



Datum: 2. November 2004 Chochender: René Zürcher	
Planter's Punch Sardellos y arepitas de yuca	
Ensalada de pollo con curry y mango	
Pescado frito en salsa de coco con arroz calabaza	
Platanos picante con helado de vanilla	



Kochete vom 2. November 2004 *rené Zürcher*

Zutaten für 4 Personen	Planters Punch Sardellos an Arepitas de yuca
Cocktail: (Menge pro Drink) • 6 cl Rum • 8 cl Orangensaft • 2 cl Grenadine • 2 cl Zitronensaft • 4 cl Ananassaft • Ananasstücke, Cocktailkirschen Sardellos • 180 gr Blätterteig rechteckig ausgewallt • 10-12 Sardellenfilets • 1 Eigelb verschlagen mit 1 EL Milch Arepitas de yuca • 900 gr Yuca (Maniokwurzel) • 2 Eier • 1 Tasse Erdnussöl • 2 EL Butter • ½ TL Anis • 3 TL Salz • etwas Pfeffer	Den Shaker halb mit crushed Ice füllen. Grenadine, die Säfte und den Rum hinein geben und alles kräftig schütteln. Einige Eisstücke in ein Longdrink- oder Cocktailglas geben und den Inhalt des Shakers durch ein Barsieb dazugliessen. Ananasstücke und Cocktailkirschen auf einen Spiess stecken und auf den Glasrand legen. Den ausgewallten Blätterteig der Länge nach halbieren, so dass zwei gleichgrosse Rechtecke entstehen. 1,5 cm vom Teigrand beginnend eine Reihe mit, der Länge nach halbierten, Sardellen belegen. Auf diese Weise in gleichem Abstand 2 weitere Sardellenreihen auflegen. Den Teig zwischen den Sardellen mit der Ei-Milchmischung bestreichen und die zweite Teighälfte über das Ganze legen und mit den Fingerspitzen fest andrücken. Ca eine halbe Stunde im Kühlschrank kühlen. Ofen auf 200 °C vorheizen, das Teigrechteck quer zu den Sardellen in lange, 3-5 mm dicke Streifen schneiden und mit der flachen Seite auf ein Backblech legen. Ca 6-10 Minuten goldig backen. Den Yuca schälen, waschen und mit der Röstiraffel reiben. Den geriebenen Yuca mit den Eier vermengen, Butter, Salz und Anis hinzufügen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, den Teig in esslöffelgrossen Häufchen ins heisse Öl geben und kleine Reibekuchen (arepitas) daraus backen. Die Arepitas beidseitig goldbraun backen und auf Küchenpapier überschüssiges Fett abtropfen lassen. TIP: Wenn der Teig zu flüssig ist, löffelweise Mehl untermischen.
Zutaten für 4 Personen	Ensalada de pollo con curry y mango
• 4 Stück Pouletbrust • ½ Mango, reif • 1 Zweig Petersilie, gehackt • 1 Chilischote rot • 1 Eichblattsalat • 1 Lollo Salat rot für die Sauce • 80 ml Mangonektar • 2 EL Creme fraiche • 1 TL scharfes Ketchup • 1 TL hot Papayasauce • ½ Würfel Hühnerbouillon • 1 Knoblauchzehe zerdrückt • 1 Frühlingszwiebel, fein gehackt • 1 Zweig Petersilie, fein gehackt • Salz, Pfeffer aus der Mühle	Die Pouletbrüste nur leicht würzen, in etwas Öl anbraten, bis sie gar sind, dabei jedoch nicht bräunen. In zentimetergrosse Stücke, Würfelchen oder Streifen schneiden und beiseite stellen. Creme fraiche, Saucen, Gewürze, Knoblauch, Zwiebeln, Suppenwürfel und Mangonektar mit dem Mixer oder Pürierstab pürieren bis eine cremige Sauce entsteht. Pikant abschmecken. Mango waschen, schälen, entkernen und in Scheiben schneiden. Salate waschen, abtropfen und die schönsten Blätter dekorativ auf Tellern legen. Mangoscheiben und Pouletstücken schön darauf anrichten und die Currysauce darüber giessen. Mit gehackten Petersilie und in feinen Scheiben geschnittenen Chillischoten bestreuen. Mit gerösteten Wurzelbrotscheiben servieren.
Zutaten für 4 Personen	Pescado frito en salsa de coco con arroz calabaza
• 4 Fischfilets, z.B. Rotbarsch • 4 Knoblauchzehen, zerdrückt • 2 TL Salz • ½ TL Oregano • ¼ TL Pfeffer • 4 EL Limonensaft • etwas Mehl • Olivenöl Kokossauce • 1 Chilischote, grün • 1 Lorbeerblatt • 1 EL Petersilie, gehackt • 1 EL Koriander, gehackt • 2 EL Tomatenmark • 350 ml Kokosmilch • Salz, Pfeffer aus der Mühle Kürbis • 125 gr Butter oder Olivenöl • 2 Knoblauchzehen zerdrückt • 4 Frühlingszwiebeln • 240 ml Gemüsebouillon • 2 Zweige Thymian, frisch • 400 gr Kürbis (Butternuss) • 1,5 TL gemahlener Piment • Salz, Pfeffer aus der Mühle Reis • 300 gr Uncle Ben's wilder Reis	Knoblauch, Salz, Pfeffer; Oregano und Limonensaft vermischen, die Filets marinieren und etwa ½ Stunde in Kühlschrank stellen. Danach die Marinade abtropfen lassen und aufbewahren. Die Filets mit Mehl bestäuben und im heissen Öl ca. 2-3 Minuten auf jeder Seite bräunen. Vorsichtig herausnehmen und warm stellen. Für die Kokossauce die entkernten und fein gehackten Chilichoten bei milder Hitze in etwas Öl anbraten bis sie weich sind. Die restliche Fischmarinade dazugliessen und alle Zutaten ausser der Kokosmilch dazurühren. Nach etwa 2 Minuten die Hitze reduzieren, die Kokosmilch dazugliessen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vorsicht beim Erhitzen, da die Kokosmilch bei zu starker Hitze flockig wird. Warm stellen und vor dem Servieren das Lorbeerblatt entfernen. Die Butter schmelzen und darin Knoblauch und Zwiebeln sautieren, bis sie glasig sind. Ein Drittel der Bouillon hinzufügen und zum Kochen bringen. Anschliessend die Gewürze und die Kürbiswürfel hineingeben und zugedeckt, bei geringer Hitze nur solange garen, bis der Kürbis noch gut bissfest ist. Alles schön auf vorgewärmten Teller anrichten und mit Reis servieren.

