

REZEPTE FÜR GENUSSVOLLE GAUMENFREUDEN

*Koch*Lust



Thurgauer
Kantonalbank

Unser Menüvorschlag mit Schuss

*Tomatensuppe mit Whisky
Farinata mit mariniertem Rohschinken*

*Côte de boeuf mit Kräuter-Nuss-Kruste
Linsengemüse an Whiskysauce*

*Stracciatellamousse auf Erdbeersauce
mit getränktem Schokolademuffin*

TOMATENSUPPE MIT WHISKY

2 EL	Olivenöl	in Pfanne erhitzen
1/2	Zwiebel	hacken, zugeben
800 g	reife Tomaten oder Tomatensugo	zugeben, dämpfen
wenig	Salz, Pfeffer	zugeben, würzen
1 KL	Gemüsebouillon	zugeben, mischen, etwa 20 min. köcheln
2–3 EL	Tomatenpüree	lassen, dann pürieren, evtl. sieben
1 dl	milder Whisky	zugeben
1,5 dl	Orangensaft Wasser nach Bedarf	
1KL	Honig oder Zucker	zugeben, nochmals aufkochen
100g	Frischkäse, Rahm oder Sauerrahm, Salz, Pfeffer	abschmecken

Suppe servieren

Mit geschlagenem Rahm oder Sauerrahm dekorieren. Evtl. eingelegte Rohschinkenwürfeli kurz anbraten und darauf verteilen.

FARINATA MIT MARINIERTEM ROHSCHINKEN

100g	Rohschinken	in kleine Würfeli schneiden und in Schüssel geben
2 EL	Whisky	zugeben, Würfeli einen Tag marinieren

Farinata

150 g	Kichererbsenmehl	in Schüssel geben
150 g	Mehlmischung (mit Gerste)	
4 dl	Wasser	zugeben, mit dem Schwingbesen verrühren, zugedeckt bei Raumtemperatur 8 Stunden quellen lassen
2g	Hefe	
1/2 dl	Öl	zugeben verrühren
1/2 KL	Salz	

Masse auf ein mit Backtrennpapier belegtes Blech giessen oder in kleine vorbereiteten Förmchen verteilen.

Backen

Im auf 240°C vorgeheizten Ofen auf der untersten Rille 10–15 Min. backen.

2–3EL	Tomatenpürée	darauf verstreichen eingelegte Rohschinkenwürfeli
wenig	Reibkäse Salz, Pfeffer	darauf verteilen

Backen

Farinata nochmals 5–10 Min. in der Ofenmitte backen.

Zur Suppe oder als Apéro servieren. Mit Oreganoblättern dekorieren.

Tipp

Anstelle von Farinata Blätterteig oder Zopfteig verwenden.

CÔTE DE BOEUF MIT NUSSKRUSTE

Fleisch

Backofen auf 80°C vorheizen, Gratinform mitwärmen

500–700g Côte de boeuf

1 Std. vor dem Garen aus dem
Kühlschrank nehmen

Kräutersalz, Pfeffer,
wenig Öl

Fleisch würzen

Fleisch im vorgeheizten Ofen ca. 2 Std. niedergaren (Kerntemperatur ca. 55°C).

Kruste

1/2 Bund Petersilie

alle Zutaten fein hacken,

3 Zweige Thymian

in eine Schüssel geben

50 g Baumnüsse

2 EL Olivenöl

dazugeben, alles gut mischen

Evtl. 40g geriebener Parmesan
Salz, Pfeffer

Côte de Boeuf überbacken

Das Kotelette nach dem Niedergaren aus dem Backofen nehmen. Sofort den Ofengrill des Backofens bei 240°C einschalten. Die Kruste auf den Medaillons verteilen und höchstens 4 Min. knusprig überbacken und sofort servieren.

