



618. Chochette vom 8. März 2023

Apéro

Zitronen – Basilikum – Spritz
Randen – Tartines mit Rucola-Öl
Mini – Köfte mit Joghurt - Dip

Menu

Key-s Fisch – Ceviche – Fidschi Koda
Schweinsfiletspiesschen an Senfsauce
mit Rüeblli - Rösti

Mangocreme mit Granatapfel

Weine

Hedinger Création 2021

Hedinger Tradition 2018

Chefkoch Cfr. Burki



ZITRONEN-BASILIKUM- SPRITZ

5 MIN.
AKTIV

5 MIN.
GESAMT

48 KCAL
PRO GLAS

① vegan, ohne Laktose, ohne Gluten | Fett: 0 g, Kohlenhydrate: 12 g, Eiweiss: 0 g pro Glas

DAS BRAUCHTS FÜR 10 GLÄSER

Beachte: Bei angepassten Mengenangaben werden Koch-/ und Backzeiten nicht automatisch im Text angepasst.

Cocktail

40	Eiswürfel
5 EL	Ingwersirup
15 Zweiglein	Basilikum, 2 Zweiglein beiseite gestellt, Rest zerzupft
1 ¼	Zitrone, in Schnitzchen
20 dl	Wasser (z.B. Schnitzwasser)

UND SO WIRDS GEMACHT

Cocktail

Sirup, Basilikum und Zitronenschnitze in die Gläser verteilen, mit einer Kelle etwas zerdrücken. Schnitzwasser dazugiessen, Eiswürfel begeben, mit dem beiseite gestellten Basilikum garnieren.

GUT ZU WISSEN



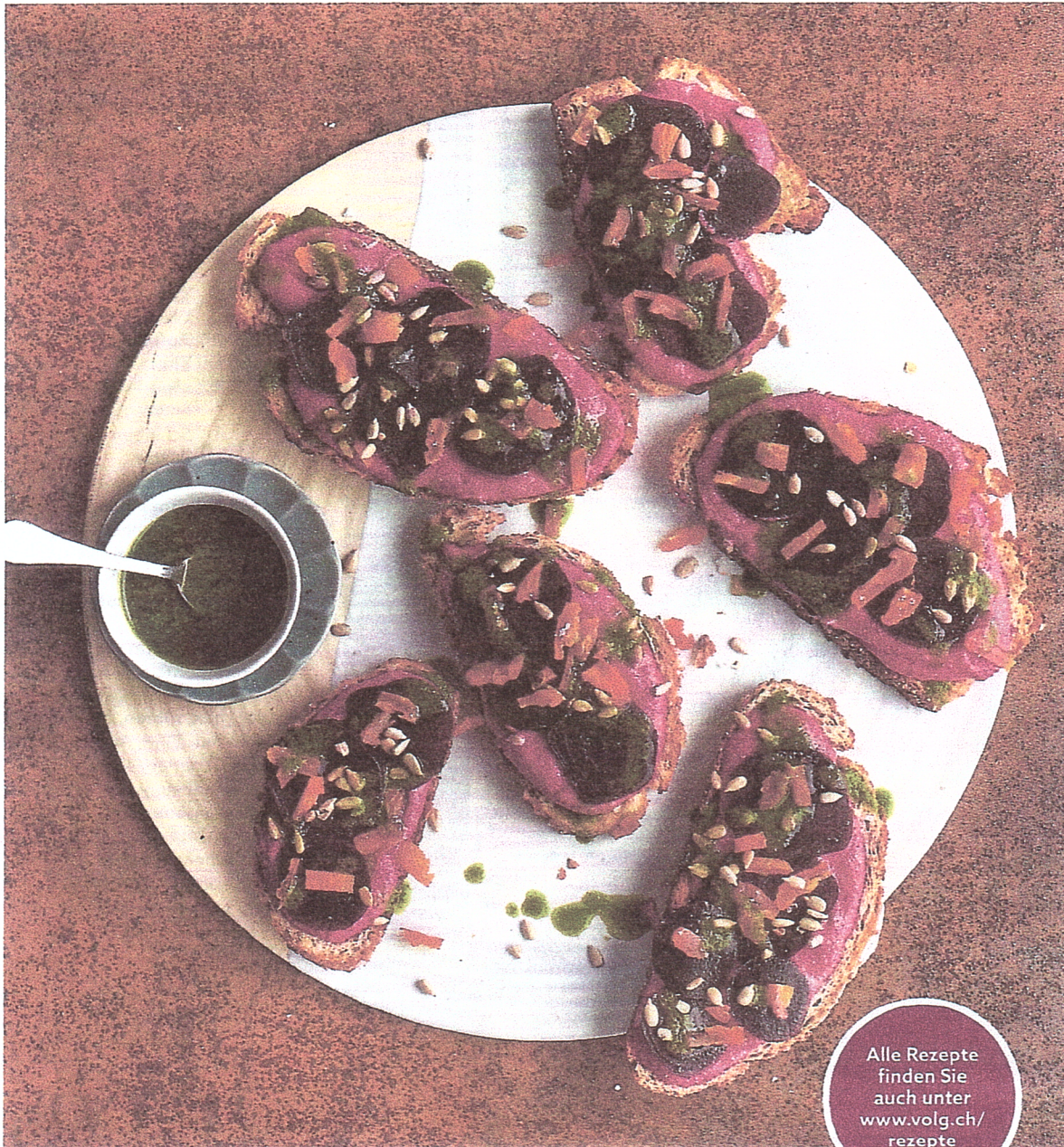
Tipp:

