

# Kochgruppe Scharf kocht mit FKK

17. November 2017

*Randen-Apfel-Suppe*

*Steinpilzsuppe*



*Geräucherte Forelle mit Meerrettich im Gurkennest*



*Kartoffel-Terrine*

*Pouletbrust-Medailon mit Chorizo-Sauce*

*Gemüse-Tartare*



*Joghurt-Guetzli-Trifle*

# Randen-Apfel-Suppe

1 Zwiebel  
1 Apfel  
1EL Butter  
1 ½EL geriebener Meerrettich aus dem Glas  
600g gekochte Randen  
7 ½dl Gemüsebouillon  
Salz, Pfeffer, nach Bedarf  
100g Crème fraîche



1. Zwiebel fein hacken, Apfel schälen, in Würfel schneiden. Butter erwärmen, beides andämpfen. Meerrettich begeben, kurz mitdämpfen. Randen schälen, in Würfel schneiden, begeben. Kurz mitdämpfen.
2. Bouillon dazugiessen, alles ca. 15 Min. köcheln. Suppe pürieren, in die Pfanne zurück giessen, würzen.
3. Suppe anrichten, mit Crème Fraîche garnieren.

# Steinpilzsuppe

1EL Butter  
1 Schalotte, fein gehackt  
300 g Steinpilze, in Scheiben  
1 EL Zitronensaft  
5 dl Gemüsebouillon  
2 dl Halbrahm, kalt  
nach Bedarf Salz, Pfeffer  
1 EL Kerbel, geschnitten



1. Schalotte in der warmen Butter andämpfen
2. Pilze ca. 3 Min. mitdämpfen
3. Zitronensaft und Bouillon dazugiessen, aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 10 Min. köcheln, pürieren (einige Pilze zur Seite legen, vor den Servieren anbraten)
4. Halbrahm flaumig schlagen, darunterziehen, nur noch heiss werden lassen
5. Nach Belieben würzen
6. garnieren mit Kerbel und gebratenen Steinpilzen

# Geräucherte Forelle mit Meerrettich im Gurkennest

ergibt etwa 10 gefüllte Dessertrahmen im Durchmesser von 6 Zentimetern

250 g geräuchertes Forellenfilet  
600 g Hüttenkäse  
3 Salatgurken  
1 Glas Meerrettich  
ein paar Halme Schnittlauch für die Garnitur



- 1 Die erste Gurke schälen, längs halbieren und die wässrigen Kerne mit einem Löffel entfernen. Sehr fein würfeln.
- 2 Die Forellenfilets würfeln. Wenige Streifen zurückbehalten für die spätere Deko.
- 3 In einer großen Schüssel den Hüttenkäse, den Meerrettich, die Gurken und die Forelle miteinander verrühren.
- 4 Die zwei übrigen Gurken waschen und mit einem breiten Sparschäler dünne, breite Streifen herunter schneiden.
- 5 Die langen Gurkenstreifen in runde Dessertrahmen "kleben" (das tun sie von selbst, man muss sie nur ein bisschen andrücken). Den Forellen-Meerrettich-Salat einfüllen und die Rahmen entfernen.
- 6 Als Garnitur kleine Forellenstückchen mit Schnittlauch umwickeln und auf die Nester legen.

## Kartoffel-Terrine

320g Kartoffeln, mehlig kochende Sorte  
200g ca. 15 cm lange, dicke Karotten, geschält, in 2 ½ mm feine Längsstreifen gehobelt  
40g Butter  
2 Eigelbe  
1 Ei  
90g Mascarpone  
2 EL. glattblättrige Petersilie, fein gehackt  
2 EL. Basilikum, fein geschnitten  
30g Greyerzer, frisch gerieben  
2Msp Maizena  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
1 Prise frisch geriebene Muskatnuss  
2 Eiweisse  
1 Prise Salz