LINSENGEMÜSE

Linsen

150g	Beluga-Linsen	in Schüssel geben, in kaltem Wasser 6–8 Stunden einweichen, Einweichwasser anschliessend abgiessen
------	---------------	--

Linsen mit frischem Wasser knapp bedeckt in Pfanne geben und 5–10 Min. kochen, bis sie weich sind, dann Wasser wieder abgiessen

wenig	Öl Salz, Pfeffer	zugeben, würzen
-------	---------------------	-----------------

Gemüse

400 g	Frühlingszwiebel, Rüeblī, Kohlräbli, Kefen, Erbsen...	rüsten, in kleine Stücke schneiden, in Pfanne geben
-------	--	--

2–3 EL	Öl oder Butter
--------	----------------

½ KL	Salz	würzen, Pfanne zudecken, Gemüse auf hoher Stufe erhitzen, bis es zischt, dann auf kleine Stufe zurückschalten, 10–15 Min. dämpfen Linsen zugeben, warmhalten
evtl. 2	Thymianzweige	

Sauce

1 KL	Öl oder Butter	in kleine Pfanne geben, erwärmen
1 EL	Senf	zugeben, kurz andünsten

1/2	Zwiebel
-----	---------

2	Thymianzweige
---	---------------

wenig	Estragon
-------	----------

1 KL	Honig	zugeben, mit dem Schwingbesen gut verrühren und aufkochen. Sauce auf kleiner Stufe ca. 10–15 Min. köcheln lassen dann sieben und wieder in die Pfanne zurückgeben
2–3 EL	Whisky	
1,5 dl	Rahm	

1–2 KL	Mehl oder Maizena
--------	-------------------

1–2 KL	Estragonessig oder Zitronensaft	zusammen verrühren und zur Sauce geben, nochmals aufkochen, auf kleiner Stufe warmhalten
wenig	Wasser	

	Salz, Pfeffer	abschmecken
--	---------------	-------------

Anrichten: Linsengemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit der Sauce umgiessen. Mit Thymianzweigen dekorieren.

STRACCIATELLA-MOUSSE AUF ERDBEERSAUCE

Stracciatella-Mousse

100 g	Quimiq, zimmerwarm	in Schüssel geben, mit dem Schwingbesen verrühren, bis es keine Klümpchen mehr hat
250 g	Griechisches Joghurt oder Quark	zugeben, verrühren
1 KL	Zucker	
1 KL	Vanillezucker	
2 EL	Whiskylikör	
50 g	dunkle Schokolade	fein hacken oder raffeln, zugeben, verrühren, Masse kühlstellen
2 dl	Rahm	steif schlagen, vorsichtig unter die Masse heben

Masse mindestens 2 Stunden kühl stellen.

Erdbeersauce

250 g	Erdbeeren	waschen, rüsten, in Mixbecher geben
1 EL	Zucker	
1 KL	Zitronensaft	zugeben, pürieren, sieben

Erdbeersauce in Gläsern anrichten. Das Mousse in einen Spritzsack mit grosser Tülle einfüllen. Auf der Erdbeersauce dressieren. Mit ganzen Erdbeeren und Pfefferminzblättern garnieren.

GETRÄNKTE SCHOKOLADEMUFFINS

Teig für 24 Muffins

130 g	Zucker	In Schüssel geben, Masse rühren, bis sie sehr hell und sehr schaumig ist
6	Eier	
1 Prise	Salz	
150 g	dunkle Schokolade	in Schüssel geben, mit heissem Wasser übergießen, bis die Schokolade geschmolzen ist, dann das Wasser vorsichtig abgiessen
150 g	Butter	zur Schokolade geben und verrühren, bis die Butter geschmolzen ist. Gemisch langsam zur Eimasse geben.
300 g	gemahlene Mandeln	zur Masse geben, mischen
60 g	Mehl oder Maizena	Masse in vorbereiteten Muffinsförmchen verteilen
1 KL	Backpulver	

Backen

Backofen auf 200°C vorheizen. Muffins 20–25 Min. backen. Garprobe.

Nach dem Backen leicht auskühlen lassen.

wenig	Whiskylikör oder Baileys	mit einem Messer Löcher machen und wenig Likör darüber träufeln
-------	--------------------------	---

Dekoration

Muffins nach Belieben mit Puderzucker bestreuen oder mit Schokoladeglasur überziehen. Eventuell geschlagenen Rahm dazu servieren.