

Chochette 09/20



Beringer Schulküche

Donnerstag, 17.09.2020

Apero: ab 18:30

Kochstart: ca. 19:00 Uhr

Chuchi-Chef hüt:

HOLGER

Menü der Chochete

Chuchi-Chef hüt: Holger,

17.09.2020

Apero

Saint Albray Käsespieße und Dip – Ein Käseklassiker im modernen Gewand

Vorspeise

Eichblattsalat mit Grapefruit und Granatapfel

Herb, fruchtig, süß und knackig – so präsentiert sich heute der Salat. Statt klassische Sahne-Dressing kommen Grapefruit, Kerbel und Honig in den Mixbecher.

Hauptgang

Party-Filet mit Kürbis Gnocchi und Ofengemüse

Ein Klassiker unter den Schweinsfilet-Rezepten mit der perfekten Begleitung von Kürbis Gnocchi und frischem Ofengemüse.

Dessert

Apfel Vanille Träumchen

"Tu deinem Leib etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat darin zu wohnen."



Apero

Saint Albray Käsespieße und Dip

Ein Käseklassiker im modernen Gewand: Käsespieße mit Physalis, Gurke und hausgemachtem, süß-saurem Dip. Ein Hingucker auf jedem Buffet.

Zutaten für 24 Spiesse:

Für die Spiesse:

- 1 Gurke
- 24 Physalis
- 360 g Saint Albray L'Original
- 2 EL schwarze Sesamsaat
- 24 Spiesschen

Für den Dip:

- 2 EL Sonnenblumenöl
- 4 Scheiben Ananas (Dose)
- 4 EL Honig
- 4 EL Sojasauce
- 2 EL Apfelessig
- 300 ml Tomaten-Ketchup
- 2 Priesen Salz
- 2 Priesen Salz

Vorbereitung: ca. 30 min / Zurichten: ca. 15 min / Gesamt ca. 45 min

Dressing:

Für den Süß-sauren Dip zu den Käsespiessen, die Ananas in kleine Würfel schneiden. das Sonnenblumenöl in einer Pfanne heiß werden lassen und die Ananasstücke anbraten. Honig, Sojasauce und Essig zugeben. Mit Tomatenketchup auffüllen, gut umrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten:

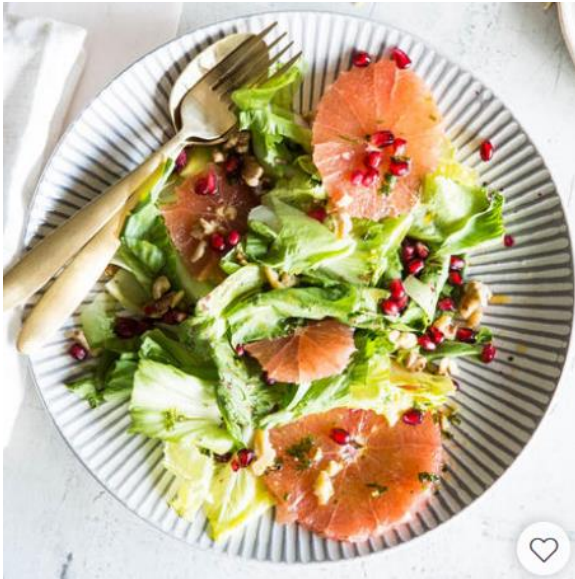
Die Gurke schälen und mit einem Sparschäler oder Hobel feine Streifen abschälen. Physalis aus den Blättern drehen, waschen und trockentupfen. Die Saint Albray Portionen halbieren und die Hälften nach Wunsch nochmals quer durchschneiden. Schwarze Sesamsaat auf einen Teller geben und den Saint Albray mit den Schnittflächen leicht in den Sesam drücken.

Spiesse:

Die Gurkenstreifen dekorativ falten und abwechselnd mit dem Käse und den Physalis auf Holzspiesse stecken. Die Käsespieße dekorativ anrichten und den Dip in einem Schälchen separat reichen.

