

# Menu für 284. Chochete vom 9. Mai 2025

Gemüse-Crostini

\*\*\*\*

Lachs- Mango-Tatar

\*\*\*\*

Rote Paprika- Chili- Suppe  
mit Burrata

\*\*\*\*

Lammrücken mit Portweinsauce  
Maispolenta und Brokkoli

\*\*\*\*

Geröstete Rhabarber- Erdbeer-  
Joghurt- Creme

Weisswein: Gros Rhin, 2023, Fernand Cina

Rotwein: Grande Réserve, 2022, Ferdinand Cina

Abendchef: Ralph Sauter

## **Gemüse-Crostini**

**Zutaten für 6 Personen**

**Ergibt ca. 12 Stück**

1 Stk	mittleres Rüebli
1 Stk	mittlerer Zucchini
1 Stk	Frühlingszwiebel
1 EL	Butter
	Salz, Pfeffer
75 g	Gruyere
1 Stk	Eigelb
1 EL	Doppelrahm
1 Prise	Paprika
6 Scheiben	Toastbrot oder 8 Pariserbratscheiben

### **Zubereitung**

Das Rüebli schälen, Vom Zucchini nur den Stielansatz wegschneiden. Beide Gemüse mit Röstiraffel reiben.

Frühlingszwiebel mitsamt schönem Grün hacken. In einer beschichteten Bratpfanne mit warmer Butter kurz andünsten.

Rüebli und Zucchini beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und unter Wenden knackig dünsten. Auskühlen lassen

Den Gruyère ebenfalls an der Röstiraffel reiben. Mit dem Eigelb, dem Doppelrahm und dem ausgekühlten Gemüse mischen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Die Toastbratscheiben diagonal halbieren; Pariserbratscheiben ganz belassen. Die Gemüsemasse darauf verteilen. Die Crostini auf ein Blech geben.

Die Gemüse-Crostini auf der zweituntersten Rille im auf 220 Grad vorgeheizten Ofen während 10 – 12 Minuten backen. Heiss servieren.

# Lachs-Mango-Tatar

## Zutaten für 6 Personen

1 Stk	Knoblauchzehe
1 cm	Ingwer
2 Stk	Frühlingszwiebeln
0.5 Stk	Mango
1 Stk	Zitrone
1 Beet	Kresse
150 g	Lachsfilet Sushi o Haut (gefroren)
100 g	Lachs geräucht
20 g	Natives Olivenöl extra
200 g	Schmand

Schmand ist in der Schweiz in der Regel nicht erhältlich.  
Crème fraîche mit saurem Halbrahm im Verhältnis 1:1 mischen.  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung

Knoblauch und Ingwer schälen und sehr fein würfeln.

Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Mango von der Schale und Stein befreien und in kleine Würfel schneiden.

Zitrone waschen, trocken reiben und halbieren. Von der einen Hälfte die Schale fein abreiben, die halbe Frucht auspressen. Die restliche Hälfte halbieren und in Scheiben schneiden.

Das Lachsfilet waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden.

Vom gerauchtem Lachs auch kleine Würfel schneiden.

Mit Knoblauch, Ingwer, Frühlingszwiebeln, Mango, Öl, 1 EL Zitronensaft, sowie etwas Salz und Pfeffer verrühren.

Tatar gleichmässig auf 6 Tellern in Ringe (7.5 cm) anrichten und glatt streichen.

Schmand, übriger Zitronensaft und -schale sowie Salz und Pfeffer verrühren.

(Achtung: Zitronensaft nach Bedarf)

Die Ringe entfernen und je einen Löffel voll auf das Tatar geben. Mit

Zitronenscheiben und Kresse (vom Beet schneiden) garnieren.



# Rote Pepperoni- Chili- Suppe mit Burrata

## Zutaten für 8 Personen

750 g	Pepperoni rot
75 g	Chili rot (je nach Gusto, Menge und «Hot» oder «normal»)
120 g	Zwiebeln rot netto
140 g	Kartoffeln
80 g	Olivenöl
8 dl	Gemüsefond
4 Stk	Burrata kleine Kugeln
	Salz, Pfeffer

## Zubereitung

Die rote Paprika waschen und trocken. Auf ein Backblech legen und im Backofengrill bei 240 Grad ca. 15 Min. rösten bis die Haut schwarze Blasen wirft. Herausnehmen und mit einem feuchten Tuch 10 Min. abdecken oder in einem Plastikgeschirr luftdicht verschliessen. Häuten, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Aus 1 viertel kleine Würfel schneiden (Garnitur). Restliche in grobe Stücke schneiden. Chili halbieren das Kerngehäuse und Samen entfernen (weniger Schärfe) und fein schneiden.

Zwiebel halbieren und fein schneiden.

Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln bei mittlerer Hitze 2 Min. andünsten.

