

**CHRUETER
CHOCHI
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 Giaouque, Roland Ettlín 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.

EINLADUNG

zur **38. GENERALVERSAMMLUNG, 15. März 2011, 19.00 Uhr**
Reformiertes Pfarreizentrums, Ritterstrasse 59, 6014 Littau - Luzern.

Traktanden

1. Begrüssung
2. Protokoll der GV 2010
3. Jahresbericht des Präsidenten
4. Mutationen
5. Jahresrechnung und Revisionsbericht
Decharge-Erteilung an Kassier und Vorstand
6. Jahresbeiträge, Budget, Eintrittsgelder
7. Kompetenzen a) des Vorstandes
 b) des Präsidenten
8. Wahlen a) des Präsidenten
 b) der übrigen Vorstandsmitglieder
 c) der Rechnungsrevisoren
9. Anträge an die Generalversammlung
10. Diverses

Anträge an die GV sind bis spätestens 7. März 2011 schriftlich an den Präsidenten einzureichen.

Abmeldungen sind an die Gruppe D und an den Präsidenten zu richten.

Luzern, 17. Februar 2011
CHRUETER-CHOCHI LUZERN

Peter Lüthi

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 unbeschichteter 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 beiseitegestellter 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.



Ensalada de judías verdes

(Als Hauptmahlzeit 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 Lattichblätter 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 beiseite 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.