

Chochete vom 12. Mai 2016

** Frühlingsschmaus **

Grüne Spargelsuppe

Frühlingssalat mit Forellenfilets und Croutons an Mangodressing

*Pouletbrust mit Spargeln und Frühlingkartoffeln an Mango-
Limetten Salsa*

Erdbeer-Rhabarber-Tiramisu

Weisswein

Pazo Senorans Albarino 2013, Rias Baixas

Rotwein

Cottanera Barbazzale Rosso 2014, Etna DOC

Grüne Spargelsuppe



Für die grüne Spargelsuppe zunächst den weissen Spargel im unteren Drittel der Stangen von oben nach unten dünn abschälen. Die unteren Enden klein schneiden (holzige Stellen vollkommen wegschneiden), den Stangenspargel abwaschen und abtropfen lassen.

Spargel in Stückchen schneiden, die Köpfe zur Seite legen. Kartoffeln und Apfel waschen, abschälen, beim Apfel das Kerngehäuse entfernen und beide in Stückchen schneiden.

Gemüsesuppe (Bouillon) aufwallen lassen, die Gemüse- und Apfelstückchen darin 20 Minuten bei schwacher Temperatur mit Deckel gar machen. Die Suppe pürieren, Crème fraîche unterziehen, die Spargelköpfe darin 8 Minuten bei schwacher Temperatur gardünsten.

Die grüne Spargelsuppe mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer kräftig abschmecken.

Zutaten für 8 Portionen

700 g grüner Stangenspargel
300 g weisser Stangenspargel
300 g Kartoffeln
1 Apfel
1 lt Gemüsebouillon
180 g Crème fraîche
frischgemahlener Pfeffer

Frühlingsalat mit Forellenfilet und Croutons an Mangodressing



Salat

Salat in zum Essen angenehme Stücke schneiden/reissen, waschen und abtropfen lassen.

Mangodressing

Sonnenblumenöl mit Mangoessig vermischen, ggf. etwas pürierte Mango vom Hauptgang dazugeben, mit Salz, Pfeffer, etc. nach Belieben würzen.

Croutons

Rinde von Toastscheiben wegschneiden und ca. 1.5cmx1.5cm grosse Würfel schneiden. Genügend Butter in Pfanne schmelzen lassen, gepressten Knoblauch dazugeben und Brotwürfel in Knoblauchbutter goldbraun braten. Beiseitelegen und abkühlen lassen.

Forellenfilets

Forellenfilets in Butter mit Curry kurz vor dem Servieren kurz anbraten.

Den Salat im Mangodressing anmachen und auf Teller anrichten. Gebratenes Forellenfilet auf Salat legen. Croutons auf Teller verteilen und am Schluss mit Salatkräuter und geviertelte Cherrytomaten verzieren.

Zutaten für 8 Portionen

Salat

Sonnenblumenöl

Mangoessig und etwas pürierte Mango

8 Scheiben Toastbrot

6 Knoblauchzehen

ca. 50g Butter für Croutons

8 Forellenfilet

Butter oder Bratbutter für Forellenfilet

Currypulver

Feingehackte Salatkräuter (Petersilie und Schnittlauch)

Cherrytomaten pro Person 4 Stk

Pouletbrust mit Spargeln und Frühlingskartoffeln an Mango-Limetten-Salsa



Für die Pouletbrust mit Spargel und Mango-Limetten Salsa zuerst die Mango Salsa vorbereiten. Die Mangos schälen und zwei davon in kleine Würfel schneiden. Eine Mango vollständig pürieren. Die Chili entkernen und fein hacken.

Den Koriander mit den Stielen in feine Streifen schneiden.

Die Mangostücke mit Salz, Zucker und Limettensaft und Limettenabrieb würzen. 10 Minuten ziehen lassen, danach Chili, die pürierte Mango und den Koriander (allenfalls den Koriander separieren und nach Belieben dazugeben) und nochmals abschmecken.

Die Pouletbrust waschen, abtupfen, salzen und pfeffern und in einer heissen Grillpfanne scharf rundherum anbraten und im Ofen fertig garen.

Frühlingskartoffeln in Butter braten und würzen.

Die Spargel schälen und im Salz- und Zuckerwasser bissfest kochen und kalt abschrecken. Trocken tupfen und in einer Grillpfanne braten, mit Salz würzen.

Spargel auf Teller legen, mit Mango-Limetten-Salsa überziehen, Pouletbrust drauflegen und mit Frühlingskartoffeln servieren.

Zutaten für 8 Portionen

8 Pouletbrüste

2 Bund Spargeln

Salz

Zucker

Bratfett

Pfeffer aus Mühle

Salsa:

3 Mangos

4 Limetten (Saft und Abrieb)

½ Bund Koriander

¼ Chili Schote

32 Frühlingskartoffeln

Erdbeer-Rhabarber-Tiramisu



Für das Erdbeer-Rhabarber Tiramisu Glas- oder Porzellanschalen mit einem Drittel der Löffelbiskuits auslegen und mit etwas Orangenlikör tränken. Rhabarber putzen, mit den Erdbeeren waschen, Erdbeeren putzen, Rhabarber in Stücke schneiden und Erdbeeren ja nach Grösse halbieren oder vierteln.

Rhabarber mit dem Sirup und wenig Wasser aufkochen und ca. 5 – 10 Minuten garen. Erdbeeren dazugeben, mit Zucker abschmecken, abkühlen lassen auf die Biskuits verteilen.

Für die Crème alle Zutaten verrühren, auf dem Kompott verteilen, vorsichtig glatt streichen. Das Dessert für kurze Zeit kühl stellen.

Das Erdbeer-Rhabarber-Tiramisu mit Erdbeeren und Pistazien verzieren

Zutaten für 8 Portionen:

200 g Löffelbiskuits

8cl Orangenlikör

500 g Rhabarber

500 g Erdbeeren

100 ml Erdbeersirup

100 g Zucker

Für die Crème:

2 Becher Mascarpone (à 500g)

500g Quark

8cl Eierlikör

4 EL Vanillezucker

70g Zucker

Zum Verzieren:

Erdbeeren

Pistazien gehackt