

# **Säntis Chuchi Heiden**

**Chochette vom 01.03.18**

**Abmeldungen bis Mittwoch 28.02.18**

## **Menü**

**Fenchel – Cashew Suppe mit Wasabi  
und Oliven – Limetten - Pesto**

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

**Endiviensalat an Granatapfel – Dressing mit Mandelkartoffeln**

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

**Gefüllte Pouletrouladen mit Rotwein – Risotto  
und Romanesco Gemüse**

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

**Cappuccino - Cupcake**

# Fenchel – Cashew Suppe mit Wasabi und Oliven – Limetten - Pesto

( 4 Personen )

## Zutaten:

### SUPPE

1 EL Olivenöl  
1 Stück Zwiebel, in Stücken  
500 gr. Fenchel, in Stücken  
1.5 dl Gemüsebouillon  
80 gr. Wasabi Cashews  
Salz, Pfeffer

### Pesto

80 gr. Schwarze Oliven  
1 Limette  
0.5 dl Olivenöl

## Zubereitung:

SUPPE: Öl in der Pfanne erwärmen, Zwiebeln und Fenchel ca. 3 Min. andämpfen. Bouillon dazugiessen, aufkochen, bei mittlerer Hitze ca. 5 Min kochen. Cashews begeben, 5 Min. fertigmachen. Suppe pürieren und würzen

PESTO: Oliven fein hacken. Mit Limettenschale, -saft , Olivenöl verrühren.

Suppe in Tellern anrichten, mit dem Pesto beträufeln, mit Fenchelgras und gehackte Cashew ausschmücken.

# Endiviensalat an Granatapfel – Dressing mit Mandelkartoffeln

6 Personen

## Zutaten:

1 Endiviensalat  
300 gr. festkochende Kartoffeln  
1 Granatapfel  
2 EL Grenadine  
4 EL weisser Balsamicoessig  
1 EL Senf  
4 EL Olivenöl  
1 Bratbutter  
40 gr. Mandelblättchen  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Endiviensalatblätter auslösen, waschen und kühlstellen.

Kartoffeln schälen und in etwa 5 mm grosse Würfel schneiden. Würfel in eine Schale mit kaltem Wasser legen.

Granatapfel halbieren. Die eine Hälfte in einer mit Wasser gefüllten Schüssel in Stücke brechen und die Kerne sorgfältig zwischen den Trennhäutchen herauslösen. Die andere Hälfte vorsichtig auspressen.

**Achtung: Granatapfelsaft hinterlässt hartnäckige Flecken**

Saft mit Grenadine, dem Essig Senf sowie Salz und Pfeffer gut verrühren, dann langsam das Öl dazuschlagen. Granatapfelkerne zur Sauce geben.

Kartoffelwürfel abtrocknen und dann mit Bratbuttergoldgelb braten. Ca. 2 Min vor Schluss Mandelblättchen dazugeben. Würzen mit Salz und Pfeffer.

Endiviensalat in ca. 1 Cm breite Streifen schneiden. Mit Dressing mischen und auf Teller anrichten. Die Mandelkartoffeln darüber verteilen.

## Gefüllte Pouletrouladen mit Rotwein – Risotto

### und Romanesco Gemüse

4 Personen

#### Zutaten Fleisch:

##### Fleisch:

- 4 Pouletschnitzel
- 80 gr. Rohschinken
- 100gr. Frischkäse mit Kräutern
- Salz, Pfeffer
- 5 dl. Rotwein
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Nelken
- 5 dl. Hühnerbouillon

#### Zubereitung:

Füllung : Alle Zutaten verrühren

Fleisch : Pouletschnitzel ev. flach klopfen, mit Rohschinken belegen, Frischkäse auf Rohschinken streichen.

Schnitzel satt aufrollen und vorsichtig zubinden, mit Salz und Pfeffer würzen.

Rotwein und Hühnerbouillon in einen Topf leeren, Lorbeerblatt und Nelken dazugeben, aufkochen.

Poulets ca. 15 Min. im Rotweinsud pochieren. (Kerntemp. 72 Grad )

#### Zutaten Rotwein-Risotto :

- 1 EL Butter
- 1 feingehackte Zwiebel
- 300 g Risottoreis
- 1 dl. Rotwein
- 5 dl. Gemüsebouillon
- 1 Msp. Safran
- 80 gr. Parmesan
- Salz Pfeffer

## **Zubereitung:**

Zwiebel anschwitzen, Reis beugeben, wenn der Reis glasig ist den Rotwein dazugeben, einkochen. Die Hälfte der Bouillon und Safran dazugeben, einkochen. Immer wieder Flüssigkeit dazugießen, bis der Reis fertig ist. Am Schluss noch den Parmesan darunter mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## **Zutaten Gemüse :**

1 Romanesco  
1 EL Bratbutter  
2 dl. Gemüsebouillon  
Salz, Pfeffer

## **Zubereitung:**

Romanesco in Stücke schneiden. Im kalten Wasser waschen. In einer Pfanne Romanesco mit Bratbutter anbraten. Mit Bouillon abschrecken, dann für ca. 10 Min bei geschlossener Pfanne köcheln. Am Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Cappuccino - Cupcake

Ca. 10 Cupcake

### Zutaten :

150 gr. Zucker  
1 Pck. Vanillezucker  
2 Prisen Salz  
2 Stck. Eier  
250 gr. Mascarpone  
¾ dl. Kalter Espresso

120 gr. Mehl  
80 gr. Mandeln  
1 TL Backpulver

200 gr. Frischkäse  
100 gr. Puderzucker  
50 gr. weicher Butter  
2 EL Amaretto  
Kakaopulver

### Zubereitung:

Zucker und alle Zutaten bis und mit den Eiern in einer Schüssel rühren bis die Masse heller ist.  
Mascarpone und Espresso unter die Masse rühren.  
Mehl, Mandeln und Backpulver mischen, dann unter die Masse mischen.  
Teig in vorbereitete Formen verteilen und für 25 Min. bei 180 Grad backen.

Frischkäse, Puderzucker, Butter und Amaretto gut verrühren.  
In einen Spritzsack mit gezackter Tülle (ca. 10mm Durchmesser) geben .Für ca. 15 Min kühl stellen.  
Masse auf Cupcakes spritzen, mit Kakaopulver bestäuben.

