



Datum: 06. März 2012 Chochender: Geri Stuber	Vorboden der warmen Tage
Gerisbeef-flütes	
Kalter Gemüsesalat Vitaminbombe für die kommenden warmen Tage	
Poulettenderons in pikanter Sauce	 Bild
Karibischer Traum Vorbote des Sommers	



Chochete vom (Datum) von (Name)

Zutaten für 4-6 Personen	Geribeefflutes
Gerisbeef-flütes 100 g Blätterteig resp. 1 Ausgewallter rechteckiger 80 gr. gekochtes Siedfleisch fein in Tranchen geschnitten 1 kleine Schalotte 1El fein geschnittenen Schnittlauch 1 El getr. Majoran 1 Ei Merretichschaum (Fixfertig von Dyhrberg ist super) Pfeffer aus der Mühle Bratbutter	Den Blätterteig in Rechtecken schneiden und mit Ei bestreichen eine 2. Lage Blätterteig mit einer Aussparung (wie Pastetli) in der Mitte darauf geben und mit Ei bestreichen Die Ecken auf ein Backblech geben und ca. 10 -15 Minuten goldgelb backen bis eine Goldene Farbe entsteht. Aus dem Ofen nehmen beiseite stellen Das Siedfleisch (in dünnen Tranchen gekauft) in Streifen schneiden Die Schalotte in Butter fest andünsten bis sie leicht braun werden Das Siedfleisch den Schnittlauch dazugeben und scharf anbraten mit dem Majoran (nicht zu knapp) abschmecken Schnittlauch ebenfalls dazugeben gut untereinander mischen und auf die vorbereiteten Blätterteig Chüsseli verteilen ein Tupfer Meerrettichschaum drauf geben und hopp servieren!
Zutaten für 4. Personen	Kalter Gemüsesalat Vitaminbombe für die kommenden warmen Tage
Vinaigrette für Gemüsesalat 6 El Balsamico Weiss 1 El Orangenöl 3 El Olivenöl 2 Tl Senf 1 sehr fein gehackte kleinere Schalotte 1 Tl Trockengemüsebouillon 3 El. fein geschnittener Schnittlauch oder Bärlauch Pfeffer aus der Mühle Zutaten so bestimmen dass es einfach gut ischt!!! 2 kleinere Rüebli ½ Kohlrabi kleineres Modell ½ Sellerie kleineres Modell 1 kleiner Lauch 5 Morcheln	Morcheln frisch oder getrocknet im Wasser eingeweicht. Die diversen Gemüse entsprechend über dem Dampfbad garen so dass diese noch ein bisschen Biss haben – auskühlen lassen - lauwarm Eine Vinaigrette mit den Zutaten über die div Gemüse welche schön angerichtet sind verteilen Die abgetropften Morcheln fein schneiden kurz in etwas Butter andünsten etwas Salz darauf gebe und über die bereits mit Dressing versehenen Gemüse geben. Mit Schnittlauch garnieren
Zutaten für 4 Personen	Poulettenderons in pikanter Sauce
1 Stück Chilischote, klein 1 Stück Schalotte, oder kleine Zwiebel 800 g Poulettenderons Salz, Pfeffer, schwarz, aus der Mühle 1 Esslöffel Bratbutter 0.5 dl Whisky 1 Esslöffel Butter 1 Esslöffel Tomatenpüree 2 dl Hühnerbouillon, leicht 2 Esslöffel Ketchup 1 Esslöffel Worcestershiresauce 1.5 dl Rahm Petersilie 1 Tomate	1. Den Backofen auf 150 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen. 2. Schalotte oder Zwiebel hacken. Pouletschenkeli mit Salz und Pfeffer würzen. 3. In einer Bratpfanne die Butter erhitzen. Die Pouletstücke rundum 2-2 1/2 Minuten anbraten. Sofort in die vorgewärmte Form geben und im Ofen bei 150 Grad 20-25 Minuten garen lassen. 4. In der Bratpfanne Bratensatz mit Whisky auflösen und durch ein Siebchen giesen. Beiseite stellen. 5. Die Butter schmelzen. Chilischote, Schalotte und Tomatenpüree andünsten. Mit Whiskyflüssigkeit und Bouillon ablöschen. Ketchup und Worcestershiresauce beifügen und alles auf knapp 1,5 dl einkochen lassen. 6. Den Rahm halb steif schlagen. Unmittelbar vor dem Servieren unter die leicht kochende Sauce rühren und diese wenn nötig nachwürzen. Über die Pouletschenkeli geben Reis 1 ½ Tassen Trockenreis in Salzwasser ca. 20 Minuten kochen bis er noch Bissfest ist In der Mitte des Tellers anrichten mit einer Suppenkelle ein Seeloch formen und die Pouletstücke hineingeben mit Sauce übergiesen 1 Tomatenscheibe und 1 Petersilienästchen für die Garnitur nicht vergessen!
Zutaten für 4 Personen	Vorbote des Sommers
150 g Ananas, getrocknet 2 dl Apfelsaft 2 Esslöffel Zitronensaft 20 g Zucker 2 Äpfel, Golden Delicious oder ähnliches 1 Messerspitze Currypulver, gehäuft, scharf 1 Prise Zimt 1 dl Kokosmilch 40 cl Kokosrum 2 dl Vollrahm geschlagen 1 Limone 20 g Zucker	1 Die Ananas in 2 cm grosse Stücke schneiden und zusammen mit dem Apfelsaft, dem Zitronensaft und dem Zucker in eine Pfanne geben. Alles aufkochen, dann zugedeckt etwa 10 Minuten leise kochen lassen. 2 Inzwischen die Äpfel schälen, halbieren, entkernen und in Würfel von 1½ x 1½ cm schneiden. Mit dem Currypulver und dem Zimt zu den Ananasstücken geben. So lange ungedeckt kochen lassen, bis die Apfelwürfel weich sind. Auskühlen lassen. Dann das Kompott in 4 Gläser verteilen. 3 Die Kokosmilch mit dem Kokosrum vermischen. Etwas abgeriebene Limonenschale, 1–2 Teelöffel Saft sowie den Zucker beifügen und alles kurz mit dem Stabmixer pürieren. Die Kokossauce mit dem Schlagrahm sorgfältig vermischen und auf das Kompott geben. Die Gläser bis zum Servieren kalt stellen. Die Creme darf Dickflüssig sein