Statt Basilikum Thai-Basilikum verwenden.



Das Rezept findest du hier wieder:

fooby.ch/de/rezepte/17811/



Alle Rezepte
finden Sie
auch unter
[www.volg.ch/
rezepte](http://www.volg.ch/rezepte)

RANDEN-TARTINES MIT RUCOLA-ÖL

FÜR 8 Stück
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

RUCOLA-ÖL

40 g Rucola
1 Knoblauchzehe
3 EL Zitronensaft
0,8 dl Olivenöl
Salz, Pfeffer

BELAG

200 g gekochte Randen (1),
in grobe Stücke geschnitten
200 g Feta, in Stücke gebrochen

8 Sch. dunkles Brot, z. B. Urdinkel-
Holzofenbrot, getoastet
150 g gekochte Randen (2),
in feine Scheiben
geschnitten

GARNITUR

2 EL Sonnenblumenkerne,
geröstet
50 g getrocknete saure
Aprikosen,
fein geschnitten

1. Rucola-Öl: Rucola und Knoblauch
sehr fein hacken, mit Zitronensaft
und Olivenöl mischen und würzen.
2. Randen (1) mit dem Feta pürieren.
Masse auf die Brotscheiben strei-
chen, Randenscheiben (2) darauf
verteilen.
3. Brote mit Rucola-Öl beträufeln.
Mit Sonnenblumenkernen
und Dörraprikosen garnieren.

ÖISE TIPP

Anstelle des Rucola-Öls kann Pesto
alla Genovese verwendet werden.

Mini-Köfte

🕒 15 Min. + 20 Min. backen  laktosefrei

Ergibt 20 Stück

- ½ Bund glattblättrige Petersilie
1 Knoblauchzehe
600g Hackfleisch (z.B. Rind und Lamm)
1 Ei
2 EL Couscous
2 EL helle Sultaninen
3 TL Dukkah (siehe Hinweis unten)
¾ TL Salz
20 Spiesschen
1 EL Olivenöl

Backen: ca. 20 Min. in der Mitte des Ofens, dabei Köfte einmal wenden.