Vanilleparfait

- 6 Eigelbe
- 150 gr Zucker
- 250 ml Milch
- ½ Vanilleschote
- 350 ml Schlagrahm
- **gewürzte Bananen**
- 8 kleine Bananen
- 30 gr Butter
- 1 EL Limonensaft
- 100 gr brauner Zucker
- 4 cl Rum
- ½ frisch geriebene Muskatnuss
- ½ gemahlener Zimt
- ½ gemahlener Piment
- ½ Orange (Schale und Saft)
- 1 Prise Salz
- Schokoladenröllchen zum garnieren

Für das Parfait die Eigelbe mit dem Zucker schaumig rühren.

Die Milch mit der aufgeschlitzten Vanilleschote aufkochen. Vom Herd nehmen und zugedeckt ein paar Minuten stehen lassen. Die Vanilleschote entfernen und das Mark in die Milch zurückstreifen.

Die heisse Vanillemilch vorsichtig unter die Eigelbmasse rühren. In eine Kasserolle umfüllen und die Creme unter ständigem Rühren erhitzen, bis sie leicht angedickt auf dem Löffel liegen bleibt. Sie darf keinesfalls kochen, sonst gerinnt die Sauce.

In eine Schüssel umfüllen und mit dem Mixer kalt schlagen.

Den steif geschlagenen Rahm unter die erkaltete Creme ziehen.

Jetzt entweder in Eismaschine abfüllen oder etwa 4 Stunden in den Gefrierschrank.

Die geschälten Bananen schräg halbieren, die Butter zerlassen und die Bananen von allen Seiten kurz anbraten, danach sofort mit dem Limettensaft ablöschen. Bananen und Saft beiseite stellen. Den Zucker in der selben Pfanne karamellisieren, mit dem Rum ablöschen. Muskatnuss, Zimt und Piment untermischen, Orangenschale und Saft einrühren. Eine Prise Salz dazu geben und mit dem Schneebesen gut rühren, bis der Zucker aufgelöst ist. Die Bananen mit dem Saft wieder dazugeben und etwa 2 Minuten vorsichtig durchschwenken. Die Bananen mit etwas Saft in tiefen Tellern anrichten, das Parfait in etwa 3 cm grossen Würfeln darauf verteilen.

Mit Schokoladenröllchen und Minze ausgarnieren und sofort servieren.