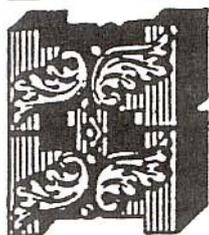
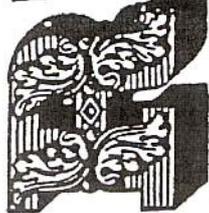
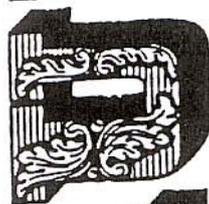
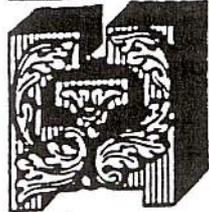
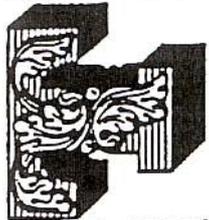
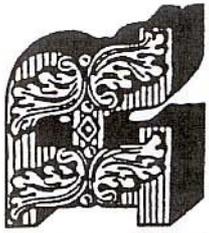


# CHOCHETI

Chocheten vom Dienstag 15. November 2011  
**Gruppe B**



Apéro: Crostini

\*\*\*

Insalata mista mit  
Spinatroulade und Rauchlachs

\*\*\*

Pilzragout mit Polenta

\*\*\*

Schweinsfiletstreifen mit Basilikum- Fetafüllung  
auf warmer Tomaten-Vinaigrette

\*\*\*

Cappuccino-Creme

\*\*\*

Wein „weiss“: Cerasuolo d’Abruzzo, 2010, Giovanni Faraone  
Wein rot: Montepulciano d’Abruzzo, 2008, Giovanni Faraone  
[www.faraonevini.it](http://www.faraonevini.it)

Auf gutes Gelingen und en Guete!  
Gruppe B: Peter Lüthi, Peter Lauber, René Mathys und Peter Gärtner

## Mischsalat mit Spinatroulade und Rauchlachs

Salat:

Herbstlicher Mischsalat  
Italienisches Salatsauce



Menge ergibt ca. 40 Tranchen

**Biskuit:**

- 300 g Blattspinat, tiefgekühlt
- 3 Stück Eigelb
- 1 Teelöffel Salz
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Muskatnuss, frisch gerieben
- 1 Esslöffel Mehl
- 3 Stück Eiweiss

**Füllung:**

- 200 g Kräuterfrischkäse
- 200 g Rauchlachs, in Tranchen geschnitten
- 0.5 Stück Zitrone

1. Den Ofen auf 180 Grad vorheizen.
2. Den Spinat in einem Sieb auftauen lassen, dann sehr gut auspressen. Spinat, Eigelb und Gewürze fein pürieren. Das Mehl darunter rühren. Die Eiweiss sehr steif schlagen und sorgfältig unter die Spinatmasse ziehen.
3. Die Masse auf einem Backpapier zu einem regelmässigen Rechteck ausstreichen. Das Papier auf den Blechrücken ziehen und sofort in den Ofen schieben. Auf der mittleren Rille 12 Minuten backen.
4. Das Biskuit herausnehmen, mit dem Papier auf die Arbeitsfläche gleiten lassen und das Blech verkehrt darauf legen, sodass der Dampf nicht entweichen kann. Das Blech nach 5 Minuten entfernen und das Biscuit vollständig auskühlen lassen.
5. Das Biskuit längs halbieren und die Hälften auf je 1 Stück Haushaltfolie legen. Den Frischkäse 30 Minuten vor der Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen, damit er streichfähig wird. Die beiden Biskuithälften damit bestreichen, dabei rundum einen Rand von 1 cm frei lassen. Die Lachstranchen darauf legen und mit wenig Zitronensaft beträufeln.
6. Die Rouladen mit Hilfe der Folie aufrollen und satt in die Folie einwickeln. Im Kühlschrank gut durchkühlen lassen. Bis hierhin können die Rouladen vorbereitet und maximal 1 Tag im Kühlschrank aufbewahrt werden. 30 Minuten vor dem Servieren die Rouladen aus dem Kühlschrank nehmen und in etwa 1 cm dicke Tranchen schneiden.

## Pilzrogout mit Polenta

Polenta (Mengen für 4 Personen)

3 dl Wasser  
3 dl Milch  
Salz  
40 g Butter  
1 Prise Muskat  
150 g Mais, fein  
1 Ei  
1 Esslöffel Reibkäse  
Butter zum Braten



Pilzragout (Mengen für 4 Personen)

300-400 g verschiedene Waldpilze  
50 g Butter  
1 TL Mehl  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 Schalotte, in feine Würfel geschnitten, evtl. 1 feingehackte Knoblauchzehe  
30 g Butter  
1 dl Weisswein  
1/2 dl Doppelrahm  
2 EL gehackte Kräuter, wie Peterli, Kerbel, Basilikum  
1 EL Schnittlauch, feingeschnitten  
wenig Zitronensaft  
1 Prise Cayennepfeffer

### Polenta

Wasser, Milch, Salz, Butter und Muskat zum Kochen bringen, den Mais langsam einrühren. Die Pfanne zudecken und den Mais auf kleinster Hitze zu einem dicken Brei kochen. Hin und wieder umrühren, damit die Polenta nicht am Pfannenboden kleben bleibt. Die Polenta vom Herd nehmen und das Ei und den Käse dazumischen. Ein Kuchenblech oder eine flache Platte kalt ausspülen, den Maisbrei hineingeben und mit einem nassen Spachtel etwa 2-3 cm dick ausstreichen. Eine Klarsichtfolie darauflegen und erkalten lassen. Die Polenta pilzförmig ausschneiden. Die Polenta-Pilze beidseitig in Butter braten und mit dem heissen Pilzragout anrichten.