Geröstete Paprika, Chili und Kartoffeln zufügen, würzen mit Salz und Pfeffer. Mit dem Gemüsefond auffüllen und bei mittlerer Hitze 15 Min. köcheln lassen, nochmals abschmecken.

Basilikum- Zitronenöl durch ein feines Sieb passieren.

Die Paprikasuppe sehr fein pürieren und in tiefe Teller füllen. Jeweils 1 Burrata in die Suppe legen und mit den Paprikawürfel garnieren. Mit Basilikum-Öl beträufeln und die restlichen Basilikumblätter darauf verteilen. Servieren.

## Basilikum-Zitronenöl

1	Zitrone
4	Stiele Basilikum
160 g	Olivenöl

Zitrone waschen und trocknen. Schale fein abreiben. Von 3 Stielen Basilikum die Blätter abzupfen und fein hacken. Olivenöl in einer Sauteuse auf 60 Grad erhitzen Zitronenschale und Basilikum zugeben, verrühren und 30 Min. ziehen lassen.



# Lammrücken mit Portweinsauce, Maispolenta und Brokkoli

## Zutaten für 6 Personen

### Sauce

1 Stk	Orangen
100 g	Schalotten
1 Stk	Knoblauchzehe
10 g	Tomatenpüree
2 dl	Portwein
2 dl	Rotwein
5 dl	Lamm Fond
20 g	Maizena

### Fleisch

720 g	Lammrücken küchenfertig
40 g	Rapsöl
	Salz, Pfeffer

### Gemüse

500 g	Brokkoli
	Salz Pfeffer
20 g	Butter

### Mais

2 dl	Geflügelfond
150 g	Milch
50 g	Instant- Maisgriess (fein)
	Salz, Pfeffer, Muskat
20 g	Butter

### Zubereitung

Orangen putzen und 1 TL Orangenschale fein abreiben. Dann die Orangen filetieren und den Saft dabei auffangen. Schalotten und Knoblauch fein schneiden.

### Fleisch

Lammrücken trocken tupfen. Silberhaut und Sehnen entfernen. 10 g Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch rundherum mit Salz und Pfeffer würzen und im heissen Öl bei starker Hitze von jeder Seite 1 Min. braten. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und bei 160 Grad im Ofen 12 bis 15 Min. (Kerntemperatur 54 Grad) garen. Herausnehmen und zugedeckt 5 Min. ruhen lassen.

### Sauce

Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotte und Knoblauch 2 Min. dünsten. Tomatenpüree zugeben und kurz anrösten. Mit Port- und Rotwein ablöschen und um die Hälfte reduzieren. Lamm Fond und O-Saft zugliessen, aufkochen und 10 Min. köcheln lassen. Sauce durch ein Sieb in einen weiteren Topf passieren. Saucenansatz aufkochen und mit dem in Wein aufgelöstem Maizena leicht binden. Orangefilets in die Sauce geben und abschmecken.

**Gemüse**

Brokkoli putzen und im kochenden Wasser blanchieren, abschrecken im Eiswasser. Abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen Brokkoli bei mittlerer Hitze bissfest dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Orangenzeste würzen.

**Mais**

Geflügelfond und Milch aufkochen. Griess und 10 g Olivenöl unter Rühren zugeben. 10 Min. bei milder Hitze unterrühren kochen lassen. Nach 10 Min. die kalte Butter unterziehen und abschmecken.

Lammrücken in 2 cm dicken Scheiben schneiden und mit der Sauce Polenta und Brokkoli gefällig anrichten.





# Geröstete Rhabarber- Erdbeer- Joghurt- Creme

## Zutaten für 4 Personen

400 g	Rhabarber
1 Stk	Orangen
4 Stk	Kardamomkapseln
2 Stk	Vanilleschoten ausgekratzt
20 g	Honig flüssig
4 Stk	Erdbeeren
200 g	Griechisches Joghurt
20 g	Honig flüssig
20 g	Vanilleextrakt

## Zubereitung

Rhabarber schälen und in 3 cm Stücke schneiden.

Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Von den Orangen die Schale fein abreiben, halbieren und den Saft auspressen.

Alle Zutaten (Rhabarber, Orangen (Schale und Saft), Kardamomkapseln, Vanilleschoten und Honig flüssig) auch die Vanilleschote vermengen. Auf ein Backblech verteilen und etwa 14 Min. in der mittleren Schiene im Ofen backen. Nach dem backen die Schote und die Kapseln entfernen.

Erdbeeren putzen und in feine Scheiben schneiden und in die Gläser geben.

Griechisches Joghurt mit dem Honig und dem Vanilleextrakt verrühren und mittels eines Spritzsackes auf die Erdbeeren spritzen.

Rhabarber nun auf das Joghurt geben und zusätzlich etwas vom Bratensaft (Saft von Rhabarber, Orangen, Kardamomkapseln, Vanilleschoten und Honig flüssig) übergießen.