Stück: 81kcal, F 5g, Kh 2g, E 6g

Joghurt-Dip

🕒 5 Min.  vegetarisch  glutenfrei
Ergibt ca. 1½ dl

- 150g griechisches Joghurt nature
1 Bio-Zitrone
1 TL Dukkah (siehe Hinweis)

Hinweis: Dukkah ist eine afrikanisch-orientalische Nuss-Gewürz-Mischung ägyptischer Herkunft. Erhältlich in grösseren Coop Supermärkten. Ersatz: Curry.

Portion: 45kcal, F 4g, Kh 2g, E 1g



Key-s Fisch - Gewichte - Fidschi Woda

Wolfs farsch Roh
mariniert mit Zitrone

mit frischer Kokosnussmilch

geschüttelte Tomaten und Paprika

und garniert mit Frühlingszwiebeln

Schweinsfiletspiesschen an Senfsauce

Für 4 Personen

1 grosse Zwiebel

25 g Butter

1 Bund Schnittlauch

ca. 400 g Schweinsfilet

150 g dünn geschnittene

Schinkenscheiben

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Esslöffel Bratbutter

Sauce:

1½ dl Weisswein

1½ dl Rahm

1 Esslöffel milder Senf

1 Esslöffel grobkörniger Senf

½ Bund Estragon oder

glattblättrige Petersilie

1 Teelöffel Balsamicoessig

Salz, Pfeffer

Ein richtiges Festessen: Schweinsfiletscheiben werden mit Schinken und Kräutern belegt, aufgerollt, an einem Spieß gebraten und mit einer würzigen Senfsauce serviert. Nach Belieben kann man die Röllchen auch einzeln braten.

1 Die Zwiebel schälen und fein hacken. In der warmen Butter dünsten. Beiseite stellen. Den Schnittlauch fein schneiden und beifügen.

2 Das Schweinsfilet in 16 Scheiben schneiden. Unter Klarsichtfolie mit dem Wallholz sorgfältig flach klopfen.

3 Die Schweinsplätzchen mit den Schinkenscheiben belegen. Etwas Zwiebel-Schnittlauch-Masse darauf verteilen und zu kleinen Rouladen aufrollen. Je 4 Röllchen auf einen Holzspieß stecken.

4 Die Spiesse mit Salz und Pfeffer würzen. In der heissen Bratbutter auf mittlerem Feuer während 3–4 Minuten braten. Zugedeckt warm stellen.

5 Den Bratensatz mit Weisswein ablöschen und auf ½ dl einkochen lassen. Den Rahm und die beiden Senfsorten beifügen. Die Sauce kochen lassen, bis sie cremig bindet.

6 Estragon oder Petersilie fein hacken. Zur Sauce geben und diese mit Balsamicoessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Zu den Spiesschen servieren.



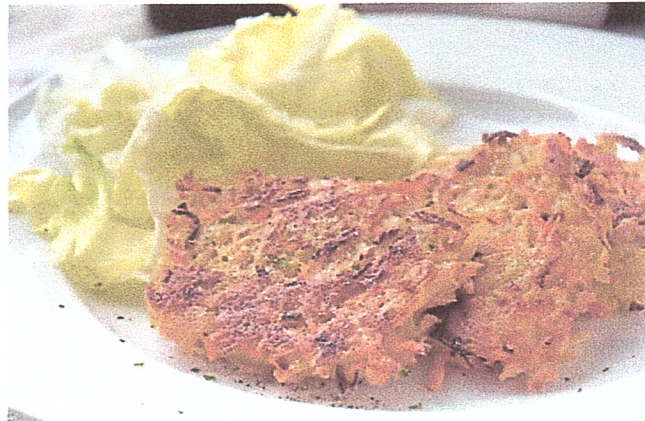
Kartoffel-Rüebli-Rösti

Feine Rösti aus Kartoffeln und Rüebli ist ein tolles Rezept mit Salat für ein vegetarisches Gericht oder als Beilage zu Fleisch.

