



Datum: 3. November 2009	Caribbean
Chochender: René Zürcher	
Bahama Mama Drink & Caribbean Fishballs	
gratinierte Avocados mit Trüffel- Crème-fraîche und Tortillahaube	
kreolischer Crevetten-Mango- Salat	
Hühnchen in Kokos- Bananensauce mit Gemüse kreolischer Art, dazu Calypsoreis	
Orangen-Passionsfrucht-Sorbet an Grand Marnier	



Kochete vom 3. November 2009 René Zürcher

Zutaten für 4 Personen	Bahama Mama et Caribbean Fishballs
Cocktail: (Menge pro Drink) • 3 cl dunkler Rum • 3 cl Southern Comfort • 2 cl Orangensaft • 2 cl Ananassaft • 1 Spritzer Grenadine • Orangenschnitt und Marascino-Kirsche Fischbällchen: (ca 30 Stück) • 500g Kartoffeln, gekocht • 40g Butter • 2 Eidotter • 50g Edamer, gerieben • 1 EL Peterli, fein gehackt • 1 Zwiebel, fein gehackt • 500g Weissfisch fein gehackt • Mehl zum Rollen • 50g Paniermehl • 1 Ei, geschlagen • Frittieröl • Salz, Pfeffer • Dip-Sauce nach Wahl	Im Shaker alle Zutaten gut schütteln und in ein gefrostetes und mit Eis gefülltes Glas geben. Mit Maraschinokirsche und Orangenspalte garnieren. Die gekochten Kartoffeln zerdrücken und mit 25 g Butter, Eidottern, Käse und Peterli vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In der restlichen Butter die Zwiebel anbraten, aber nicht braun werden lassen. Die Zwiebel und den Fisch unter die Kartoffelmasse heben und daraus etwa 1-2 cm grosse Bällchen formen: das geht am besten, wenn man mit dem Esslöffel Bällchen absticht und diese in das Mehl fallen lässt. Sobald sich eine Mehlschicht gebildet hat, kann man die Bällchen wunderbar rollen. Die Bällchen in Mehl rollen, in das geschlagene Ei tauchen und im Paniermehl wälzen. Auf eine beschichtete Backfolie legen und bis zum Braten kaltstellen. Das Fritieröl in der Friteuse oder einer tiefen Pfanne auf 195°C erhitzen und die Bällchen goldgelb ausbacken. Danach auf Haushaltspapier abtropfen lassen. Mit Dip-Sauce servieren.
Zutaten für 4 Personen	Gratinierte Avocados
• 3TL Trüffelöl • 4 EL Crème fraîche • 1 Knoblauchzehe • 50 g Tortillachips • 50 g Chorizzo • ½ Bund Koriander • 1 EL geriebener Parmesan • 2 Avocados • 1 TL Zitronensaft • Salz, ev. Pfeffer • etwas Kresse für Deko	Trüffelöl und Crème fraîche mischen, Knoblauch dazupressen. Mit Salz und ev. etwas Pfeffer würzen. Tortillachips in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Wallholz oder von Hand fein zerbröseln. Chorizzo in sehr kleine Würfelchen schneiden. Koriander fein hacken und mit Parmesan, Tortillabröseln und Wurst mischen (geht am Besten im Gefrierbeutel mit schütteln). Backofen auf 200°C vorheizen. Avocados halbieren, Kerne entfernen und noch etwas mehr aushöhlen. Schnittfläche mit Zitronensaft bestreichen. Auf ein Kuchenblech setzen und mit getrüffelter Crème fraîche füllen. Tortillabröselmix grosszügig darüber streuen und die Avocados in Backofenmitte 15 Minuten backen. Zur Dekoration ein Tortilla-Chips als "Segel" verwenden, etwas Kresse zum garnieren und mit kleinem Löffel servieren.
Zutaten für 4 Personen	kreolischer Crevetten-Mango-Salat
• 12 Crevetten, roh • 1 kleine Mango, reif • 1 TL Senf (Dijon) scharf • 1 EL Crème fraîche • 1 Eigelb (oder fertige Mayonnaise) • 1 Msp. Kurkuma • 1 Chilischote fein gehackt • 1 Schuss Rum, braun • Salz, Pfeffer • einige Salatblätter • etwas Schnittlauch	Die Mangos schälen, halbieren und entkernen. Ein Teil der Mango in feine Stäbchen schneiden, der Rest in kleine Würfel zerkleinern. In einer Schüssel das Eigelb, den Senf und schliesslich das Pflanzenöl nach Bedarf zu einer festen Mayonnaise mixen. Dann die Crème fraîche unterziehen. Salz, Pfeffer, braunen Rum, Kurkuma, die gehackte Chilischote und die kleinen Mangowürfel hinzufügen. In einer Bratpfanne die Crevetten ganz kurz in heisser Butter anbraten. Auf einem Salatblatt, zusammen mit den Mangosalat und den restlichen Mangostreifen anrichten und mit etwas Schnittlauch garnieren.