Tipps vom Chuchi-Chef:

Einfach und mega lecker 😊



Vorspeise

Eichblattsalat mit Grapefruit und Granatapfel

Herb, fruchtig, süß und knackig – so präsentiert sich heute dein Eichblattsalat. Statt klassischem Sahne-Dressing kommen Grapefruitsaft, Kerbel und Honig in den Mixbecher, um anschließend zwischen den grünen Blättern, gerösteten Walnüssen und dünnen Grapefruitscheiben entlang zu fließen.

Zutaten:

Dressing

- 2x Grapefruit
- 300 ml Olivenöl
- 1 3/4 Bund frischer Kerbel
- 5 Teelöfel Honig
- Salz, Pfeffer

Salat

- 4 Grapefruit
- 1'500 g Salat
- 4 Granatäpfel
- 300 g Walnüsse

Vorbereitung: ca. 25 min / Zurichten: ca. 15 min / Gesamt ca. 40 min

Dressing:

Für das Dressing Grapefruit auspressen. Kerbel fein hacken. Alle Zutaten miteinander verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und beiseitestellen.

Salat:

Walnüsse ohne Öl in einer Pfanne 2-3 Minuten rösten und grob hacken. Granatapfel entkernen. Endiviensalat waschen und in Stücke zupfen. Alles miteinander vermengen und auf Teller verteilen.

Anrichten:

Grapefruit schälen und in dünne Scheiben schneiden. Auf dem Salat verteilen. Mit Dressing beträufeln.

Tipps vom Chuchi-Chef:

Dressing vor dem Servieren abschmecken

Beim dekorieren des Salats, diesen nicht mit Grapefruit überladen.



Hauptgang - Fleisch

Party-Filet

**Ein Klassiker unter den Schweinsfilet-Rezepten:
Schnell gemacht und mit einer raffiniert einfachen
Sauce, die überall ankommt.**

Filet:

- 24 gleich dicke Filets
- 1 TL Paprika
- 1 TL Salz
- Wenig Pfeffer
- 24 Scheiben Bratspeck

Rahm

- 4 dl Rahm
- 3 EL Ketchup
- 2 EL Cognac
- Wenig Pfeffer

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

Vorbereiten

Fleisch in gleich dicke Medaillons schneiden, damit jeder Chochete Bruder 2 Stück hat.
Medaillons beidseitig mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen.
Medaillons mit Speck umwickeln, nebeneinander in die vorbereitete Form stellen.

Braten:

ca. 25 Min. in der unteren Hälfte des Ofens.

Rahm

Rahm steif schlagen, mit Ketchup, Cognac und Pfeffer mischen, auf dem Fleisch verteilen, anrichten.

Tipps vom Chuchi-Chef:

Die Filets etwas kleiner mache, damit wir für alle Chochete Brüder ca. 3 Stück haben.



Hauptgang Beilage 1

Kürbis Gnocchi

Aus Kürbis kann man (fast) alles machen. Er hat eine gute Konsistenz und ist geschmacklich neutral. Zum Beispiel kann man aus Kürbis auch Kürbis-Gnocchi machen.

Vorbereiten:

- 1x grosser oranger Knirps, ca. 1.5kg
- 2 Eier
- 1TL Salz, Muskatnus
- 500kg Mehl, plus 100gr Arbeitsmehl
- Etwas Olivenöl
- 50 gr Butter
- 10 Salbei Blätter
- Reibkäse, Pinienkerne

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 85 min / Braten in Ofen: ca. 20 min / Gesamt ca. 1 Std. 45 min

Kürbis Gnocchi - Schritt 1:

Kürbis in Schnitze schneiden und im Ofen bei **Umluft 180 Grad für 20 Minuten** weich backen. Nachdem sie ausgekühlt sind, mit Schale fein pürieren. Eier und Salz dazugeben und mitpürieren.

Kürbis Gnocchi - Schritt 2:

Dann Mehl nach und nach unterkneten. Der Teig ist relativ feucht. Aber **zu viel Mehl darf nicht rein**, sonst werden die Gnocchi gummig. Lieber später beim Verarbeiten mehr Mehl verwenden.

