



Chochete vom 09.11.2023

nach Rezept von Küde

1. Gang: Vorspeise
Blumenkohlsuppe

Getränke:
Weisswein

2. Gang: Hauptspeise
Brasato al Barolo mit Polenta

Getränke:
Rotwein, Grand Barossa

3. Gang: Dessert
Beerentraum im Glas

Getränke:



Vorspeise: Blumenkohlsuppe

Zutaten:

1	EL	Butter
1		Zwiebel
1		Blumenkohl (ca. 600 g)
1	EL	Öl
8	dl	Bouillon
1	dl	Vollmilch
150	g	griechisches Joghurt nature
		Salz, Pfeffer nach Bedarf
1	Bund	Petersilie
3	EL	Kürbiskerne
4		hart gekochte Eier



Zubereitung:

1. Zwiebel schälen, mit Blumenkohl in Stücke schneiden. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Gemüse ca. 2 Min. andämpfen.
2. Bouillon und Milch dazu giessen, aufkochen. Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 15 Min. weich köcheln. Suppe pürieren, Joghurt daruntermischen, würzen.
3. Petersilie fein schneiden, mit den Kürbiskernen in einer Bratpfanne ca. 2 Min. ohne Fett rösten. Eier schälen, fein hacken, mit den Kernen auf der Suppe verteilen.

Dazu passt ein Glas Weisswein



Hauptspeise :
Brasato al Barolo mit Polenta

Zutaten:

1.2	kg	Rindsbraten (Schulter)
1		kleines Rüebli
1		Stängel Stangensellerie in Würfeln
0.5		kleiner Lauch in Stücken
1		Zwiebel in Stücken
3		Knoblauchzehen
0.33	EL	schwarze Pfefferkörner
7.5	dl	Rotwein (z. B. Barolo)
1	TL	Salz
		Öl zum Braten
2	EL	Tomatenpüree
1		Lorbeerblatt
1		Nelke
		Salz, Pfeffer, nach Bedarf



Zubereitung:

Schmorrindsbraten

1. Fleisch und alle Zutaten bis und mit Wein in eine grosse Schüssel geben, zugedeckt im Kühlschrank ca. 12 Std. marinieren, dabei einmal wenden.
2. Fleisch herausnehmen, trocken tupfen. Marinade absieben, Gemüse und Marinade separat beiseitestellen. Fleisch salzen.
3. Öl im Brattopf heiss werden lassen. Fleisch bei grosser Hitze rundum ca. 10 Min. anbraten, herausnehmen. Hitze reduzieren, Bratfett auftupfen, evtl. wenig Öl begeben.
4. Beiseite gestelltes Gemüse andämpfen. Tomatenpüree begeben, ca. 5 Min. weiterdämpfen. Lorbeerblatt, Nelke und die Hälfte der beiseite gestellten Marinade begeben, fast vollständig einkochen. Fleisch und restliche Marinade begeben.
5. Schmoren: zugedeckt ca. 2½ Std. in der unteren Hälfte des auf 150 Grad vorgeheizten Ofens, Braten dabei einmal wenden.
6. Braten herausnehmen, zugedeckt ca. 10 Min. stehen lassen. Lorbeerblatt und Nelke entfernen. Sauce mit dem Gemüse pürieren, evtl. absieben, würzen. Braten quer zur Faser tranchieren.

Chochclub Pfanneschmöcker

www.pfanneschmöcker.ch



Polenta

Zutaten:

1		Zwiebel
1		Knoblauchzehe
1	EL	Butter
8	dl	Gemüsebouillon
250	g	mittelfeiner Maisgriess (4 Min.)
50	g	Butter
		Salz, nach Bedarf wenig Pfeffer



Zubereitung:

Polenta

1. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken. Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Knoblauch andämpfen, Bouillon dazu giessen, aufkochen.
2. Maisgriess einrühren, Hitze reduzieren, unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 4 Min. zu einem dicken Brei köcheln. Butter darunter rühren, würzen.

Tipp: Reibkäse dazu servieren.



Dessert :
Beerentraum im Glas

Zutaten:

250	g	gefrorene Himbeeren (für 4 Pers. empfehle ich ca. 300g)
1	dl	Rahm
150	g	Naturejoghurt
125-200	g	Mascarpone
250	g	Magerquark
100	g	Zucker
1	P.	Sahnesteif
1	P.	Vanillezucker
		Krokant oder Guetzli für Glasboden nach Belieben



Zubereitung:

Rahm zusammen mit Vanillezucker und Sahnesteif schlagen. Quark, Joghurt, Mascarpone und Zucker verrühren (mit Stabmixer) bis die Zucker aufgelöst ist. Rahm unterschlagen.

Das Einfüllen kann beginnen. Krokant, Masse, Himbeeren - Vorgang wiederholen bis alles aufgebraucht ist.