



**Chochete vom 1. Februar 2016**

**Süsskartoffelsüppchen  
mit Kürbiskernrahm**

**\*\*\*\*\***

**Kalbsnierstück im Kräuterteig,  
Wintergemüse**

**\*\*\*\*\***

**Himbeer-Limetten-Trifle**

# Süßkartoffelsüppchen mit Kürbiskernrahm

- Zutaten:**
- 400 gr Süßkartoffeln
  - 1 Zwiebel
  - 1 kleine rote Chilischote
  - 3 Zweige Thymian
  - $\frac{1}{2}$  Esslöffel Butter
  - 7 dl Gemüsebouillon
  - 1 Esslöffel Kürbiskerne
  - 2 dl Rahm
  - $\frac{1}{2}$  Teelöffel Curry
  - Salz
  - schwarzer Pfeffer aus der Mühle
  - 2 Esslöffel Sojasauce

**Zubereitung:** Die Süßkartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und hacken. Die Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und in feine Streifchen schneiden. Die Thymianblätter von den Zweigen zupfen.

In einer mittleren Pfanne die Butter erhitzen. Zwiebel und Chilischote darin andünsten. Süßkartoffeln, Thymian und Gemüsebouillon beifügen und alles zugedeckt ca. 20 Minuten weich garen.

Inzwischen die Kürbiskerne rösten, bis sie sich leicht aufblähen. Abkühlen lassen, dann grob hacken. 1 dl Rahm zur Suppe geben und kurz mitkochen. Den restlichen Rahm (1 dl) nicht ganz steif schlagen, Mit Curry, Salz und Pfeffer würzen und die Kürbiskerne untermischen. Bis zum Servieren kühl stellen.

Die Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren. Wenn nötig mit etwas Wasser verdünnen und mit Sojasauce sowie wenn nötig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Servieren die Suppe nochmals aufkochen. In Tellern anrichten und den Kürbisrahm darüber verteilen.

# Kalbsnierstück im Kräuterteig, Wintergemüse

- |                               |                 |  |
|-------------------------------|-----------------|--|
| <b>Zutaten Teig</b>           | - $\frac{1}{2}$ | Bund grobblättrige Petersilie                      |
|                               | - 2             | Zweige Rosmarin                                    |
|                               | - 150 gr        | Mehl   |
|                               | - $\frac{1}{2}$ | Teelöffel Salz                                     |
|                               | - 20 gr         | geriebener Parmesan                                |
|                               | - 80 gr         | kalte Butter                                       |
|                               | - $\frac{1}{2}$ | Esslöffel Weissweinessig                           |
|                               | - 30 ml         | kaltes Wasser                                      |
| <b>Zutaten Fleisch</b>        | - 600 gr        | Kalbsnierstück (ohne Fettdeckel gewogen)           |
|                               | -               | schwarzer Pfeffer aus der Mühle                    |
|                               | - 1             | Esslöffel Bratbutter                               |
|                               | - $\frac{1}{2}$ | Esslöffel körniger Senf                            |
|                               | - 150 gr        | Blattspinat  |
|                               | - 60 gr         | Rucola   |
|                               | - 50 gr         | dünn geschn. Tranchen Bauern-Speck<br>(geräuchert) |
|                               | -               | etwas Fleur de Sel                                 |
| <b>Zutaten zum<br/>Backen</b> | - 1             | Eigelb   |
|                               | - 1             | Teelöffel Öl                                       |

## Zubereitung:

### Teig

Für den Teig die Petersilienblätter von den groben Stielen entfernen, die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und beides sehr fein hacken. Mit dem Mehl, dem Salz und dem Parmesan in eine Schüssel geben und mischen. Dann die Butter in Flocken dazuschneiden. Alles zwischen den Fingern bröselig reiben. Essig und Wasser beifügen und alles rasch zu einem glatten Teig zusammenkneten. In Folie gewickelt 30 Minuten kühl stellen.

## **Fleisch**

Inzwischen das Kalbsnierstück mit Pfeffer würzen. In einer Bratpfanne die Bratbutter rauchheiss erhitzen. Das Fleisch darin auf jeder Seite 2 Minuten anbraten. Abkühlen lassen. Anschliessend beidseitig mit dem Senf bestreichen.

Inzwischen den Spinat und den Rucola waschen und in eine Schüssel geben. 1.5 Liter Salzwasser aufkochen. Siedend heiss über das Gemüse geben, umrühren und so lange stehen lassen, bis Spinat und Rucola zusammengefallen sind.

Abschütten, kalt abschrecken und sehr gut ausdrücken.

Den Teig zwischen zwei leicht bemehlten Backpapieren zu einem grossen Rechteck auswallen. Das obere Backpapier abziehen. In der Mitte des Teiges die Specktranchen in der Länge des Fleischstücks und doppelt so breit auslegen. Das Spinat-Rucola Gemüse darauf verteilen. Das Fleisch darauflegen und den Teig zu einem Paket verschliessen.

Wenn nötig überschüssiger Teig abschneiden. Die Nahtseite sorgfältig nach unten drehen. Nach Belieben mit Teigresten garnieren. Bis kurz vor dem Backen kalt stellen.

Etwa 45 Minuten vor dem Backen das Kalbsnierstück aus dem Kühlschrank nehmen. Eigelb und Öl verrühren und das Teigpaket damit bestreichen.

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

Das Kalbsnierstück im Teig auf das vorbereitete Blech legen und im 200 Grad heissen Ofen (Umluft) auf der mittleren Rille je nach Dicke 25-30 Minuten backen. Dann den Ofen ausschalten, die Türe öffnen und das Kalbsnierstück unbedingt 10 Minuten ruhen lassen, damit das Fleisch noch leicht nachgaren und sich der Fleischsaft verteilen kann.

Das Fleisch nach dem Anrichten mit Fleur de Sel bestreuen.

# Himbeer-Limetten-Trifle

- Zutaten:**
- 1 Limette
  - 4 Esslöffel heisses Wasser
  - 2 Teelöffel Puderzucker (1)
  - 100 gr weisse Schokolade
  - 360 gr griechischer Joghurt nature (2 Becher 180 g)
  - 2 Esslöffel Puderzucker (2)
  - 8 Löffelbiskuits
  - 300 gr Himbeeren
  - 1 gehäufter Esslöffel Puderzucker (3)

**Zubereitung:** Die Schale von einer Limette fein abreiben. Den Saft der ganzen Limette auspressen.

1 Esslöffel Limettensaft mit dem heissen Wasser und mit dem Puderzucker (1) gut verrühren. Beiseitestellen.

Die weisse Schokolade fein hacken. In eine Metallschüssel geben und über einem heissen - nicht kochenden - Wasserbad schmelzen lassen. Dann den Joghurt, den Puderzucker (2), 1 Esslöffel Limettensaft sowie die abgeriebene Limettenschale unterrühren.

Die Löffelbiskuits halbieren. Jeweils abwechselnd mit der Limettencreme in 4 Gläser schichten, dabei jede Lage Löffelbiskuits mit der Limettensaftmischung beträufeln. Mindestens. 15 Minuten kalt stellen.

Die Himbeeren mit dem Puderzucker (3) fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Bis zum Servieren das Himbeerpüree kühl stellen.

Vor dem Servieren das Himbeerpüree über die Trifles in den Gläsern verteilen. Mit etwas Puderzucker bestäuben.