



628. Chochete vom 14. Februar 2024

Apéro

Gemüseomelette

Menu

Schwyzer Chässuppe

Geschmortes Kaninchen mit Oliven und Zitronen

Mousse au chocolat mit Olivenöl

Weine

Vermentino Tino di Sardegna, Mora&Memo, 2020

Langhe Nebbiolo 2020, Paola Massa, Piobesi d'Alba

Chefkoch Cfr. Martin

Gemüseomelette

für 4 Portionen

- 6 Fleischtomaten
- 6 frische Eier
- 1 grüne Peperoni
- 1 rote Peperoni
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- 4 EL Kräuter, frisch gehackt
- 3 EL Mais
- 6 EL Olivenöl
- Salz (1 Prise)
- schwarzer Pfeffer (1 Prise)
- 2 EL Schnittlauchröllchen



Zubereitung

1. Die Tomaten oben kreuzweise einritzen und mit heissem Wasser überbrühen. Mit kaltem Wasser abschrecken und enthäuten. Die Tomaten von den Stielansätzen befreien, Kerne entfernen und in kleine Würfel schneiden.
2. Die Peperoni halbieren, entkernen, waschen und in Streifen schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken.
3. In einer hohen Pfanne Olivenöl erhitzen und darin Zwiebel, Knoblauch kurz andünsten. Die Peperoni beifügen und etwa 5 Minuten mitdünsten. Die Tomatenwürfel und den Mais unterrühren und alles etwa 15 Minuten offen bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis fast die ganze Flüssigkeit verdunstet ist.
4. Die Eier mit einer Gabel verquirlen, mit Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen und über das Gemüse giessen. Bei mässiger Hitze stocken lassen. Die Omelette sollte etwa 3 cm dick sein, eventuell in 2 Pfannen braten. Sobald es fertig ist wie Kuchenviertel aufschneiden oder brechen und mit Schnittlauch bestreut servieren.

Schwyzer Chässuppe

für 4 Portionen

- 40 gr trockenes dunkles Brot, in feine Scheiben geschnitten
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- Butter zum Dämpfen
- 4 dl Gemüsebouillon, kräftig
- 250 gr Innerschwyz Bergkäse, gerieben
- 1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
- 1 Bund Petersilie, fein gehackt
- Salz, Pfeffer
- Petersilie zum Garnieren



Zubereitung

1. Brot mit so viel siedendem Wasser übergiessen, bis es knapp damit bedeckt ist. Zugedeckt ca. 30 Minuten einweichen.
2. Brot abtropfen lassen, zerstoßen. Zwiebeln in Butter andämpfen. Brot und Bouillon begeben, zugedeckt ca. 1 Stunde leicht kochen, gelegentlich umrühren. Evtl. mit Bouillon ergänzen.
3. Käse zur Suppe geben, glattrühren. Kräuter beimischen, abschmecken.
4. Suppe in einer vorgewärmten Suppenschüssel anrichten, garnieren.

Geschmortes Kaninchen mit Oliven und Zitronen

für 6 Portionen

- 2 Liter Wasser
- 90 gr Salz
- 2 kg Kaninchen, in Stücke geschnitten
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 3 unbehandelte Zitronen
- 3 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Bund Thymian
- Olivenöl zum Anbraten
- 1½ dl Noilly Prat
- 1½ dl Weisswein
- 3 dl Gemüsebouillon
- 100 gr Oliven grün und schwarz gemischt, eventuell entsteint



Zubereitung

1. Das kalte Wasser in eine grosse Schüssel geben. Das Salz beifügen und unter Rühren vollständig auflösen. Dann die Kaninchenteile hineinlegen; sie sollen vollständig mit Wasser bedeckt sein. Die Kaninchenstücke 30 bis höchstens 45 Minuten marinieren; auf keinen Fall länger, sonst werden sie zu salzig. Dann herausnehmen und auf Küchenpapier gut trocken tupfen. Die Kaninchenteile rundherum mit Pfeffer würzen.
2. Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.
3. Die Enden der Zitronen bis aufs Fleisch abschneiden; sie werden nicht verwendet. Dann die Zitronen in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Schalotten und die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Von ½ Bund Thymian die Blättchen abzupfen und beiseitestellen; der restliche Thymian wird an den Zweigen ans Gericht gegeben.
4. In einem grossen Schmortopf das Olivenöl erhitzen. Die Kaninchenteile in 3 Portionen darin rundherum leicht goldbraun anbraten. Wer keine entsprechend grosse Pfanne mit Deckel hat, kann das Fleisch auch in einer Bratpfanne anbraten und anschliessend in eine grosse feuerfeste Form umfüllen, nach der Zubereitung der Sauce diese kochend heiss darübergiessen, die Form mit Alufolie gut verschliessen und so in den Ofen geben.
5. Gleichzeitig während des Anbratens Noilly Prat und Weisswein bei grosser Hitze um gut ⅓ reduzieren. Die Bouillon sowie die Thymianzweige beifügen und bis zur Verwendung offen nochmals leicht kochen lassen. Zum Schluss wenn nötig mit Salz abschmecken.
6. Ist der Bratensatz sehr dunkel, mit etwas von der Bouillonmischung auflösen und durch ein feines Sieb zur restlichen Flüssigkeit geben. Etwas Olivenöl in die Pfanne geben und darin die Zitronenscheiben kurz anbraten; sie dürfen dabei leicht Farbe annehmen. Wieder herausnehmen. Im Bratensatz die Schalotten und den Knoblauch glasig andünsten. Die Bouillonmischung ohne Thymianzweige dazugiessen, die Kaninchenteile abwechselnd mit den Zitronen satt einschichten und alles zugedeckt aufkochen. Dann die Pfanne sofort in den 160 Grad heissen Ofen geben und die Kaninchenstücke 1¼–1½ Stunden weich schmoren, dabei alle halbe Stunde mit Jus übergiessen.
7. Inzwischen die Oliven wenn nötig entsteinen und halbieren. Gegen Ende der Garzeit, d.h. beim letzten Mal übergiessen die Oliven in die Sauce und zwischen die Kaninchenteile geben und alles mit den beiseitegelegten Thymianblättchen bestreuen. Nach Belieben und persönlichem Geschmack den Jus eventuell mit wenig Maizena oder Mehlbutter binden.

Mousse au chocolat mit Olivenöl

180 gr Couverture (72 % Kakaoanteil)
125 gr extra natives Olivenöl
(intensivfruchtig: Oro Bailén Reserva Familiar Picual aus Andalusien)
3 Eigelbe von Freilandeiern
55 gr Zucker
3 Eiweisse
55 gr Zucker
200 ml Rahm, steif schlagen



Zubereitung

Couverture in Stücke schneiden und in einer Chromstahlschüssel im Wasserbad schmelzen (es darf der Couverture kein Wasser hinzugegeben werden). Das Olivenöl langsam unter die flüssige Couverture rühren. Die Eigelbe mit dem Zucker (55 g) zu einer luftigen Masse schlagen. Die Eiweisse mit dem Zucker zu Eiweiss Schnee schlagen. Eigelb- und Eiweissmasse mit der flüssigen Schokolade verrühren. Schlagrahm unterziehen. In Schälchen oder Gläser abfüllen oder in der Schüssel belassen und kühl stellen (mind. 2 Stunden).