



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Ceviche mit Avocadoterrine



Zutaten

Ceviche

- 8 frische Jakobsmuscheln oder 250 g ganz frische Fischfilets
- 2 Limetten
- 1 kleine Zwiebel
- frischer Koriander
- 1/2 grüne Peperoni
- 1 grüne Chilischote
- 1 TL Knoblauch, gehackt
- Salz, Pfeffer

Avocadoterrine

- 3 reife Avocados
- 2 Tomaten, geschält
- 2 EL getrocknete, eingelegte Tomaten
- 1 Zucchetti, in dünnen Streifen
- 1 Zitrone, Zesten und Saft
- Salz, Pfeffer
- Koriander



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Zubereitung

CEVICHE

Fischfilets oder Muscheln kalt abspülen und trocken tupfen.

Die Filets in 1 cm breite Streifen schneiden, Jakobsmuscheln halbieren.

Die Limetten auspressen und den Saft über die Muscheln oder Fisch geben.

Mit Folie abdecken und ca. zwei Stunden ziehen lassen.

Die restlichen Zutaten in kleine Würfel schneiden, abschmecken und zu den Muscheln oder den Fisch geben, bei Raumtemperatur ca. 30 Minuten ziehen lassen.

Zum Anrichten Muscheln oder Fisch mit der Marinade leicht beträufeln.

AVOCADOTERRINE

Eine Terrinenform (ca. 1/2 l) mit Klarsichtfolie auslegen.

Diese mit dünnen Streifen von der Zucchetti belegen.

Die Avocados schälen und den Stein entfernen, in gleichgrosse Stücke schneiden.

In einer Schüssel mit Zitronenzesten und Saft marinieren.

Die frischen Tomaten ebenfalls in gleichmässige Stücke schneiden und zusammen mit den eingelegten Tomaten zu den Avocados geben. Würzen, abschmecken und in die ausgelegte Terrinenform geben.

Mit der restlichen Klarsichtfolie bedecken, mit einem Gewicht beschweren und kühl stellen.



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Rote Bete - Cremesuppe mit Ingwer



Zutaten für 4 Portionen:

- Etwas Butter
- 2 Zwiebel(n), klein gewürfelt
- 1 Stück(e) Ingwer, geschält, fein gehackt, fingerdicke Scheibe oder mehr
- 1 Apfel, fest, säuerlich, geschält, grob gewürfelt
- 1 Schuss Weißwein, trocken, fruchtig, oder Apfelwein, nicht süß
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 2 Rote Bete, geschält, gewürfelt
- 2 Kartoffel(n), klein, geschält, gewürfelt
- Salz und Pfeffer
- 1 Spritzer Worcestershiresauce
- 4 TL Sauerrahm
- Kräuter, frisch

Die Zwiebeln in Butter anschwitzen. Ingwer- und Apfelwürfel zugeben, kurz mitschwitzen und mit dem Wein ablöschen. Die Brühe zugießen und zum Kochen bringen. Rote Bete und Kartoffeln zugeben, aufkochen, die Hitze reduzieren, zudecken und ca. 15-20 Minuten köcheln lassen. Pürieren, abschmecken und zum Kochen bringen. Den Schmand zugeben, garnieren und genießen.

Tipp: Rote Bete kann vorgegart (dann aber noch fest) oder frische Knolle sein. Die besten Erfahrungen habe ich mit selbst halbgar gekochter Roter Bete gemacht, dann ist das Schälen und Schneiden sauberer. Kartoffeln sorgen für die Konsistenz und auch dafür, dass die Farbe nicht so stechend blutig wirkt.



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Thai-Beefsalad mit Rindsentrecôte



Zutaten

- 500 g Rindsentrecôte
- 200 g Glasnudeln
- Schalotten, in feine Streifen geschnitten
- Stangesellerie, in feine Streifen geschnitten
- Erdnüsse, zerdrückt
- Frühlingszwiebeln
- Peperoncini, in Ringe geschnitten
- Minze
- Koriander

Dressing

- 20 g Peperoncini
- 30 g Knoblauch
- 15 g Korianderwurzel
- 100 g Limettensaft
- 80 g Fischsauce
- 20 g Austernsauce
- 8 g Zucker

Zubereitung

Für das Dressing alle Zutaten mischen.

Das Fleisch in 4 Steaks schneiden und braten. Sie müssen noch rosa sein.

Glasnudeln kochen. Und noch warm mit der Sauce mischen. Den Stangesellerie und die Schalotten dazugeben. Koriander und die Minze grob zupfen, ebenfalls dazugeben und alles mischen.

Zum Anrichten den lauwarmen Salat auf einen Teller geben. Das Fleisch schneiden und auf dem Salat anrichten. Mit Peperoncini, Frühlingszwiebeln, Minze, Koriander und Erdnüssen bestreuen.

Und mit 2 getrockneten Chili garnieren.



