

Chämi-Chuchi Suhr

Hanspeter Wälti

Marc Furter

Vorspeisen:

Karotten-Ingwer-Suppe

Hauptspeise:

Gefüllte Entenbrust mit Feigen,
Kartoffeln und Karotten

Dessert:

Fasnachtschüechli (Chnöiblätze)
Mangocreme

Rezepte für 4 Personen



Chochete vom 12.02.2019

En Guete!

Vorspeise

„Karotten-Ingwer-Suppe“

Suppe

1 Zwiebel
800 g Karotten
20 g Ingwer
2 EL Raps- oder Sesamöl
8 dl Gemüsebouillon
1 dl Orangensaft
Salz
Pfeffer
1-2 EL Sesamsamen
1 Zweig Koriander
4 EL Saurer Halbrahm

Ingwerchips

80 g Ingwer
1 TL Maisstärke
2 dl HOLL-Rapsöl



Zwiebel hacken, Karotten in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und grob hacken. Alles im Öl andünsten. Mit Bouillon ablöschen. Zugedeckt ca. 30 Minuten weich köcheln. Orangensaft dazu giessen. Suppe mit einem Stabmixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Konsistenz prüfen und falls nötig, mit etwas Wasser oder Orangensaft ausgleichen.

Sesamsamen ohne Fett in einer beschichteten Bratpfanne rösten, bis sie leicht Farbe annehmen. Herausnehmen und beiseitestellen.
Korianderblättchen abzupfen.

Für die Ingwerchips Ingwer schälen und in feinste Scheiben hobeln. Mit Maisstärke mischen. Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen. Ingwer portionenweise goldbraun frittieren. Herausnehmen und auf Haushaltspapier abtropfen lassen. Suppe mit Sauerrahm, Sesam, Koriander und Ingwerchips servieren.

Hauptgericht

„Gefüllte Entenbrust mit Feigen“

500 g kleine, festkochende Kartoffeln
Salz
8 frische Feigen
4 Zweige Rosmarin
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 Entenbrüste
1 EL flüssiger Honig
4 Knoblauchzehen

Füllung:

2 frische Feigen
1 Zweig Rosmarin
1 kleine Knoblauchzehe
1 Prise gemahlene Gewürznelken

Kartoffeln waschen und samt Schale der Länge nach vierteln. Ca. 10 Minuten in Salzwasser bissfest kochen, abgiessen. Feigen vierteln in einen Bräter verteilen.

Für die Füllung Feigen schälen und klein würfeln. Rosmarinnadeln vom Zweig zupfen, fein hacken. Knoblauch fein hacken. Feigenwürfel, Rosmarin und Knoblauch mischen, mit Nelkenpulver, Salz und Pfeffer würzen.

Backofen auf ca. 180 °C vorheizen. Mit einem Messer vorsichtig die Fettschicht der Entenbrüste anheben, so dass eine Tasche entsteht. Die Feigenmasse darunter verteilen und die Schnittstelle mit Zahnstocher verschliessen.

Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Fettseite nach unten in eine Bratpfanne geben, bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten braten. Knoblauchzehen etwas andrücken und mitbraten. Fleisch wenden, ca. 2 Minuten weiterbraten. Fleisch mit der Haut nach oben und dem Knoblauch in den Bräter legen. Bratsatz mit wenig heissem Wasser ablöschen, Honig unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Sud in den Bräter giessen. In der Ofenmitte ca. 10 Minuten braten, bis die Entenbrüste eine Kerntemperatur von ca. 60 °C beträgt.

Kartoffeln in die bereits verwendete Bratpfanne geben und diese von allen Seiten schön anbraten. Etwas später Rosmarinzweig abzupfen und dazu geben.

Ente vor dem tranchieren zugedeckt ca. 5 Minuten ruhen lassen. Während die Ente ruht, Kartoffeln im Bräter im Sud wenden. Tranchierte Ente mit Kartoffeln, Feigen, Rosmarin und nach Belieben je einer Knoblauchzehe anrichten.



„Beilage: Karotten“

200g Karotten
1 Zwiebel
Bouillonpulver
Etwas Wasser
Ev. Butter

Zwiebel hacken. Karotten schälen und schräg in Scheiben schneiden. Zwiebeln in etwas Öl andünsten, anschliessend Karotten mitdünsten. Mit etwas Bouillon ablöschen. Ca. 10min köcheln sodass Karotten noch etwas Biss haben. Abschmecken und falls erwünscht, noch etwas Butter dazugeben.

Dessert

„Fasnachtschüechli (Chnöiblätze)“

25 g Butter
3 Eier
0,75 dl Rahm
1 Prise Salz
2 EL Zucker
320 g Mehl

Mehl zum Auswallen
Öl zum Frittieren
Puderzucker zum Bestäuben



Für den Teig Butter schmelzen und auskühlen lassen. Eier, Rahm, Salz und Zucker verrühren. Mehl und Butter beigeben. Alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten. Anschliessend zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Teig in Portionen à ca. 40 g teilen. Diese auf wenig Mehl so dünn wie möglich zu Rondellen auswallen. Mit bemehlten Händen unter den Teig fassen. Diesen von innen nach aussen vorsichtig dünn ausziehen. Der Teig ist genug dünn, wenn man durch ihn hindurchsieht.

Öl in einer weiten Pfanne auf ca. 180 °C erhitzen. Um zu kontrollieren, ob die gewünschte Temperatur erreicht ist, den Stiel einer Holzbratschaufel in das Öl tauchen. Sprudelt das Öl leicht, ist die Frittiertemperatur erreicht.

Fasnachtschüechli nacheinander im Öl rundum goldgelb frittieren. Mit zwei Kellen aus dem Öl heben. Auf Haushaltspapier abtropfen lassen. Auskühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.

„Mangocreme“

2 Mangos à ca. 450 g
0,5 dl Ahornsirup
200 g Mascarpone
2 EL Sesamsamen

Fruchtfleisch der Mangos in Würfel schneiden. Etwas für die Garnitur beiseitelegen.

Rest mit dem Stabmixer fein pürieren. Es empfiehlt sich, das Pürierte durch ein Sieb zu passieren.

Ahornsirup und Mascarpone dazumischen, mit Mangowürfeln und Sesam servieren.

