

NOLLENKÖCHE UNTERÄGERI

KOCHABEND VOM 07. März 2001
Tisch 2

Vorspeise

Mark's feine Scampi

Salat

Nüsslisalat

Hauptgang

Mark's Pouletbrüschтли

Dessert

Orangen-Gratin

Mark's feine Scampi's

Einkaufszettel

- Tiefgekühlte Scampi (als Vorspeise, pro Person ca. 6 Stück)
- Zwiebeln
- Knoblauch
- Rahm
- Calvados
- Cayennepfeffer
- Zitrone
- Olivenöl kaltgepresst
- Weisswein zum Kochen
- Mehl

Zubereiten der Scampi's

- Scampi's abtauen, abtrocknen, leicht mehlen und mit 3-4 Tropfen Zitrone beträufeln. Beidseitig mit wenig Salz, frischem Pfeffer und etwas Cayennepfeffer würzen.
- Zwiebeln und Knoblauch fein hacken und zusammen mit den Scampis kurz und scharf im heissem Olivenöl braten
- Scampi's herausnehmen und warmstellen

Zubereiten der Sauce

- Fonds aus Zwiebeln und Knoblauch mit etwas Weisswein ablöschen und aufkochen
- 1 Glas feinen Calvados in den Fonds giessen, anzünden und gut ausbrennen lassen
- Rahm beifügen und alles zusammen aufkochen
- Abschmecken mit Cayennepfeffer (Vorsicht!!)
- Scampi's kurz in die Sauce geben, alles schön untereinander mischen und sofort anrichten

Als Beilage passt sehr gut ein bisschen Trockenreis dazu und als Wein serviere ich gerne einen feinen Chablis oder einen Sancerre.

E Guete!

Mark's Pouletbrüschtl

Einkaufszettel

- Frische Pouletbrüschtl vom Metzger
- Zwiebeln
- Knoblauch
- Schnittlauch
- Peterli
- Rahm
- Portwein
- Rotwein
- Gemüsebouillon
- Getrocknete Tomaten

Zubereiten der Sauce

- Zwiebeln und Knoblauch fein hacken und in Olivenöl dünsten
- Fein geschnittene Tomaten sowie Schnittlauch und Peterli beifügen
- Mit etwas Rotwein ablöschen und einkochen lassen
- Portwein und Rahm (ev. anstelle Rahm auch etwas Milch) beifügen
- Gemüsebouillon und Gewürze (Salz, frischen Pfeffer, etwas Cayenne) beifügen und weiterköcheln lassen

Kochzeit ca. 45 Minuten (je länger je chüschtiger....)

Zubereiten des Fleisches

- Pouletbrüschtl abtrocknen und beidseitig mit Salz, frischem Pfeffer und Knoblauchpulver würzen.
- Kurz und scharf beidseitig in heissem Öl oder in Bratbutter anbraten
- Pouletbrüschtl in eine eingebuttrerte, kalte Gratinform schindelweise einlegen.
- Sauce darüberziehen

Garen

- Pouletbrüschtl samt Sauce in den auf 80° vorgewärmten Ofen (in der Mitte) stellen und mindestens (es darf auch etwas länger sein, die Qualität leidet nicht!) 60 Minuten schonend garen.
- Anrichten!

Dazu passen z.B. feine Nüdeli und als Wein serviere ich gerne einen Cabernet oder einen Syrah

E Guete!

Orangen-Gratin

Einkaufszettel

- 4-5 Orangen
- 4-5 EL Orangenlikör
(Grand Marnier)
- 1 dl Vollrahm
- 2 Eier
- 25 g Zucker, 50 g Puderzucker
- 50 g Magerquark

Zubereitung

- Die Orangen schälen und die weissen Häutchen entfernen. Über einer Schüssel die einzelnen Filets herausschneiden, dabei den Saft auffangen. Den Saft aus den Resten ebenfalls in die Schüssel pressen.
- Die Orangenfilets im Saft mit der Hälfte des Likörs ziehen lassen.
- Den Backofen auf 220°C vorheizen.
- Den Rahm mit dem übrigen Likör steif schlagen.
- Die Eier trennen. Die Eigelbe mit dem Zucker und Puderzucker schaumig rühren.
- Nun den Quark und den geschlagenen Rahm untermischen. Die Eiweisse zu festem Schnee schlagen und unter die Quarkmischung heben.
- Die marinierten Orangenfilets auf vier ofenfeste Teller geben und die Schaummasse darüber verteilen.
- Im heissen Ofen goldgelb backen und heiss servieren.

E Guete!