Chochete vom 7. März 2022

Wurzelgemüse Suppe

*****

Hummerschwänze auf Salicornes
und Kartoffelstampf

*****

Mango-Zitronen Mousse

*****

Wurzelgemüse Suppe

für 4 Personen

Zutaten:

- 1 kleine Zwiebel, fein geschnitten
- 400 g Wurzelgemüse (z.B. Peterliwurz, Pastinaken, Sellerie, Rüebli) in Würfel geschnitten
- 5 dl Gemüsebouillon
- 2 dl dunkles Bier
- 1 dl Rahm
- Olivenöl

Zubereitung:

1. Zwiebel im Olivenöl anschwitzen, Wurzelgemüse beigeben und kurz mitdämpfen. Mit der Bouillon und dem Bier aufgiessen, kurz aufkochen und anschliesend bei reduzierter Temperatr ca. 15-20 Minuten zugedeckt kochen.

2. Alles fein pürieren, Rahm beigeben, nochmals kurz erhitzen und abschmecken.

3. In vorgewärmte Teller oder Schalen füllen.

Servieren

Mit einem Rahmtupfer und etwas Aceto Balsamico garnieren.

Hummerschwänze

Für 4 Personen

Zutaten:

- 4 Hummerschwänze
- 60 g weiche Butter
- Limette (Abrieb)
- Salz
- Cajun
- Schnittlauch / Peterli

Zubereitung:

1. Mit einer Schere oder Messer die Oberseite der Hummerschwänze aufschneiden. Das Fleisch an der Unterseite lösen und nach oben pressen sodass sich der Panzer leicht öffnet.

2. Zitronenbutter: Butter, Salz, Cajun mischen. Nach Geschmack Zitrone (Abrieb und wenig Saft), Schnittlauch in feine Röllchen geschnitten beigeben und gut vermischen.
3. Ca. $\frac{2}{3}$ der Zitronenbutter auf die vorbereiteten Hummerschwänze verteilen und im vorgeheizten Ofen (Oberflächen Grill) auf der 2.-obersten Ofenschiene ca. 8-10 Minuten grillieren.
4. 2-3 Minuten vor Grillende die Hummerschwänze nochmals mit der restlichen Butter und etwas gehackem Peterli bepinseln.

Servieren

Zusammen mit den Salicornes und den Kartoffeln gefällig anrichten und sofort servieren.

Kartoffelstampf

Für 4 Personen

Zutaten:

- 500 g mehlige Kartoffeln, geschält
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Knoblauchzehen
- 50 g Butter
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss zum abschmecken

Zubereitung:

1. Salzwasser zusammen mit dem Rosmarin und Knoblauch aufkochen.

2. Kartoffeln beigeben und weich kochen.

3. Mit einer Gabel die gekochten Kartoffeln grob zerdrücken, Butter daruntermischen und abschmecken. Ev. Im Ofen bei 70 Grad warmhalten.

Salicornes

Für 4 Personen

Zutaten:

- 200 g Salicornes
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- ½ Zwiebel, fein gehackt
- 2 EL Olivenoel

Zubereitung:

1. Salicornes mit kaltem Wasser abspülen. In kochendem Wasser ohne Salz während 1 Minute blanchieren und danach sofort in Eiswasser abschrecken.

2. In einer Bratpfanne den Knoblauch und die Zwiebel im Olivenoel dünsten, Salicornes untermischen und unter regelmässigem rühren ca. 3 Minuten braten.

3. Nach Gusto mit etwas Butter oder Gemüsebouillon verfeinern und sofort servieren

Info Salicornes

Auch als „Meeresbohnen, Meerspargel, Meerfenchel, Queller" bekannt ist eine Alge die vorwiegend in den überfluteten Wattböden an den Meeresküsten der Nord-, Ostsee und Atlantik wachsen. Sie sind dank ihrem erfrischenden, leicht salzigen und pfeffrigen Geschmack sowie den enthaltenen Nährstoffen (Natrium, Kalium, Magnesium, Kalzium, Jod) sehr geschätzt.

Mango-Zitronen Mousse

4 Portionen

Zutaten:

- 2 Mango
- 1 ½ Limetten
- 2,5 dl Kokosmilch
- 50 g Zucker
- Chilipulver
- 2 Blatt Gelatine
- 2 dl Rahm

Garnitur:

- 1 EL Butter
- 1 EL brauner Zucker
- 1 EL Kokosraspel

Zubereitung:

1. 1 ½ Mango schälen und in kleine Stücke schneiden, die restliche Hälfte für die Garnitur beiseite stellen. Die Schale von den Limetten abreiben und zusammen mit dem Limettensaft, Zucker, Kokosmilch und etwas Chili fein pürieren.

2. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Danach in einer kleinen Schale im Wasserbad schmelzen und mit dem Mangopüree mischen

3. Rahm steif schlagen und unterheben.

4. In Dessertschalen abfüllen und kühl stellen.

5. In einer beschichteten Pfanne Zucker mit der Butter leicht karamellisieren. Kokosraspel dazugeben und bei mittlerer Hitze goldgelb braten. Raspeln beiseite stellen und zusammen mit den Mango Stücklein für die Garnitur bereit stellen.