### Pilzragout

Die Pilze putzen und evtl. waschen. Grosse Pilze in Scheiben schneiden. Pilze mit Mehl bestäuben. Die Hälfte der Butter schmelzen, die Pilze lagenweise kurz und sehr heiss anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und aus der Pfanne nehmen. Die Schalotte und den Knoblauch in 30 g Butter andämpfen, mit Weisswein ablöschen, etwas einkochen. Die Pilze wieder in die Pfanne geben, den Rahm und die Kräuter beifügen und kurz wärmen. Mit Zitronensaft, Cayennepfeffer und Salz würzen und abschmecken.

## Schweinsfilet mit Basilikum-Feta-Füllung an warmer Tomaten-Vinaigrette



### Zutaten Fleisch (Mengen für 3-4 Personen)

- 1 Bund Basilikum
- 1 Esslöffel Olivenöl, (1)
- Salz
- 100 g Fetakäse
- 1 Schweinsfilet, mittelgross, ca. 400 g schwer
- Chiliflocken, ersatzweise Paprikapulver, zum Bestreuen
- Olivenöl, zum Braten (2)
- Pfeffer, aus der Mühle

### Zutaten Sauce Sauce (Mengen für 3-4 Personen)

- 2-3 San-Marzano-Tomaten, (Eiertomaten), je nach Grösse
- 1/2 Bund Basilikum
- 1 Bund Petersilie, glattblättrig
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1-2 Sardellenfilets, in Öl eingelegt, nach Belieben
- 0.75 dl Olivenöl
- 0.25 dl Zitronensaft
- Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Basilikumblätter fein hacken und sofort mit dem Olivenöl (1) sowie wenig Salz mischen. Den Feta fein zerbröseln.

Das Filet der Länge nach etwa 1 cm tief einschneiden. Entlang der Schnittlinie weiterschneiden, bis es sich ganz aufklappen lässt. Unter Klarsichtfolie mit einem Wallholz klopfen, sodass ein grosses, möglichst gleichmässiges Rechteck entsteht.

Jedes Filet mit Chiliflocken oder etwas Paprika bestreuen, mit der Basilikum-Öl-Mischung bestreichen und mit dem Feta bestreuen. Dann das Filet aufrollen und mit Küchenschnur binden. Bis zum Braten kühl stellen.

Für die Sauce die Tomaten vierteln, entkernen und in kleine Würfelchen schneiden. Das Basilikum und die Petersilie fein hacken. Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Werden Sardellenfilets verwendet, diese mit Küchenpapier abtupfen, dann hacken.

In einer kleinen Pfanne Olivenöl, Knoblauch und nach Belieben Sardellenfilets erhitzen. Dann die Tomaten beifügen und maximal 2–3 Minuten leicht dünsten, damit sich die Aromen miteinander verbinden können. Zuletzt Zitronensaft und Kräuter untermischen und die Sauce mit Salz sowie Pfeffer würzen. Warm halten oder vor dem Servieren nochmals erwärmen.

Die Schweinsfilets mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze je nach Dicke 12–14 Minuten braten; auf keinen Fall zu häufig wenden. Je nach Grösse im Backofen ca. 30 Minuten bei 80°C ruhen lassen.

Zum Servieren die Schweinsfilets in Scheiben schneiden und mit der warmen Tomaten-Vinaigrette anrichten.

## Cappuccino - Creme

Mengen für für 4 Personen

4	Blatt	Gelatine
1		Vanilleschote
2,5	dl	starker Kaffee heiss
3		frische Eigelb
80	g	Puderzucker
1		Bio-Orange
1,5	dl	Rahm

Cappuccino- Häubchen:

100	g	Mascarpone
0,5	dl	Rahm
1	EL	Puderzucker
1	EL	Kaffeelikör nach Belieben



Gelatine 10 Minuten in kaltes Wasser legen. Vanilleschote längs aufschlitzen. Samen herauskratzen. Beides zum heissen, starken Kaffee geben. Ca. 5 Minuten ziehen lassen.

Eigelb mit Zucker über einem heissen Wasserbad zu einer luftigen Creme aufschlagen. Kaffee ohne Vanilleschote nach und nach darunter schlagen. Gelatine tropfnass dazugeben und auflösen. Creme im Eiswasserbad kalt schlagen.

Orangenschale fein dazureiben. Orange beiseite legen.

Rahm steif schlagen und unter die Creme heben. Masse in 4 Kaffeetassen oder Gläser füllen. Mindestens 2 Stunden kühl stellen.

Für das Cappuccino-Häubchen alle Zutaten mit dem Handmixer zu einer dicken Creme aufschlagen. Auf die Kaffeecreme verteilen. Die orange filettieren. Creme damit garnieren.

2 Stunden kühl stellen.