

KLUB KOCHENDER MÄNNER

Wenn alle Künste untergeh'n, / die edle **Kochkunst** bleibt besteh'n.
Also, packen wir's an...

DIE 150. CHOCHETE

mit Pesche

vom 17. Sept. 2008

MENU

Tomaten-Forellen

als grosses Bonbon verpackt



Kaninchen à la française

mit Kartoffelstock



Apfelstrudel

mit Vanillesauce



Tomaten-Forellen

(für 4 Personen, als Vorspeise)

Zutaten

4	Forellenfilets, ohne Haut (à ca. 100 g)
2	mittlere Tomaten, ca. 220 g, je in 12 Schnitze geschnitten
70 g	schwarze Oliven, entsteint, halbiert
1	Schalotte, quer in dünne Scheiben geschnitten
1 ½ EL	Oregano, Blättchen abgezupft
½ EL	Petersilie glatt, Blättchen abgezupft
	Butterflocken
	Salz
	Pfeffer
4	Alufolie ca. 30 x 25 cm

Zubereitung

- **Alufolie** zuschneiden und in der Mitte mit **Butter** bestreichen.
- Je 1 **Forellenfilet** in die Mitte der **Alufolie** legen.
Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen.
- **Tomatenschnitze, Oliven, Zwiebelscheiben** und **Kräuter** darüber verteilen.
Butterflocken darauf legen.
Mit **Salz** und **Pfeffer** nachwürzen.
- **Folie** über den Zutaten zusammennehmen und Enden zu Bonbons verschliessen.
- In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens, ca. 15 Minuten garen.

Dazu essen wir ein Stück Brot.
(Knoblauchbrot würde auch gut passen)

Kaninchen (Lapin) à la française

(für 4 Personen)

Zutaten	Marinade
1 dl	Erdnussöl
3	grosse Knoblauchzehen, gescheibelt
3 EL	gemischte Kräuter, Rosmarin + Thymian, fein geschnitten
1	Salbeiblatt, fein geschnitten

1 ¼ kg Kaninchenragout

Zutaten
150 g Speckwürfeli
1 mittlere Zwiebel, fein geschnitten
200 g Rüebl, in ca. 3 mm dicken Scheiben
200 g Sellerie, in ca. 3 mm dicken Scheiben
200 g kleine Champignons ganz, geputzt
2 EL Tomatenpüree
2 ½ dl Rotwein
ca.2 dl Fleischbouillon (1 ½ EL Bouillon)
1 Lorbeerblatt
Salz
Pfeffer aus der Mühle
Bratbutter zum Anbraten

Zubereitung

- Marinade

Erdnussöl, Knoblauch und **Kräuter** in einer Schüssel mischen.

Fleisch begeben und mit der Marinade mischen.

Im Kühlschrank zugedeckt ca. 30 Minuten marinieren.

1. **Bratbutter** im Bratopf heiss werden lassen. **Kaninchen**, ohne Knoblauchscheiben, portionenweise je 2 Minuten anbraten (~Stufe 4), herausnehmen und beiseite stellen.
2. **Speckwürfeli** im gleichen Bratopf anbraten, herausnehmen und zum Fleisch legen.
3. **Zwiebel** begeben, andämpfen, **Rüebl + Sellerie** begeben, mitdämpfen.
4. **Champignons** begeben und 2 Minuten weiterdämpfen. **Tomatenpüree** begeben und 2 Minuten mitdämpfen.
5. **Rotwein** dazugiessen und etwas einköcheln lassen.
6. Beiseite gestelltes **Fleisch** und **Speckwürfeli** wieder begeben. **Bouillon** dazugiessen und **Lorbeerblatt** begeben. Mit **Salz** und **Pfeffer** nachwürzen (nur wenn nötig).
7. **Schmoren**, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 1 Stunde.
Sauce ev. mit etwas **Mehl** (mit Kaffeesieb darüberstreuen) binden.

Dazu passt **Kartoffelstock**, den wir ja wie folgt zubereiten:

- 1 kg mehlig **Kartoffeln** in der Schale (Gschwellti).
Schälen und heiss durch die Kartoffelpresse drücken.
- ¼ l **Halbrahm** dazugiessen
Mit **Salz** abschmecken und etwas **Muskatnuss** beugeben.
Alles gut verrühren.

Alternativ: Anstelle Gschwellti, können auch **Salzkartoffeln** verwendet werden.

Vanillesauce zu Apfelstrudel

Zutaten

- 5 dl Milch
- 1 Vanillestängel, längs aufgeschnitten, Samen ausgekratzt
- 2 EL Zucker
- ½ EL Maizena
- 1 frisches Ei

Zubereitung

- **Alle Zutaten** mit dem Schwingbesen verrühren.
- Unter ständigem Rühren, bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Sobald die Masse bindet, die Pfanne sofort von der Platte nehmen und ca. 2 Minuteniterrühren.
- **Sauce** durch ein Sieb in eine Sauciere giessen.
Warm zum Strudel servieren.

Apfelstrudel mit Vanillesauce

(für 6 Personen)

Zutaten	Strudelteig
250 g	Mehl, oder Zopfmehl
½ TL	Salz
1	frisches Ei
3 EL	Öl
5 EL	lauwarmes Wasser

Teigzubereitung

- **Mehl** und **Salz** in einer Schüssel mischen.
- **Ei**, **Öl** und **Wasser** gut verrühren, begeben und zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten (ca. 10 Minuten).
- Zu einer Kugel formen, unter einer heiss ausgespülten Schüssel bei Raumtemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Zutaten	Füllung
600 g	Äpfel (z.B. Boskoop), feingeschnitten
1	unbehandelte Zitrone, ½ abgeriebene Schale + 1 Esslöffel Saft
50 g	dunkle Sultaninen, je nach Geschmack (und Alter) in Rum eingelegt
5 EL	gemahlene Haselnüsse
4 EL	Zucker
	wenig Zimt

Zubereitung Füllung

- **Alle Zutaten** in einer Schüssel mischen

Zubereitung Strudel

ca.60 g **Butter**, flüssig, etwas abgekühlt

1. **Teig** auf etwas Mehl rechteckig, möglichst dünn auswallen.
(ev. auf ein Tuch legen und ausziehen)
2. Teig mit **Butter** bestreichen, **Füllung** darauf verteilen, dabei ringsum einen Rand von 2 cm frei lassen.
3. Teigrand seitwärts einlegen und aufrollen. Strudel mit dem Verschluss nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit der Butter bestreichen.
4. **Backen** ca. 35 Minuten in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.
Strudel während des Backens mehrmals mit der restlichen Butter bestreichen.
5. Herausnehmen, etwas abkühlen, lauwarm servieren, ev. mit **Puderzucker** bestreuen.

Schneller geht's

mit einem Päckli Strudelteig (120 g). Teig kurz vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen und sorgfältig auseinanderfalten. Auf ein feuchtes Tuch legen. Ein Teigblatt nach dem andern mit flüssiger Butter bestreichen und alle Teigblätter aufeinander legen.