

Anzahl	4.00 Port.
Preis	18.43 Port.
Gruppe	HOBBY KÜCHE ZUG
Saison	Ganzjährig
Art des Gerichts	Menu
Autor	André Meier
Quelle	Hobby Küche Zug HKZ



Pumpnickeltoast mit Kresse-Pesto

für die Kresse-Pesto

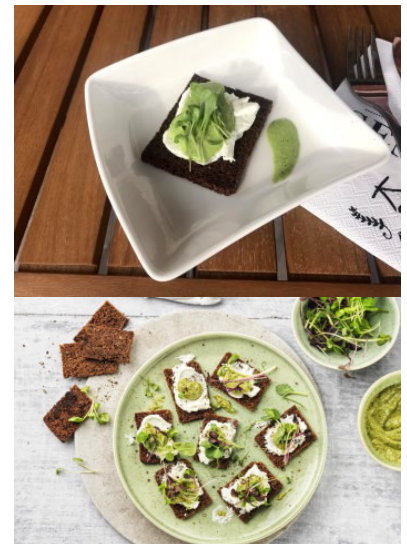
40 g	Gartenkresse, gerüstet
40 g	Baumnusskerne, halbiert
50 g	Wasser
75 g	Olivenöl Extra Vergine
1 x	Salz und Pfeffer aus der Mühle

für die Toasts

4 Stk	Pumpnickel Scheiben
150 g	Ziegenfrischkäse
20 g	Gartenkresse, gerüstet
1 x	Fleur de sel

Zubereitung

- Für die Pesto: Kresse und Nüsse mit Wasser und Öl pürieren, würzen.
- Für die Toasts: Pumpnickel ohne Fett in einer Bratpfanne rösten.
- Frischkäse und Pesto darauf verstreichen und mit Kresse und wenig Fleur de Sel bestreuen.



Anzahl	4.00 Port.
Preis	18.43 Port.
Gruppe	HOBBY KÜCHE ZUG
Saison	Ganzjährig
Art des Gerichts	Menu
Autor	André Meier
Quelle	Hobby Küche Zug HKZ



Tomatensuppe Caprese mit Mozzarellakugeln

für die Tomatensuppe

80 g	Zwiebel gehackt
1 Stk	Knoblauchzehen, feingehackt
500 g	Tomaten vollreif, Stk. ca. 120-140g
20 g	Olivenöl Extra Vergine
1 x	Zucker, Prise
1 x	Salz und Pfeffer aus der Mühle

für die panierten Mozzarellakugeln

55 g	Vollei, aufgeschlagen
1 x	Salz und Pfeffer aus der Mühle
40 g	Weissmehl
100 g	Paniermehl
250 g	Mozzarellakugeln
1 x	Öl zum Frittieren, z. B. Rapsöl

für das Basilikum-Öl

6 Stk	Basilikumzweig
80 g	Olivenöl Extra Vergine



Vorbereitung

- Für die Suppe Zwiebel und Knoblauch schälen und grob würfeln.
- Die Tomaten waschen und grob zerkleinern, dabei die Stielansätze entfernen.
- Für das Basilikumöl die Basilikumzweige waschen und trocken schütteln.
- Die Blätter abzupfen, einige für die Deko weglegen.
- Basilikum grob schneiden und mit dem Olivenöl im Mixer fein pürieren.

Zubereitung

- Das Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebel- und Knobliwürfel darin andünsten.
- Die Tomaten in den Topf geben und ca. 20 Minuten köcheln lassen.
- Mit dem Stabmixer fein pürieren und nach belieben durch ein feines Sieb passieren.
- Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

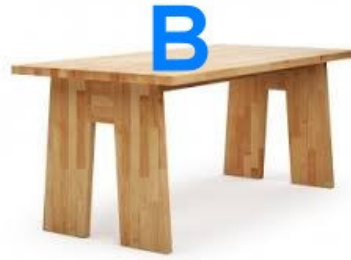
Weitere Zubereitung

- Für den panierten Mozzarella das Ei mit 1/2 TL Salz und etwas Pfeffer mit einer Gabel in einem tiefen Teller verquirlen.
- Das Mehl und Paniermehl jeweils in einen tiefen Teller geben.
- Die Mozzarellakugel auf einem Sieb abtropfen lassen.
- Erst im Mehl wenden, dann durch das verquirlte Ei ziehen, anschliessend im Paniermehl wälzen.
- Ein weiteres mal durch das Ei ziehen und nochmals im Paniermehl wenden.
- Fett oder Öl in einem kleinen Topf auf 180Grad erhitzen - es sollte ca. 3cm hoch stehen, damit die Bällchen darin schwimmen.
- Die panierten Mozzarellabällchen etwa 1 Minute rundum goldbraun ausbacken.
- Mit Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Fertigstellung

