

Chämi-Chuchi Suhr  
Chochete vom 14. Februar 2023



**Jakobsmuscheln im Norimantel**  
**Polpo alla Luciana**  
**Sepie in verde**  
**Salat**

**Gefüllte Calamari Andalusia**  
**Riso venere**

**Schokoladenkuchen mit**  
**Schnelle Limettencreme**

Alle Mengenangaben für 4 Personen

Chämi-Chuchi Suhr  
Chochete vom 14. Februar 2023



## Jakobsmuscheln im Norimantel

12 Jakobsmuscheln  
Salz  
Pfeffer

waschen, abtupfen  
rundum würzen  
nur am Umfang

1 Blatt Nori

in Streifen schneiden, ca. 1 cm  
und um die Muscheln wickeln  
Ende leicht anfeuchten zum Ankleben

Muscheln stirnseitig, in einer heissen, beschichteten Pfanne,  
ohne Fett anbraten.  
ca. 1-2 Minuten pro Seite, danach Hitze zurückdrehen.

1 EL Ghee

dazugeben

2 Zweige Thymian  
1 Zehe Knoblauch

sehr fein hacken und dazugeben

1 Zitrone

Schale abreiben und dazugeben

Muscheln mit dem aromatisierten Ghee übergiessen

**Chämi-Chuchi Suhr**  
**Chochete vom 14. Februar 2023**



## **Polpo alla Luciana**

2 EL Olivenöl	erhitzen
2 Knoblauchzehen	fein hacken und andünsten
6 Cherry-Tomaten	vierteln und dazugeben ca. 2 Minuten dünsten
200 g Tintenfisch	vorgekocht, in Stücke schneiden und dazugeben ca. 5 Minuten kochen
5 schwarze Oliven	in Ringe schneiden und dazugeben
2 TL Kapern	dazugeben
Salz, Pfeffer	abschmecken

## **Sepie in verde**

2 EL Olivenöl	erhitzen
6 Knoblauchzehen	fein hacken und andünsten
200 g kleine Sepien	in Stücke schneiden und dazugeben ca. 5 Minuten kochen, vom Herd wegnehmen
1 Bund Petersilie	fein schneiden und dazugeben
Salz, Pfeffer	abschmecken

## **Salat**

Salt	waschen und schneiden Sauce nach belieben
------	--

**Chämi-Chuchi Suhr**  
**Chochete vom 14. Februar 2023**



## Gefüllte Calamari Andalusia

1 Ei Hart kochen (5 Min.), kalt abschrecken und beiseite stellen

4 ganze Calamari (je ca. 100 g) Kopf vom Mantel (Körper) trennen  
Schulp aus Mantel ziehen und häuten  
gut ausspülen und in Salzlake einlegen  
Kopf von Augen und Schnabel befreien  
Waschen und hacken  
Alles beiseite stellen

### Füllung vorbereiten:

3 EL Olivenöl in Bratpfanne erhitzen

1 Zwiebel hacken. Die Hälfte zum Öl geben und dünsten  
den Rest beiseite stellen

1 Karotte grob reiben. Die Hälfte zum Öl geben und mitdünsten  
den Rest beiseite stellen  
nach ca. 5 Minuten die gehackten Calamari-Köpfe dazugeben  
nach weiteren 5 Minuten vom Herd nehmen  
und in eine Schüssel geben

5 EL Paniermehl in die Schüssel geben  
Eigelb, vom hartgekochten Ei, zerbröseln und dazugeben  
Das hartgekochte Eiweiss hacken und dazugeben

1 Ei aufschlagen und dazugeben

1 Bund Petersilie fein hacken und dazugeben

Salz, Pfeffer alle Zutaten in der Schüssel gut vermengen und abschmecken

### Mantel füllen:

Calamari-Mantel aus der Salzlake nehmen und gut abtropfen. Mit der vorbereiteten Füllung stopfen und mit einem Zahnstocher verschliessen. Beiseite stellen.

## Chämi-Chuchi Suhr Chochete vom 14. Februar 2023



### Fertigstellung:

3 EL Olivenöl	in Bratpfanne erhitzen
Rest der Zwiebel	zum Öl geben und dünsten
Rest der Karotte	dazugeben und mitdünsten
3 Tomaten	waschen und in Würfel schneiden. In die Pfanne geben
1 Briefchen Safran	in einem EL Wasser auflösen und dazugeben

Die gefüllten Calamari in die Sauce legen, Deckel aufsetzen und bei niedriger Flamme ca. 30 Minuten garen. Nach der halben Garzeit die Calamari wenden.

## Riso venere

\*Der schwarze Reis der Venus - ist ein Vollkornreis. Dieser wird nur entspelzt, aber nicht geschält und poliert, ansonsten wäre er auch weiss. Das schwarze, leicht glänzende Reiskorn erhält seine Farbe durch eine natürliche, dünne Pigmentschicht. Beim Kochen verdampfen die ätherischen Aromen im Reiskorn, und es entsteht ein feiner Duft nach frisch gebackenem Brot und Sandelholz.

Diese spezielle Reissorte wird erst seit 1997 in der piemontesischen Po-Ebene angebaut. Allerdings ist diese Reissorte wesentlich älter: Sie wurde in China bereits 2800 v. Chr. angebaut und soll dort den Kaisern vorbehalten gewesen sein.

ca. 1 l Gemüsebouillon	vorbereiten und warm stellen
3 EL Olivenöl	in Topf erhitzen
1 Schalotte	fein hacken, zum Öl geben und dünsten
250 g Reis	dazugeben und kurz mitdünsten, danach mit etwas Bouillon ablöschen Nach und nach heisse Bouillon dazugiessen, häufig rühren und auf mittlerer Hitze ca. eine Stunde köcheln
Salz, Pfeffer	abschmecken

**Chämi-Chuchi Suhr**  
**Chochete vom 14. Februar 2023**



## Schokoladenkuchen

Ofen auf 180 Grad vorheizen

300 g dunkle Kochschokolade  
100 g Butter in Pfanne vorsichtig schmelzen lassen

5 Eigelb  
50 g Zucker schaumig schlagen

5 Eiweiss  
1 Prise Salz steif schlagen  
50 g Zucker einrieseln und nochmals kurz schlagen

Schokolade-Buttermasse zu Eigelb fügen.

Eiweiss-Schnee in Schokolade-Eimasse unterheben.

Masse in runde Kuchenform von 24 cm Durchmesser geben und ca. 25 Minuten bei 180 Grad in der Ofenmitte backen. Mit Puderzucker oder Kakaopulver verzieren.

## Schnelle Limettencreme

2 Limetten heiss abspülen und trockentupfen  
Schale abreiben  
Saft (ergibt ca. 1dl) beiseite stellen

2 EL Maizena  
2 dl Wasser  
6 EL Zucker

Alle Zutaten bis und mit Limettenschale in einer kleinen Pfanne mit dem Schwingbesen verrühren, unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Sobald die Masse bindet, die Pfanne sofort von der Platte nehmen. Masse durch ein Sieb in eine Schüssel giessen, auskühlen, zugedeckt ca. 30 Min. kühl stellen.

Masse glattrühren, beiseite gestellten Limettensaft darunterrühren

2 dl Rahm steif schlagen und sorgfältig unter Limettenmasse ziehen.