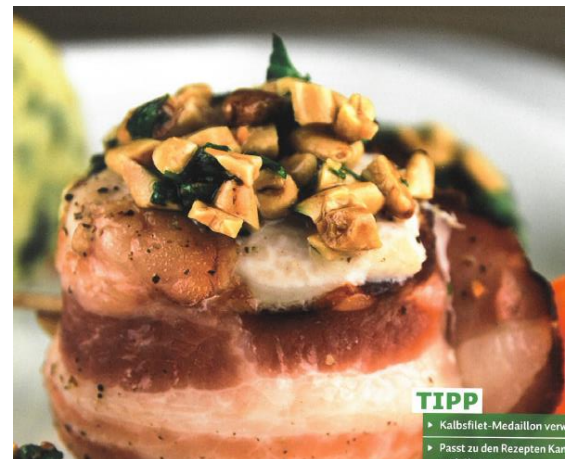
1. Die ungeschälten Kartoffeln in den gelochten Garbehälter legen. In den kalten Garraum geben und mit Dämpfen 100 °C während 45 Minuten garen bis diese sehr weich sind.
2. Die Karottenstreifen gleichmässig im gelochten Garbehälter verteilen.
3. Die Butter in das Dariolförmchen geben und mit Klarsichtfolie zudecken.
4. Im vorgeheizten Garraum mit Dämpfen 100 °C die Karottenstreifen und die Butter während 5 Minuten garen resp. schmelzen .
5. Eigelbe, Ei, Mascarpone, die Kräuter, Greyerzer und Maizena in eine Schüssel geben. Mit den Schneebesen des Handrührgerätes durchmischen. .
6. Die noch warmen Kartoffeln schälen und mittels einer Kartoffelpresse in die Schüssel drücken. Die flüssige Butter dazugeben und während 3 Minuten weiter mischen. Die Masse kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Mit Klarsichtfolie satt abdecken und für 10 Minuten beiseite stellen.
7. Die Eiweisse mit einer Prise Salz steif schlagen und den Eischnee mit Hilfe eines Silokonspachtels sorgfältig unter die Kartoffelmasse heben.
8. Die Terrinenform sowie das Dariolförmchen mit Klarsichtfolie auskleiden und mit den Karottenstreifen auslegen. Die Kartoffelmasse einfüllen und glatt streichen. Die überlappende Folie darüber ziehen und den Deckel auflegen.
9. Die Terrine (0,7 l) in den kalten Garraum geben und mit Dämpfen 95°C während 35 Minuten garen. Die Miniterrine 15 Minuten später in den Garraum geben und während 20 Minuten mitgaren. Vor dem Stürzen 5 Minuten in den Formen ruhen lassen.
10. Die Terrine in 2 ½ cm dicke Scheiben schneiden und als Beilage auf dem Teller anrichten

## *Pouletbrustmedaillon*

**Medaillon:** 4 Pouletbrust (ca. je 150 g) in 12 Medaillons a 50 g geschnitten  
 12 dünne Scheiben Frühstücksspeck oder Rohess-Speck  
 Salz und Pfeffer aus der Mühle

### **Kernenpanade**

40 g Pinienkerne, geröstet und grob gehackt  
 2 EL 8 g glattblättrige Petersilie, gehackt  
 2 EL Olivenöl  
 Salz aus der Mühle



1. Den gelochten Garbehälter mit wenig Öl bestreichen.
2. Jedes Pouletbrust-Medaillon mit einer Speckscheibe umwickeln und mit einer Rouladennadel fixieren. Die Pouletbrustmedaillons kurz vor dem Garen mit Salz und Pfeffer würzen und in den gelochten Garbehälter legen.
3. Im vorgeheizten Garraum mit Dämpfen 95 °C während 8 Minuten garen. Anschliessend weitere 3 Minuten im ausgeschalteten Gerät oder in einer Wärmeschublade nachgaren lassen.

4. Für das Kernen-Kräuterhäubchen die Pinienkerne und die Petersilie miteinander vermengen und das Olivenöl zufügen. Mit zwei Umdrehungen Salz aus der Mühle abschmecken.
5. Anrichten: Die gedämpften Medaillons auf die Teller legen und das Kernen-Kräuter-häubchen darauf drapieren.