Zutaten für 4 Personen	Hühnchen in Kokos-Bananensauce mit kreolischem Gemüse
• 2 Pouletbrüste • 2 Bananen • ½ Tasse Hühnerbouillon • 1 Schalotte • 1 Knoblauch • 400ml Kokosmilch • Cayennepfeffer • Sambal Oelek, optional • 1 TL Koriander, gemahlen • ½ TL Kurkuma, gemahlen • Pfefferkörner, grün • Salz • Zucker, braun • Kokosnuss, frisch oder geraspelt • ½ Zitrone • Bananenliqueur Gemüse: • je 1 rote, gelbe und grüne Peperoni • 1 Zwiebel • etwas Tomatenmark aus der Tube • etwas Oel zum anbraten • ½ TL Piment • Salz, Cayennepfeffer • Knoblauch, granuliert Calypsoreis: • Reis (ca 60g pro Person) • Bouillon • Caribbean-Gewürz • Muskat • Kurkuma • Salz	Pouletbrustbrust in Würfel oder Streifen schneiden. In etwas Erdnussöl portionsweise anbraten. Herausnehmen, salzen, mit Cayennepfeffer bestäuben und abdecken. Schalotten in Würfelchen schneiden, ebenso den Knoblauch und in der Pfanne glasig werden lassen. Die in Scheiben geschnittenen Bananen dazu geben und anbraten. Mit der Kokosmilch ablöschen und die Hühnerbrühe zugeben. Etwas einkochen lassen. Mit ein wenig Zitronensaft beträufeln. Das angebratene Hühnchen wieder dazu geben. Jetzt wird gewürzt: Ein gestrichener Teelöffel gemahlener Koriander, ein halber Teelöffel gemahlener Kurkuma, Salz, eine Prise brauner Zucker und einige getrocknete grüne Pfefferkörner dazu geben und noch ein wenig köcheln lassen. Abschmecken und ev. etwas Sambal Oelek dazugeben. Am Schluss etwas Bananenliqueur zum verfeinern. Wer mag, reibt noch ein wenig frische Kokosnuss darüber oder nimmt Kokosraspeln. Peperoni grob schälen und zusammen mit der Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Anschliessend in Oel ca 5-10 min anbraten, dann das mit wenig Wasser verdünnte Tomatenmark und das Piment unterheben. Alles mit Salz, Cayenne und Knoblauch abschmecken. Wasser für Reis aufkochen und mit Bouillon, Caribbean-Gewürz, Muskat, Kurkuma sowie Salz pikant abschmecken. Danach Reis zugedeckt darin ziehen lassen und ev. mit etwas Butter verfeinern. Zusammen mit Fleisch und Gemüse auf heissen Tellern anrichten
Zutaten für 4 Personen	Orangen-Passionsfrucht-Sorbet an Grand Marnier
• 4 Orangen (Navel) • 2 Passionsfrüchte • 125g Zucker • 3 EL Grand Marnier • 2 Eiweiss • Puderzucker • Dekor: Schokolade, Minzeblätter, Mandarine, Sternfrucht oder Kiwi	Von den Orangen am Stielansatz einen Deckel abschneiden und vorsichtig mit Messer und Löffel das Fruchtfleisch vollständig entfernen. Vorsicht - nicht die Fruchtschalen beschädigen, da diese später mit dem Sorbet gefüllt werden und als Dessertschale benötigt werden. Danach die ausgehöhlten Orangenfruchthüllen mit Deckel in den Gefrierschrank geben. Die Passionsfrüchte auskratzen und zusammen mit dem Fruchtfleisch der Orangen mit einem Pürierstab zu einem Fruchtmus verarbeiten. Zusammen mit dem Zucker das Fruchtmus bei kleiner Flamme und unter ständigem Rühren zum Sieden bringen und etwas reduzieren. Danach durch ein Sieb passieren und im Kühlschrank auskühlen lassen. Das Eiweiss sehr steif schlagen und mit einem Metall-Löffel vorsichtig nach und nach dem Fruchtmus unterheben. Danach Grand Marnier beigeben. In der Eismaschine ca. 30 min rühren lassen. Ohne Eismaschine: Sorbetmasse in den Gefrierschrank stellen und während der Auskühlphase etwa alle 30 min gut verrühren um ein Absetzen der Wasseranteile zu verhindern. Danach das Sorbet in die Fruchthüllen der Orangen füllen und vorsichtig die Deckel wieder auflegen und bis zum Gebrauch in den Gefrierschrank geben. Auf Teller oder Schale mit Deko garniert servieren.