Kürbis Gnocchi - Schritt 3:

Aus dem Teig faustgroße Portionen entnehmen und zu daumenbreiten Rollen formen. Davon mit einem Messer ca. 1 cm breite Röllchen abschneiden und nochmal kurz zu runden Bällchen formen. Merke: Die Gnocchi werden beim Kochen im Wasser nochmal grösser. Deshalb **die Bällchen lieber etwas kleiner** machen, als man sie nachher essen möchte. Vor dem Kochen, die Gnocchi mit einer Gabel rillen.

Kürbis Gnocchi - Schritt 4:

Die Bällchen im siedenden Salzwasser portionenweise kochen. Wenn sie oben aufschwimmen, mit einer Schaumkelle entnehmen und in einer Schüssel mit etwas Öl zwischenlagern.

Kürbis Gnocchi - Schritt 5:

Die Salbeiblätter in feine Streifen schneiden und zusammen mit der Butter in der Pfanne warm werden lassen. Achtung, nicht zu heiss! Die Gnocchi dazugeben und bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Auf dem Teller anrichten. Reibkäse über die Kürbis-Gnocchi streuen.

Tipps vom Chuchi-Chef:

Die **Gnocchi können nun auf verschiedene Arten weiterverwendet werden**. Mit Tomatensauce und Käse überbacken im Ofen, oder mit Gemüse angebraten – die Möglichkeiten sind vielfältig.

Rillen: Ein bemehltes Gnocchi Stück auf die Zinken einer Gabel oder auf ein Gnocchi-Brett legen. Nun mit dem Daumen (*oder mit einem Holzstab*) etwas Druck auf das Gnocchi Stück ausüben und entlang der Rillen nach unten rollen, sodass ein Rillen-Muster entsteht:



Hauptgang Beilage 2

Sommergemüse vom Blech

Noch nie war es einfacher ein Ofengemüse so schmackhaft zuzubereiten.

Eine sehr leckere Variante zu den sonstigen Gemüsebeilagen. Es ist unkompliziert, geht schnell und schmeckt einfach gut:
Sommer-Ofengemüse

Gemüse

- 800 gr. Gemüse (Gurke, Peperoni, Zucchini..)
- Salbeiblätter
- Pfeffer
- 300 gr Cherry Tomaten
- 1 TL grobkörniges Meersalz

Arbeitszeit: ca. 30 min / Backzeit-1 ca. 15 min / Backzeit-2: ca. 5 min / Gesamt ca. 50 min

Sommergemüse - Schritt 1:

Ofen auf 200°C vorheizen.

Sommergemüse - Schritt 2:

Gurke halbieren, entkernen, in Stängel, Peperoni in Streifen schneiden, beides in eine Schüssel geben. Zucchini halbieren, in Scheiben schneiden und beigegeben.

Sommergemüse - Schritt 3:

Würzen z.B mit Majoran, Thymian, Salbei und Öl unter das Gemüse mischen, auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Und ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens backen. Anschliessend herausnehmen.

Sommergemüse - Schritt 4:

Tomaten halbieren, auf dem Gemüse verteilen. Fertig backen: ca. 5 Min.

Tipps vom Chuchi-Chef:

Das Gemüse sollte mit Öl benetzt sein, bevor es in Backofen kommt.

Beim Backen darauf achten, dass das Gemüse knackig bleibt.

Würzen: Salz und getrocknete Kräuter direkt mit aufs Blech geben. Auch frische Kräuter wie Rosmarin am Stiel oder Thymian geben ihr Aroma im Ofen prima ab.