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Vanille-Panna-Cotta, Himbeersorbet und Honig



Zutaten

Tahiti-Vanille-Panna-Cotta

- 150 g Rahm
- 50 g Zucker
- ½ Vanilleschote
- 1 Prise Salz
- 2 Blatt Gelatine
- 350 g Rahm

Himbeersüppchen und -sorbet

- 500 g Himbeeren
- 100 g Puderzucker
- etwas Himbeergeist
- 1 Zitrone, Saft
- Prosecco

Honigknusper

- 50 g Honig
- 50 g Butter, weich
- 75 g Puderzucker
- 40 g Mehl



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Zubereitung

Für das Panna cotta die Vanilleschote der Länge nach halbieren und auskratzen.
Mit dem Rahm, Zucker und Salz aufkochen. Die Gelatineblätter in kaltem Wasser einweichen und im heißen Rahm auflösen. Den restlichen Rahm dazugeben und in passende Gläser abfüllen.
Mindestens 6 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

Für Süppchen und Sorbet alle Zutaten miteinander vermischen und im Kühlschrank 12 Stunden ziehen lassen. Die Himbeeren mixen und durch ein Sieb passieren. Mit Himbeergeist abschmecken.
Für das Sorbet 400 g des Pürees im Pacojet-Becher einfrieren und kurz vor dem Servieren «auffreezen».
Für das Süppchen 200 g des Pürees mit 1dl Prosecco kurz vor dem Servieren mischen und vor dem Gast über das Panna cotta giessen.

Alle Zutaten für den Honigknusper miteinander vermischen, gut verrühren und kühl stellen.
Wenn die Masse fest ist, haselnussgrosse Kugeln formen und mit genügend Abstand auf dem Backblech verteilen. Bei 200 °C, ca. 5 bis 6 Minuten goldgelb backen.



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Mini-Pastetli (Amuse Bouche)



Zutate für 6 Löffel

Fertig-Blätterteig

- Wenig Eiweiss und Eigelb
- Runder Ausstechring (3 cm Durchmesser)
- Runder Ausstechring (1 cm Durchmesser)
- 50 g Pouletbrust
- 2-3 Champignons
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Zweig Thymian
- 4-5 Stängel Schnittlauch
- 1 cl Champagner (optional Prosecco oder trockener Weisswein)
- 30 cl Vollrahm
- 2 Prisen Paprikapulver edelsüss
- 1 Prise Currypulver
- Meersalz, Pfeffer aus der Mühle
- Kerbel für Garnitur

Zubereitung

Backofen auf 180°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Mit dem Ausstechring (3 cm Durchmesser) 36 Rondellen aus dem Blätterteig ausstechen, mit dem kleinen Ausstechring (1 cm Durchmesser) nun bei 24 Rondellen die Mitte aus dem Blätterteig ausstechen und diese aufbewahren. Wenn du keine Ausstechringe dieser Grösse besitzt, dann schau dich am besten im Haushalt um. Es finden sich immer Dinge die sich „zweckentfremden“ lassen (z. B. Leimdeckel oder Pet-Flaschendeckel). Wichtig ist nur, dass du diese vorher gründlich sauber machst.



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Backblech mit Backpapier auslegen. Die 6 Rondellen ohne Loch auf das Backpapier geben und den Rand sauber mit Eiweiss einstreichen. Jeweils eine weitere Rondelle auf den Eiweissrand auflegen und Vorgang jeweils 4 Mal wiederholen, sodass jedes Pastetli aus 5 Lagen inklusive Boden besteht. Pastetli auf dem oberen Rand leicht mit Eigelb einstreichen.

Die letzten 6 Rondellen mit auf das Blech geben und ebenfalls mit Eigelb einstreichen, sie ergeben später den Deckel. Pastetli für ca. 10-15 Minuten backen, bis sie goldbraun und aufgegangen sind. Nun die Füllung vorbereiten. Dazu die Pouletbrust, Zwiebel und Champignons in feine Würfel schneiden. Schnittlauch in feine Streifen schneiden und Thymianblätter abzupfen. Bratpfanne mit ein wenig Olivenöl erhitzen und alles stark anbraten, mit Meersalz, Pfeffer, Paprikapulver und Currypulver würzen.

Sofort mit dem Champagner ablöschen und mit dem Vollrahm verfeinern, evt. nochmals abschmecken. Ein wenig köcheln lassen bis der Rahm bindet, zum Schluss Schnittlauch und Thymian begeben, die Pfanne durchschwenken und vom Herd ziehen.

Zum Anrichten einen kleinen Tropfen von der Champagner-Rahmsauce auf den Löffel geben und das Pastetli auflegen. So verrutscht es beim Servieren nicht. Pastetli nun vorsichtig mit dem Ragout füllen und mit Kerbel ausgarnieren, Deckel aufsetzen und sofort servieren