🕒 40 Minuten 🍳 Rösti Rezepte

☰ Zutaten für 10 Portionen

10	Stk	Eier
10	Stk	Kartoffeln
5	Prise	Muskat
10	EL	Öl
5	Prise	Pfeffer
5	Stk	Rüebli
5	Prise	Salz





🍳 Zubereitung

- 1 Die festen Kartoffeln und Rüebli schälen und auf einer Raspel grob reiben. Beides in eine grosse Schüssel geben, mischen, die Eier beifügen und kräftig mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken.
- 2 Nun die vorbereitete Rösti portionsweise in einer Pfanne in etwas heissem Öl von beiden Seiten goldbraun und knusprig für einige Minuten anbraten.
- 3 Die fertige Rösti auf Küchenpapier abtropfen lassen und noch warm servieren.



Mangocreme mit Granatapfel

 Glutenfrei  Vegetarisch

30 Min.

Zutaten

Dessert
Für 10 Personen

- 700 g Mango, gerüstet gewogen
- 1,25 kg Rahmquark
- 5 Beutel Vanillezucker
- 2½ Granatäpfel
- 1¼ Bund Basilikum

So gehts

Zubereitung: ca. 30 Minuten

1

Mango pürieren. 2/3 des Pürees mit der Hälfte des Quarks und der Hälfte des Vanillezuckers verrühren. Püree und Mangocreme kühl stellen.

2

Granatapfel halbieren. Kerne auslösen. Die Hälfte der Kerne mit wenig Quark pürieren. Durch ein grobes Sieb streichen. Mit restlichem Quark und Vanillezucker mischen. Erst Mangocreme und Mangopüree, dann Granatapfelcreme und -kerne in ein Glas schichten. Mit Basilikum servieren.

Rezept: Anja Steiner

Quelle: <https://migusto.migros.ch/de/rezepte/mangocreme-mit-granatapfel>



2021

WEISSWEIN

Création

Weissweinspezialität. Vielschichtige Nase; eine Melange aus Zitrusfrüchten, Steinobst und typischer Muskataromatik. Im Gaumen angenehm weich mit leichter Restsüsse.

CHF 17.00

6

IN DEN WARENKORB

PRODUKT DATEN

REBSORTEN Chasselas, Muscat Olivier.

HERKUNFT Vin de Pays Suisse

AUSBAU Edeltahltank

ALKOHOLGEHALT 12.8 %

Beschreibung

VINIFIKATION

Cuvée aus zwei Weinen, assembliert, um eine grösstmögliche Harmonie zu erreichen.

SERVIEREN

Serviertemperatur 10 bis 12 °C. Trinkreif, passend zu Vorspeisen, asiatischen Gerichten oder gegrilltem Fisch.





2018

ROTWEIN

Tradition

Vielschichtige Aromatik mit Noten von Waldbeeren und Pflaumen, unterstützt von angenehm rauchigen Noten aus dem Eichenfass. Im Gaumen eine schöne Harmonie zwischen Säure und Gerbstoff.

CHF 16.00 – CHF 22.00

HEDINGER TRADITION AOC 2018

75 cl

[Auswahl zurücksetzen](#)

Tiefe Erträge, handgelesenes Traubengut mit 110° Oe. Kontrollierte Maischegärung, dunkle, rubinrote Farbe, aromareiches Bouquet, breit, voll, angenehmer Gerbstoff, anhaltend. Serviertemperatur 18°C. Trinkreif. Lagerfähig bis 4 Jahre. Passend zu Fleischgerichten, aber auch zu italienischen Gerichten wie Pasta und Pizza.

75 cl

PRODUKT DATEN

REBSORTEN

Pinot Noir

HERKUNFT

AOC Schaffhausen

AUSBAU

Edelstahltank

ALKOHOLGEHALT

14.5 %

Beschreibung

VINIFIKATION

30 Prozent Barrique-Einsatz.

SERVIEREN

Serviertemperatur 14 bis 16 °C. Trinkreif, passend zu Fleischgerichten, Wild und klassischer mediterraner Küche.