- Die Suppe erneut erwärmen, danach auf die Teller verteilen und mit den Mozzarellakugeln, dem Basilikumöl und den Blättern anrichten.

Anzahl	4.00 Port.
Preis	18.43 Port.
Gruppe	HOBBY KÜCHE ZUG
Saison	Ganzjährig
Art des Gerichts	Menu
Autor	André Meier
Quelle	Hobby Küche Zug HKZ



Kalbskoteletts mit Steinpilzkruste

1000 g Kalbskoteletts, dressiert

für die Kräuter-Mascarpone

100 g Mascarpone
1 Stk Salbei, Zweiglein
8 g Meersalz, grobkörnig
5 g Pfeffer schwarz, gemahlen

für die Marinade

20 g Steinpilze, getrocknet
8 g Meersalz, grobkörnig
5 g Pfeffer schwarz, gemahlen
40 g Olivenöl Extra Vergine

Vorbereitung

- Salbei sehr fein hacken.
- Die Zutaten für die Kräuter-Mascarpone in einer kleinen Schüssel mischen.
- Abdecken und ca. 1 Stunde bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

Zubereitung

- Die Steinpilze in einer Gewürzmühle fein mahlen.
- Das Pulver in einer kleinen Schüssel mit Salz und Pfeffer mischen.
- Öl auf einem Backblech verstreichen und die Würzmischung daraufstreuen.
- Die Kalbskoteletts durch das Gewürzöl ziehen, bis sie gleichmässig überzogen sind.
- Die Koteletts abdecken und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
- Den Grill für mittlere Temperatur vorbereiten.

Fertigstellung

- Die Koteletts bei direkter mittlerer Hitze (175-230°Grad) bei geschlossenem Deckel bis zum gewünschten Gargrad grillen (6 Min für rosa/medium rare).
- Dabei einmal wenden.
- Die Koteletts vom Grill nehmen und 3-5 Minuten ruhen lassen.
- Mit Kräutermascarpone servieren.



Anzahl	4.00 Port.
Preis	18.43 Port.
Gruppe	HOBBY KÜCHE ZUG
Saison	Ganzjährig
Art des Gerichts	Menu
Autor	André Meier
Quelle	Hobby Küche Zug HKZ



Grillgemüse nach Lust und Laune

120 g	Peperoni, rot, entkernt
120 g	Zucchetti, mittelgrosse
100 g	Karotten, geschält
200 g	Tomaten, grosse (Stk. ca. 200gr)
120 g	Champignons, braun, frisch
120 g	Zwiebeln, rot, geschält
4 Stk	Knoblauchzehen, geschält
40 g	Weissweinessig
80 g	Olivenöl Extra Vergine
1 Stk	Thymian, Zweiglein
1 Stk	Rosmarin, Zweiglein
1 Stk	Oregano, Zweiglein
1 Stk	Majoranzweige
1 x	Salz und Pfeffer aus der Mühle



Vorbereitung

- Zuerst alle Gemüse je nach Art waschen oder putzen.
- Dann entsprechend dem Tipp unten grob oder fein schneiden und alles in eine grosse Schüssel geben.
- Wenn man gemischtes Gemüse grillt, sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.
- Gerne auch mit Auberginen, Broccoli, Kohlrabi, Rosenkohl oder je nach Geschmack auch Chilis.
- Selbst etwas Fenchel macht sich sehr gut in diesem Gericht.
- Die Zwiebel nur schälen und vierteln.
- Die Knoblauchzehen schälen, mit der Messerseite platt drücken und ebenfalls am Stück in die Schüssel geben.

