



Datum: 3. Juni 2008 Chochender: René Zürcher	Thema: la cocina canarias
Agua de valencia	
Enyesques y mojos Appetithappen mit verschiedenen Saucen	
Salpicon de Mariscos (Sommersalat mit Jacobsmuscheln)	
Pechuga de pollo a la naranja con verduras de primavera Pouletbrust in spanischer Orangensauce mit Frühlingsgemüse	
Melocotón al amaretto gefüllte Pfirsiche	



Chochete vom 3. Juni 2008 von René Zürcher

Zutaten für 4-8 Personen	Agua de valencia
• 4 cl Apfel-Likör • 500 ml Orangensaft, kalt • 500 ml Sekt, halbtrocken, kalt • 4 cl Pfirsich-Likör • 50 g Zucker • Eis	Sekt und Orangensaft rechtzeitig kühl stellen. Zur Zubereitung gibt man den Zucker in eine passende Karaffe (1,5l) und giesst den Sekt auf. Nach dem der Schaum zurückgegangen ist, die beiden Likör und den Orangensaft dazugeben. Das Ganze gut vermischen und in einem Wein- oder Cocktailglas mit einem Eiswürfel servieren
Zutaten für 4 Personen	Enyesques y mojos
Papas Arrugadas: • 600 g Kartoffeln, klein bis mittelgross • Meersalz Mojo colorado: • 2-3 Knoblauchzehen • 1 frische, rote Chilischote • Gewürzpaprika (afrikanische Chilisorte) • Kreuzkümmel • frischer Origano • Essig • Salz • Olivenöl Mojo verde: • 4 Knoblauchzehen • 1 frische, rote Chilischote • 1-2 Bund Peterli, fein • Koriandersamen • Kreuzkümmel • frischer Origano • Essig • eine Prise Salz • Olivenöl weitere Zutaten: • Rüebli • Peperoni, rot, grün, gelb • Zucchini • Brot	Mojo colorado: Für den mojo colorado die geschälten Knoblauchzehen und die Chilischote im Mörser (oder Mixer) zerkleinern und in ein Schüsselchen umfüllen. 1 Teelöffel Gewürzpaprika, ½ Teelöffel Kreuzkümmel, die Blättchen von einem Sträusschen Oregano, 3-4 EL Olivenöl, 3 EL Essig und soviel Wasser einrühren, bis eine relativ dickflüssige Sauce entstanden ist, die in eine Saucière umgefüllt wird. Mojo verde: Für den mojo verde die geschälten Knoblauchzehen, die Chilischote und 1 Teelöffel Koriandersamen im Mörser (oder Mixer) zerkleinern und in ein Schüsselchen umfüllen. Die fein gehackten Peterli, eine Teelöffelspitze Kreuzkümmel, die Blättchen von einem Sträusschen Oregano, 3 EL Olivenöl, 3 EL Essig, eine Prise Salz und soviel Wasser einrühren, bis eine nicht zu flüssige Sauce entstanden ist, die ebenfalls in eine Saucière abgefüllt wird. Papas Arrugadas: Die papas arrugadas sind normalerweise neue, relativ kleine Kartoffeln in Meerwasser gekocht. Als Ersatz kann stark gesalzenes Leitungswasser genommen werden. (min. 2 EL Meersalz pro Liter) Wenn die Kartoffeln gar sind (al dente), werden sie gut abgeschüttet und dann mit der Schale in einer feuerfesten Form ca. 12 Minuten bei 220°C im Backofen gebacken. Durch die trockene Hitze entstehen die "arrugadas", d.h. die charakteristischen Runzeln in der Schale. Sie werden sofort ganz heiss serviert, als köstliche Beilage zu typisch kanarischen Speisen, oder wie auf den Inseln üblich ist einfach alleine; mit reichlich "mojos" benetzt, sind sie ein echter Hochgenuss. die weiteren Zutaten: Die verschiedenen rohen Gemüse waschen, rüsten und in Streifen schneiden und als Dip-Gemüse reichen. Brot ebenfalls in Streifen schneiden und etwas im Backofen rösten.
Zutaten für 6 Personen	Salpicon de Mariscos
• Jacobsmuscheln, frisch • 1 Peperoni, rot • 1 Peperoni, grün • 1 Salatgurke, klein • 1 kl Zwiebel (Gemüsezwiebel) • 2 Tomaten • 4 EL Rotweinessig • 5 EL Olivenöl, kaltgepresst • 3 Knoblauchzehen • Salz, Pfeffer aus der Mühle	Die Peperoni putzen und waschen. Gurke schälen, längs halbieren und die Kerne mit einem Löffel herauskratzen. Gemüsezwiebel schälen. Alles Gemüse in ganz kleine Würfel und in eine Schüssel füllen. Die Tomaten kurz in siedendem Wasser geben, häuten, quer halbieren und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Zu dem anderen Gemüse geben. Rotweinessig mit Salz, Pfeffer und Olivenöl kräftig verrühren, Den geschälten Knoblauch dazupressen. Die Sauce über das Gemüse und den Salat gründlich mischen. Im Kühlschrank mindestens 1 Std. ziehen lassen. Die Jacobsmuscheln vor dem Servieren in heissem Butter beidseitig kurz andünsten und auf die angerichteten Teller dekorativ auf den Salat geben.