Tipps vom Chuchi-Chef: Backzeiten

Wie lange der Ofen an sein muss, kommt jeweils auf die Sorte an und darauf, wie groß man die Stücke schneidet. Festes Gemüse wie zum Beispiel Kartoffeln oder Rote Bete brauchen länger als Zucchini, Pilze oder Paprika:

Aubergine (in ca. 10 cm großen Würfeln)	25-30 Minuten
Aubergine (halbiert)	40 Minuten
Blumenkohl (in Röschen)	25-30 Minuten
Blumenkohl (ganz)	ca. 50 Minuten
Brokkoli (in kleine Röschen)	15 Minuten
Brokkoli (ganz)	40 Minuten
Fenchel (in ca. daumengroße Stücke)	25 Minuten
grüner Spargel (ganz)	10-15 Minuten
Kartoffel (ca. 5 cm, halbiert)	30 Minuten
Karotten (in ca. 10 cm lange Streifen)	25 Minuten
Karotten (in Scheiben)	30-35 Minuten
Knoblauch (ganze Knolle, halbiert)	30 Minuten
Hokkaido-Kürbis (in Spalten)	30 Minuten
Paprika (in Streifen)	15 Minuten
Pilze (Austernpilze, Champignons, Kräuterseitlinge – je nach Größe ganz, halbiert oder geviertelt)	15-20 Minuten
Rote Bete (halbiert)	25- 30 Minuten
Süßkartoffel (in ca. 5 cm große Würfel)	25 Minuten
weißer Spargel (ganz)	25 Minuten
Zucchini (in ca. 10 cm große Würfel)	15 Minuten
Zucchini (halbiert)	25 Minuten



Dessert

Apfel Vanille Träumchen

Joyful Food:

"Tu deinem Leib etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat darin zu wohnen."

Ein tolles Dessert mit Äpfel als kleine Belohnung für einen grönenden Chochete Abschluss

Zutaten:

Apfelschicht:

- 5 Äpfel
- Spritzer Zitronensaft
- 70g Zucker
- 1 TL Zimt

Creme:

- 650g Mascarpone
- 500g Schmand
- 120g Puderzucker
- 2x Bourbon Vanillezucker

Knusperschicht:

- 8-12 Löffelbiscuits

Vorbereitung: ca. 30 min / Zubereitung: ca. 25 min / Kühlstellen: ca. 2-3 Std. / Gesamt ca. 55 min

Apfelschicht:

Zuerst die Äpfel waschen, schälen und fein würfeln. Dann die Äpfel in einen kleinen Topf geben und mit einem Spritzer Zitronensaft, Zucker, Zimt und einem EL Wasser erhitzen. Für ca. 10 Minuten auf mittlerer Hitze leise köcheln lassen. Anschließend abkühlen lassen.

Knusperschicht:

Die Löffelbiscuits in einen Gefrierbeutel geben, verschließen, mit einem Nudelholz zerkleinern und auf die Gläser aufteilen.

Creme:

Mascarpone, Schmand, Puderzucker und Vanillezucker mit dem Rührgerät zu einer schönen Masse rühren. Eine Schicht der Creme in die Gläser füllen, dann eine Schicht Äpfel, anschließend noch eine Schicht Creme. Im Kühlschrank für 2 – 3 Stunden kalt stellen.

Tipps vom Chuchi-Chef:

Die Löffelbiscuits sollten nicht zu klein sein und auf jeden Fall den Boden des Glases bedecken. Je nach Glas und Volumen die Menge anpassen.

Quellenverzeichnis:

Apero:

<https://jaime-le-fromage.ch/rezepte/saint-albray-kaesespiesse-und-dip/>

Salat:

<https://www.springlane.de/magazin/rezeptideen/endiviensalat-mit-grapefruit-granatapfel/>

Party Filets:

https://www.bettybossi.ch/de/Rezept/ShowRezept/BB_JBXX060101_0006A-40-de

Kürbis Gnocchis:

<https://www.juckerfarm.ch/farmticker/rezepte/feldfood-n24-kuerbis-gnocchi/>

<https://biancazapatka.com/de/kuerbis-gnocchi-rezept/>

Sommer Ofengemüse:

<https://www.daskochrezept.de/meine-familie-und-ich/tipps/ofengemuese-ein-blech-voll-koestlichkeiten.html>

Dessert:

<https://joyfulfood.de/apfel-vanille-traeumchen/>