KOCHCLUB MALFATTI

Menü vom 24. September 2013

Frische Forellenfilets all'Andrea

Pouletmedaillons mit Senfkörnern und Kürbis

Feigenbecher

Angaben für 4 Personen

Kochgruppe:

Bär Walter
Fux Bruno
Hauri Michel
Müller Uwe

Frische Forellenfilets all'Andrea

4 Forellenfilets (frisch)
12 Cherrytomaten
1 milde, grosse Zwiebel
1 oder 2 rote Chili
1 Bund Peterli oder 1 Bund Koriander, je nach Geschmack
1 Zitrone
Salz
Pfeffer
Olivenöl

Tomaten, Chili und Zwiebeln sehr fein würfeln. Peterli oder Koriander sehr fein häckseln.

Alle Zutaten mischen und mit Olivenöl, Zitronensaft, Salz und evtl. Pfeffer abschmecken.

Die Forellenfilets kurz in Butter anbraten.

Beilage und Forellenfilets auf Teller anrichten. Dazu passt frisches Baguette.

Pouletmedaillons mit Senfkörnern und Kürbis

3 Teelöffel Senfkörner, hell
½ Teelöffel Fleur de sel, ersatzweise grobes Meersalz
20 Salbeiblätter
4 Pouletbrüstchen
12 Tranchen Bauernspeck, dünn geschnitten; ersatzweise magerer Bratspeck
500 g Kürbis, (z.B. Butternuss oder Hokaido)
3 Esslöffel Olivenöl
Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
25 g Butter
1 dl Noilly Prat
2 dl Hühnerbouillon
150 g Crème fraîche

In einer kleinen Pfanne die Senfkörner bei Mittelhitze sanft rösten, bis sie anfangen zu platzen. In einen Mörser geben. Das Salz beifügen und alles leicht zerstossen.

6–8 Salbeiblätter – je nach Grösse – in feine Streifen schneiden und diese hacken.

Jedes Pouletbrüstchen in 3 Stücke schneiden, dabei jeweils das spitz zulaufende Ende etwas grösser bemessen. Die Pouletmedaillons auf der Oberseite mit der Senfkörnermischung bestreuen und mit je 1 Salbeiblatt belegen. Mit einer Speck-tranche umwickeln und diese mit einem Zahnstocher fixieren.

Die Schale vom Kürbis abschneiden, die Kerne und allfälliges schwammiges Inneres entfernen und das Fruchtfleisch in knapp 1 cm dicke Schnitze in der Grösse von Ap-felschnitzen schneiden.

Die Pouletmedaillons in 2 Portionen anbraten: Dazu in einer Bratpfanne das Olivenöl kräftig erhitzen und die Medaillons darin auf der Oberseite 1 Minute anbraten, dann wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls 1 Minute anbraten. Auf einem Kuchen-gitter, unter welches man einen grossen Teller stellt, abkühlen lassen.

Im Bratensatz die Butter schmelzen. Die Kürbisschnitze hineingeben und von beiden Seiten goldbraun und weich braten. Am Schluss mit Salz und Pfeffer würzen. Mit den Pouletmedaillons in eine grosse Platte geben.

Im Bratensatz die gehackte Salbei leicht anbraten. Aus der Pfanne nehmen und bei-seite stellen. Dann den Noilly Prat und die Bouillon beifügen und den Bratensatz auf-lösen. Durch ein feines Siebchen in eine kleine Pfanne umgiessen. Den Jus auf grossem Feuer auf etwa 1 dl einkochen lassen. Die Crème fraîche beifügen und die Sauce noch so lange kochen lassen, bis sie leicht bindet. Zuletzt die angebratene Salbei beifügen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Beiseite stellen.

Etwa 30 Minuten vor dem Servieren den Ofen auf 220 Grad vorheizen.

Die Pouletmedaillons im 220 Grad heissen Ofen auf der mittleren Rille etwa 15 Minu-ten braten.

Kurz vor Ende der Bratzeit die Sauce nochmals erhitzen.
Die Pouletmedaillons auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit Sauce umgiessen und mit Kürbis garnieren. Man kann die Medaillons auch in der Platte servieren und die Sauce separat dazu reichen.

Wünscht man eine weitere Beilage, passen in Olivenöl gebratene kleine Schalenkartoffeln, gewürzt mit etwas Salbei, gut dazu.

Feigenbecher

3 dl Orangensaft
45 g Vanillepuddingpulver zum Kochen
250 g Mascarpone
2 EL Rohrzucker
5 Feigen
50 g harte Amaretti
Pfefferminze zum Garnieren

Orangensaft aufkochen. Pfanne vom Herd nehmen, Puddingpulver in den Saft einrühren. Unter kräftigem Rühren ca. 2 Minuten köcheln lassen. In eine Schüssel giessen. Creme direkt mit der Folie bedecken und erkalten lassen.

Mascarpone mit Zucker glattrühren. Orangencreme dazu rühren.

4 Feigen würfeln. Amaretti zerdrücken. Beides mit Creme lagenweise in Gläser schichten.

Restliche Feige in Schnitze schneiden. Creme mit Feigenschnitzen und Minze garnieren.