Chochete vom 3.Juni 2008 von René Zürcher

Zutaten für 4 Personen	Pouletbrust in spanischer Orangensauce mit Frühlingsgemüse
• 4 Poulebrüste • 3 Orangen • 1 Limette • 150 g Butter • 100 ml spanischer Weisswein • 8 Rüebli, junge, feine • 8 Lauchzwiebeln • Puderzucker • Salz, Pfeffer aus der Mühle • Trockenreis	50 g Butter in einer tiefen Pfanne schmelzen, einen Hauch Puderzucker hineingeben. Die geputzten Rüebli und Lauchzwiebeln <u>getrennt</u> in die Butter geben, mehrere Male wenden und glasieren. Herausnehmen und beiseite stellen. Die gesalzenen und gepfefferten Pouletbrüste auf beiden Seiten in heisser Butter je 1 - 2 Minuten bräunen. Herausnehmen und warm stellen. Die Pfanne mit dem Weisswein ablöschen, den Saft der Orangen und der Limette dazugeben. Die Rüebli (ohne Lauchzwiebeln) in die Sauce geben, bei kleiner Hitze 5 Minuten köcheln lassen. Reis in Bouillon aufkochen und warm halten. die Hitze unter der Pfanne auf kleinste Flamme reduzieren und die Pouletbrüste zurück in die Sauce geben und zugedeckt 20 Minuten ziehen lassen. Die Sauce darf auf keinen Fall kochen. Die Pouletbrüste nochmals herausnehmen, die Sauce erhitzen - aber nicht kochen - und mit eiskalter Butter montieren. (Für die fettreduzierte Version die Sauce erst mit etwas Maisstärke binden, aufkochen lassen, dann leicht abkühlen und nur etwas kalte Butter dazugeben). Die Pouletbrüste zusammen mit den beiseite gestellten Frühlingszwiebeln nochmals kurz in die Pfanne zurückgeben und in der heissen Sauce ziehen lassen. Auf heissen Tellern zusammen mit etwas Reis dekorativ anrichten und sofort servieren.
Zutaten für 8 Personen	Melocoton al amaretto
• 1 Dose Pfirsiche, halbe • Amarettini Biskuits • 6 cl Amaretto • 80 g Marzipan - Rohmasse • 2 Eigelb • etwas Butter • 125 ml Wasser • 8 cl Pfirsichlikör • Mandeln, gehobelt • etwas Schlagrahm	Den Backofen auf 200° C vorheizen. Amarettini fein zerkleinern und mit dem Amaretto übergiessen. Die Marzipan-Rohmasse in Stückchen zerteilt zufügen, das Eigelb dazufügen und alles zu einer cremigen Masse verrühren. Die Pfirsichhälften mit der Schnittfläche nach oben in eine feuerfeste Form setzen und die Füllung darauf verteilen. Mit ein paar gehobelten Mandeln bestreuen. Das Wasser mit dem Pfirsichlikör in die Form giessen. Die Pfirsiche auf mittlerem Einschub 12 - 15 Minuten überbacken. Am Schluss in Dessertgeschirr geben und mit ein wenig Schlagrahm garnieren. Que aproveche !