenden). Während des Backens die Pfanne ein wenig rütteln, damit die Schnitzel gleichmäßig goldbraun werden. Schnitzel herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zitrone in Spalten schneiden und die fertigen Wiener Schnitzel mit Zitronenspalten garnieren.



SALATE BIO

Für 10 Personen

Kartoffelsalat mit Petersilie
Gurkensalat mit Zwiebeln
Endiviensalat mit Kräuter
Fenchelsalat (Roh oder gebraten)
Tomatensalat mit Zwiebeln

Zutaten

1 kg Kartoffeln
1 Stk. grosse Knolle Sellerie
1 kg Kartoffeln
3 Stk. Gurken
3 Stk. Endiviensalat
2 Stk. Fenchel
0.75 kg Tomaten
4 Stk grosse Zwiebeln
0.5 Bund Petersilie
1 Tube Mayo
1 Tube Senf
Kokosblütenzucker
Diverse Salatkräuter
Oele und verschiedene Essigsorten

Zubereitung:

Als erstes die Kartoffeln im Dampfkochtopf weich kochen. Die Zubereitung der Salate erfolgt in Freestyle – lasst eure Kreativität freien Lauf.

Wichtig:

Zu den bitteren Salaten wie Fenchel und Endivien eher süssliche Essigsorten verwenden. Allenfalls mit etwas Kokosblütenzucker abschmecken. Der Fenchel kann in Scheiben geschnitten auch angebraten werden. Dann wird er süsslicher.

FRUCHTSAFTCRÈME MIT AMARETTI (BIO)

für 10 Personen

Cremé

150 ml Johannisbeersaft
400 ml Kirschensaft
60g Rohrohrzucker
90g Ahornsirup
1 Bio-Zitrone
55g Reismehl
1 ½ Prise Salz
1 TL Vanillezucker
1/2 TL Kardamom gemahlen
200 ml Rahm, leicht geschlagen
Merengue etwas zerbröselt (oder Amaretti)
Deko: 1 Bio-Orange, 1 Bio-Kiwi



Zubereitung Cremé:

Die Säfte mit Zucker, Ahornsirup, Reismehl (oder Maizena), Salz, Vanillezucker und Kardamom in eine Pfanne geben, aufkochen und köcheln lassen, bis sich die Masse bindet respektive eindickt. Saft einer Zitrone unter die Masse rühren. Zugedeckt kühl stellen. Der vollständig erkalteten Crème den leicht geschlagenen Rahm darunterziehen.

AMARETTI (CA. 40 STÜCK)

350 g geschälte Mandeln, gemahlen
50 g kleingehackte Pistazienkerne (ungesalzen)
285 g Zucker
1 Prise Salz
2 TL Vanillezucker
2 Fläschchen Bittermandelöl (oder echter Amaretto)
3 Eiweisse
ca. 100 g Puderzucker

Zubereitung Amaretti:

Schritt 01

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

Schritt 02

In einer grossen Schüssel die gemahlene Mandeln und Pistazienkerne mit dem Zucker, Vanillezucker und Salz gut vermischen.

Schritt 03

In einer etwas kleineren Schüssel das Eiweiss mit einem Schwingbesen kurz schaumig, aber nicht steif schlagen (es soll nur leicht aufgeschäumt sein). Das Bittermandelöl kurz unterschlagen. Die Mandel-Zucker-Mischung hinzufügen und alles gründlich untermengen, bis ein gleichmässiger, leicht klebriger Teig entsteht.

Schritt 04

Den Puderzucker in einen tiefen Teller geben. Mit dem Teig walnussgrosse Kugeln (ca. 2 cm Durchmesser) formen und diese jeweils in dem Puderzucker wälzen, bis sie dick überzogen sind. Mit etwas Abstand auf das Blech setzen.

Schritt 05

In der Ofenmitte ca. 10 bis 12 Minuten backen. Die Amaretti sind fertig, wenn die Unterseite ganz leicht gebräunt ist. Aus dem Ofen nehmen und auf dem Blech vollständig auskühlen lassen. (nicht naschen!!!!)

Servieren → Wichtig:

In einem höheren Glas schichtweise grob zerbröselte Amaretti / Crème aufschichten. (ca. 3-4 Amaretti pro Person)

Vor dem Servieren mit saisonalen Früchten und einzelnen Amarettis schön dekorieren.