Zubereitung

- Dann ordentlich Salz und Pfeffer aus der Mühle dazu geben, die oben aufgeführten Kräuter (frisch oder getrocknet) in verträglicher Menge hinzufügen und alles mit Essig und Öl gut vermischen.
- Den Grill für direkte starke Hitze vorbereiten.
- Ob nun im Wok, im offenen Dutch Oven oder auch in einer Grillschale.
- Das Gemüse gelingt immer.
- Das Grillgemüse darf nicht zu lange auf dem Grill bleiben.
- Ein klein wenig „Biss“ darf da schon noch vorhanden sein.
- Während der Grillzeit häufig wenden und anschliessend heiss als Beilage servieren.

Tipp

- Wichtig ist hierbei nur, dass man die Gemüsearten nach ihrem Gargrad schneidet.
- Also z.B. Tomaten sehr grob und härtere Dinge wie Karotten und Fenchel sehr fein.
- So ist alles zur selben Zeit fertig.

Anzahl 4.00 Port.
 Preis 18.43 Port.
 Gruppe HOBBY KÜCHE ZUG
 Saison Ganzjährig
 Art des Gerichts Menu
 Autor André Meier
 Quelle Hobby Küche Zug HKZ



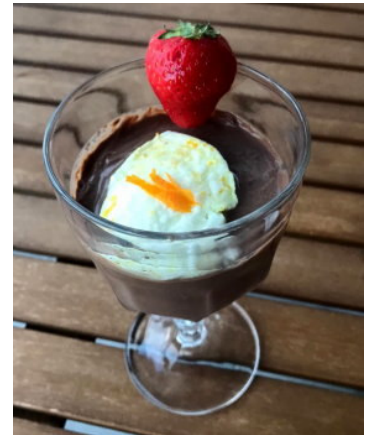
Îles flottantes auf Schokoladencrème

für die Schokoladencrème

10 g Maizena, Maisstärke
 400 g Milch
 100 g Vollrahm 35%
 25 g Eigelb, frisch (Stk. 25gr)
 40 g Zucker
 10 g Vanillezucker
 100 g Schokolade dunkel

für das Îles flottantes

35 g Eiweiss, frisch (Stk.35gr)
 1 x Salz, Prise
 25 g Zucker
 20 g Orangenschale, abgerieben
 20 g Orangenzesten



Zubereitung

- Crème: Maisstärke mit der in einer Pfanne anrühren, restliche Zutaten bis und mit Vanillezucker daruntererrühren.
- Unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen bei mittlerer Hitze bis vors Kochen bringen.
- Schokolade kleingewürfelt beifügen, unter Rühren schmelzen lassen.
- Crème unter mehrmaligen Umrühren auskühlen lassen.
- Klarsichtfolie auf die Crème legen, zugedeckt ca. 2-3 Stunden kühl stellen.

Weitere Zubereitung

- Îles flottantes: Kurz vor dem Servieren Eiweiss mit dem Salz steif schlagen.
- Zucker einrieseln lassen, weiterschlagen bis die Masse glänzt.
- Abgeriebene Orangenschale daruntermischen.
- In einer weiten Pfanne 2-3 Liter Wasser aufkochen.
- Aus der Eischneemasse mit 2 Esslöffeln "Inseln" formen, portionenweise ins siedende Wasser geben, 3-4 Minuten pochieren, dabei einmal wenden, herausnehmen und abtropfen lassen.



Bemerkungen

- Statt Schokoladencrème kann auch eine Vanillecrème zubereitet werden.
- Die Crème lässt sich 1-2 Tage im Voraus zubereiten und im Kühlschrank zugedeckt aufbewahren.

Liebe Kochkollegen

Wie schon angekündigt, findet die Juni Kochete vom 24.06.2021 wieder virtuell statt, d.h. wir kochen zuhause und teilen unsere Resultate via Gruppenchat mit den Anderen. Dieses Menue wurde vom Tisch B zusammengestellt.

Ohne allergene Zutaten.

Nährwert pro Person

Kcal	2006.7	Fett	129.7	Magnesium/mg	200.7	Omega 3/g	0.0
Joule	8412.4	Nahrungsfaser/g	14.9	Calcium/mg	579.0	Omega 6/g	0.0
Kohlehydrat	122.7	Natrium/mg	2703.8	Niacin/mg	0.0	Phosphor/mg	1222.5
Eiweiss	90.8	Kalium/mg	3116.4	Eisen/mg	10.0		