

# SCHÖSCHEN LUZERN



## ***Das Menue***

*Vom 15. März 2011*

*Apéro*  
***Glücksfladen***

\*\*\*\*\*

***Ensalada de judías verdes***  
***Oliven-Baguette***

\*\*\*\*\*

***Paella à la François***

\*\*\*\*\*

***Marinierte, gebratene Ananas***  
***mit Honig-Joghurt-Sauce***

---

*Die Weine*

*Weiss: Marqués de Riscal*

*Rot: Ribera del Duero DO Conde de San Cristóbal 2007*

---

*En Guete wünscht die Gruppe D:*  
*François Giauque, Roland Ettlin und*  
*Andreas Faessli*

## Glücksfladen

(für 20 Stück)

### Zutaten

10 g Trüffelbutter  
70 g Gemüsebrunoise (Gemüsewürfeli)  
1 EL Weisswein  
2 Prisen Salz  
wenig Pfeffer  
4 Lingue di Suocera al Sale  
120 g Weisswein Raclettekäse nature, in kleinen Stücken



### Zubereitung

Butter warm werden lassen. Gemüsebrunoise andämpfen. Wein begeben, bei kleiner Hitze zugedeckt ca. 3 Min. köcheln lassen, würzen und auskühlen.  
Lingue je in ca. 5 Stücke brechen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.  
Käsestücke und Gemüsebrunoise darauf verteilen.

Ca. 15 Min. in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens backen.

### Zeitangaben

Vor- und Zubereitung: ca. 30 Min.  
Backzeit: ca. 15 Min.

## Ensalada de judías verdes

(Als Hauptmahlzeit Zutaten für 4 Personen, als Vorspeise für 8 Personen)

### Zutaten

800 g feine, grüne Bohnen  
1 Bund Minze  
Salz  
1 Lattich  
200 g Rohschinken, z. B. Pata negra oder Serrano

### Dressing

2 TL Dijon-Senf  
4 EL Sherry-Essig  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
6 EL Olivenöl



### Zubereitung

Bohnen mit einem Minzezweig in siedendem Salzwasser ca. 10 Minuten al dente kochen.

In der Zwischenzeit die Lattich-Blätter in feine Streifen schneiden. Auf den Tellern verteilen.  
Rohschinken ebenfalls in ca. 2 cm lange, feine Streifen schneiden.

Für das Dressing alle Zutaten verrühren. Etwas Minze auf die Seite legen. Restliche Blätter fein schneiden und zum Dressing geben. Mit den noch warmen Bohnen und dem Schinken mischen. Auf dem Lattich anrichten und mit Minze garnieren. Sofort servieren.

# Paella à la François

(für 4 Personen)

## Zutaten

4 kleine Pouletschenkel  
2 gepresste Knoblauchzehen  
360 g Schweinsfilet in 4 Stücke geschnitten  
1 rote Peperoni, geschält in Streifen  
½ TL Salz  
300 g Reis  
je ¼ TL Pfeffer und Paprika  
1 dl Weisswein  
Olivenöl zum Anbraten  
8 dl heisse, kräftige Hühnerbouillon  
1 fein gehackte Zwiebel  
2 Briefchen Safran



3 entkernte und gewürfelte Tomaten  
100 g tiefgekühlte Erbsli  
½ TL Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
Ev. Venusmuscheln und Miesmuscheln

4 Riesencrevetten  
4 Coquilles Saint-Jacques  
Evtl. Meerfisch (z.B. Wolfsbarsch, Kabeljaubäckchen, Seeteufel) in 2 cm breiten Streifen.  
Evtl. tiefgekühlte Tintenfischringe, aufgetaut

## Zubereitung

Pouletschenkel und Schweinsfilet würzen. Olivenöl in einer Paella-Pfanne oder grossen Bratpfanne heiss werden lassen. Schweinsfilet rundherum anbraten und im Ofen bei 80 Grad warm stellen. Hitze reduzieren. Poulet bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. anbraten, herausnehmen. Bratfett mit Haushaltspapier auf tupfen, evtl. wenig Öl begeben. Zwiebel, Knoblauch und Peperoni andämpfen. Reis begeben und unter Rühren dünsten, bis er glasig ist. Weisswein dazugießen, etwas einkochen. Poulet wieder begeben. Hühnerbouillon und Safran begeben, mischen und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 20 Min. köcheln, 1-2 mal sorgfältig rühren.

Tomaten und Erbsen darunter mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Muscheln unter kaltem Wasser gut bürsten und begeben (bereits offene wegwerfen). Zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln (nicht aufgegangene Muscheln wegwerfen).

Alles mit Salz und Pfeffer würzen. Riesencrevetten ca. 4 Min. anbraten, Coquilles Saint-Jacques ca. 3 Min. anbraten, Meerfisch und Tintenfisch kurz weich kochen.

Schweinsfilet in Pfanne geben, Riesencrevetten, Coquilles Saint-Jacques und Meerfisch oben auf die Paella legen, nicht umrühren.

# Marinierte, gebratene Ananas

## mit Honig-Joghurt-Sauce

(für 2 Personen)

### Zutaten

2 EL Zitronensaft  
1 ½ EL Wildblütenhonig  
¼ TL Zimt  
1 Büchse Ananas in Würfeln (170 g)  
15 g Baumnusskerne  
½ EL Bratbutter  
1 Becher griechischer Joghurt nature (150 g)  
1 EL Wildblütenhonig



### Zubereitung

Zitronensaft, Honig und Zimt verrühren, über die Ananas giessen, ca. 30 Min. ziehen lassen. Nusskerne grob hacken, in einer unbeschichteten Bratpfanne rösten, auskühlen.

Ananas abtropfen, Marinade dabei auffangen, beiseite stellen. Bratbutter erhitzen, Ananas bei mittlerer Hitze goldbraun braten, Flüssigkeit vollständig einkochen.

Joghurt mit Honig und der beiseite gestellten Marinade verrühren. Honig-Joghurt-Sauce und Ananas in Gläsern anrichten, mit Nüssen bestreuen.

### Zeitangaben

Vor- und Zubereitung: ca. 15 Min.

Ziehen lassen: ca. 30 Min.