## Chorizo-Sauce

### ZUTATEN

- 1 (ca.75 g) kleine, scharfe Chorizo (spanische,rote Paprika-Wurst), gehäutet, längs halbiert und in feine Scheibchen geschnitten
- 1 EL Olivenöl
- 22 g Schalotten, fein gehackt
- 1 EL getrocknete, italienische Kräutermischung
- Oder 2 EL frische Kräuter, fein gehackt
- 1 dl Weisswein
- 2 dl Geflügelfond
- 1 KL Maizena, in 1 EL Wasser angerührt
- 1 ½ dl Halbrahm
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 1 Msp Cayennepfeffer
- 2 Tropfen Worcestershire Sauce



1. Für den Chorizofond in einer Pfanne auf dem Herd die Chorizoscheibchen ohne Fett bei schwacher Hitze während 3 Minuten braten bis diese leicht gebräunt sind.
2. Das Olivenöl, die Schalotten und die Kräuter zufügen und unter Rühren bei schwacher Hitze während 1 Minute dünsten. Den Weisswein dazugeben und bei mittlerer Hitze um die Hälfte reduzieren. Den Geflügelfond zufügen und während weiteren 15 Minuten einkochen lassen. Den Fond vom Herd nehmen und absieben. Dabei das Wurst-Kräuter-Schalotten-Gemisch gut ausdrücken.
3. Den abgeseihten Fond (ca. 1 ½ dl) zurück in die Pfanne geben, aufkochen und mit Maizena binden. Den Rahm beifügen und die Sauce so lange weiterkochen, bis diese cremig bindet. Abschmecken mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Worcestershire Sauce.
4. Die fertige Chorizo-Sauce in das Saucenpfännchen geben und zudecken.
5. Das zugedeckte Saucenpfännchen in den kalten Garraum geben und die ChorizoSauce mit Dämpfen 95- 100 °C während 20- 35 Minuten erhitzen.
6. Vor dem Servieren die Sauce aufschäumen.
7. Anrichten: Die fertige Sauce auf die vorgewärmten Teller als «Spiegel» geben und z. B. ein kurz gebratenes oder gedämpftes, saftig-zartes Möckli Fleisch oder Fisch darauf oder daneben anrichten.

# Gemüse-Tartare

## ZUTATEN

### Gemüse - gerüstet gewogen

je 100 g Karotten, Sellerie, Kartoffeln (fest kochende Sorte) geschält, in 6 mm Würfel geschnitten

Salz aus der Mühle

100 g Erbsen, frisch oder gefroren



## Marinade

1 Eigelb

2 EL Vollrahm

1 KL Senf, körnig

2 EL Olivenöl

1 EL Balsamico Bianco

3 Spritzer frisch gepressten Zitronensaft

2 EL 8 g glattblättrige Petersilie, fein gehackt

2 EL 8 g Basilikum, fein geschnitten

Salz und Pfeffer aus der Mühle

## ZUBEREITUNG

1. Die Gemüsewürfel in den gelochten Garbehälter geben, mit Salz würzen und die Erbsen darüber verteilen. Im vorgeheizten Garraum mit Dämpfen 100 °C während 11 Minuten garen.

2. Die Zutaten für die Marinade nach und nach in eine Schüssel geben und stetig miteinander vermengen.

3. Das gedämpfte Gemüse aus dem Garraum nehmen und 2 Minuten auskühlen lassen.

Anschließend der Marinade zufügen und vermengen.

4. Das Gemüse-Tartare zudecken und während 10 Minuten durchziehen lassen.

5. Anrichten: Mit Hilfe von Gourmetformen auf den Tellern arrangieren.

# Joghurt-Guetzli-Trifle

Für 4 Gläser von je ca. 3 dl Inhalt

100 g Guetzli, z.B. Brunzli  
400 g Joghurt nature  
4 EL Zucker  
1 TL Vanillezucker  
1 TL Zimt  
1,5 dl Rahm, steif geschlagen  
200 g tiefgekühlte Beerenmischung  
1-2 EL gehackte Pistazien, zum Garnieren



Zubereiten: ca. 30 Minuten

Kühl stellen: 1 Stunde

1. Guetzli in einen Plastikbeutel geben, mit dem Wallholz grob zerkrümeln oder hacken.
2. Joghurt mit Zucker, Vanille und Zimt mischen, Rahm sorgfältig darunterziehen. Lagenweise Crème mit Beeren und Guetzli-krümeln einschichten. Zugedeckt 30-60 Minuten kühl stellen.
3. Kurz vor dem Servieren garnieren.
4. Je nach Saison andere Früchte oder frische Beeren verwenden.