



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Tomaten-Brot-Suppe



Zutaten

Zucker	
Knoblauchzehe	2
Pfeffer	
Frisches Basilikum	
Salz	2 Prisen
Olivenöl	10EL
Strauchtomaten	2kg
Staudensellerie	300g
Schalotten	300g
Chiabatta- Brot	180g
Tomatenmark	2EL
Gemüsefond	800ml
Lorbeerblatt	2
Joghurt Sorbet	500g
Worcester Sauce	
Tabasco	

Zubereitung

- Stielansatz der Tomaten keilförmig herauschneiden
- Tomaten leicht einritzen
- in kochendem Wasser 10 Min. blanchieren
- herausnehmen sofort abschrecken
- Tomaten häuten, vierteln und entkernen
- Sellerie entfädeln und fein schneiden
- Schalotten und Knoblauch fein würfeln
- Brot in feine Würfel scheiden und in Öl bei mittleren Hitze knusprig braten
- Leicht mit Salz würzen und abkühlen lassen
- Restliches Öl in einem Topf erhitzen
- Schalotten, Knoblauch und Sellerie darin glasig dünsten
- Tomaten zugeben und 1 Min. mitdünsten
- Tomatenmark einrühren und 30Sek. Rösten
- Mit Fond auffüllen
- Lorbeer zugeben und zugedeckt bei milder Hitze 10 Sek. kochen
- Mit Salz, Pfeffer, Worcester Sauce, Tabasco und wenig Zucker würzen
- Brot in die Suppe geben und darin weich werden lassen
- Lorbeer entfernen
- Suppe mit Schneidestab nicht zu fein pürieren
- Suppe beiseite stellen, erkalten lassen
- Suppe mit Olivenöl beträufeln und mit Basilikum garnieren.
- Joghurt- Sorbet beigegeben



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Curly Fries

Curly Fries werden meist aus einer ganzen Kartoffel hergestellt und traditionell mit Knoblauch- und Zwiebelgewürz, Paprika, Salz und Pfeffer gewürzt. Die gekringelten Pommes schmecken besonders lecker mit Käsedip! Häufig findest du sie auch als Beilage für einen Burger.



Zubereitung

- Ofen auf 225° vorheizen
- Ein Blech mit Backpapier auslegen
- Kartoffeln schälen
- In Spiralen schneiden
- In kaltes Wasser legen, dass sie nicht braun werden
- Eine Marinade aus dem Ei und den Gewürzen herstellen
- Spiralen mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen
- Die Spiralen mit der Marinade bestreichen
- Aufs Blech legen
- Ca. 20Min. backen

Zutaten

Kartoffeln(festkochend)	2kg
Mehl	400g
Eier	6
Salz	
Paprikapulver	
Cayennepfeffer	



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Florida-Salat



Zutaten

Salz	
Cayennepfeffer	
Olivenöl	4EL
Orangen	8
Grapefruits (rosa)	8
Mais (kleine Dose)	2
Zitronensaft	8EL
Orangensaft	8EL
Dijonsenf	4TL
Macadamian-Nüsse	8EL
Minze	
Baby-Salat	2 Pack
Frisé-Salat	2 Pack

Zubereitung

- Salate putzen, in mundgerechte Stücke zerpfücken und trockenschleudern
- Kräuter abbrausen und trockenschütteln
- Salate mit Kräuter mischen
- Orangen und Grapefruit schälen
- Filetieren und den Saft dabei auffangen
- Mais in einem Sieb gut abtropfen lassen

- Für die Vinaigrette den aufgefangenen Zitrusaft mit Zitronensaft, Orangensaft, Senf und Öl verrühren
- Knoblauch schälen und durch die Presse drücken
- Mit Salz, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken

- Die Salatkräutermischung mit der Hälfte der Vinaigrette und dem Mais auf Tellern anrichten
- Die restliche Vinaigrette darüber träufeln.
- Macadamian- Nüsse hacken und darüber streuen



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Coleslaw Salat



Zubereitung

Sauce

- Senf und alle Zutaten bis und mit Zwiebel gut verrühren, würzen

Salat

- Kabis und Rübli mit Sauce mischen, zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30Min. ziehen lassen.

Tipp:

Glattblättrige Petersilie, fein geschnitten darüberstreuen

Zutaten

Salz	
Pfeffer	
Zitronensaft	6EL
Senf scharf	2EL
Mayonnaise	6EL
Joghurt nature	300g
Honig flüssig	2TL
Zwiebel	2
Weisskabis	1kg
Rübli	150g



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Waldorf-Salat



Zubereitung

- Sellerie schälen, roh in sehr feine Streifchen schneiden (oder auch bissfest kochen und dann schneiden)
- Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien, ebenfalls in Streifchen schneiden.
- Nüsse abziehen und feinhacken, einige davon zum Garnieren zurücklegen.
- Mayonnaise mit Zitronensaft und Salz abschmecken
- Sahne schlagen und unterheben oder ungeschlagen mit Mayonnaise verrühren
- Zutaten mit der Sauce vermengen und in Salatschüssel geben
- Mit restlichen Walnüssen garnieren
- **Vor dem Servieren 2 Std. kühl ziehen lassen.**

Zutaten

Salz	
Zitronensaft	8EL
Mayonnaise	400g
Rahm	16EL
Sellerie	1kg
Äpfel	1kg
Walnüsse	400g



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

USA-Burger



Zutaten

Salz	2TL
Paprikapulver	1TL
Angus-Rindfleisch gehackt	600g
Hamburger Buns	10
Zwiebeln rot	4
Gemüsezwiebeln	1
Gurke	2
Tomate	2
Speckstreifen	10
Gouda- Scheiben	10
Eisberg-Salatblätter	1Kopf
Ketchup	
Tabasco	
Sherry	
Mayonaise	
Pommery-Senf	

Zubereitung

- Gemüsezwiebel in feine Würfel schneiden und mit Hackfleisch verkneten
- Mit Salz, Paprika etc. würzen
- Hackfleisch zu Burger formen und auf beiden Seiten mit Mehl bestäuben
- Rote Zwiebel in feine Würfel hacken
- Tomate und Gurke schneiden
- Salat waschen
- Käse und Bacon bereitlegen
- Buns in beschichteter Pfanne ohne Fett auf Innenseite toasten, bis Unterseite etwas braun ist
- Butter in Pfanne geben und rote Zwiebeln anbraten
- Prise Zucker und Salz dazugeben, mit Sherry ablöschen
- Geschmorte Zwiebeln in Backofen geben um warm zu halten
- Pattys bei hoher Hitze in Pfanne mit Sonnenblumenöl geben.
- Bacon an der Seite der Pfanne garen lassen
- Sobald Pattys gar, Käse darauflegen, ein paar Sek. schmelzen lassen
- Zu diesem Zeitpunkt sollte man das untere Bun bereits mit allem was unters Fleisch kommt belegt haben

Tipp: Pattys mit Küchenpapier von triefendem Fett abtupfen.

Aufbau Burger :

- Bun
- Hamburgersauce
- Tomate
- Salat
- Bacon
- Käse
- Patty
- Ketchup
- Gurke
- Schmorzwiebeln
- Bun (bottom)

Evtl. ein paar Tropfen Tabasco



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Southern Fried Chicken



Zutaten

Mehl	
Eier	6
Salz	
Paprikapulver	
Cayennepfeffer	
Pfeffer	
Tabasco	
Pouletschenkel	8
Knoblauchpulver	
Frittieröl	
Backpulver	2EL

Zubereitung

- Haut von Pouletschenkel entfernen
- Poulet zurechtschneiden
- In Schüssel Eier und Wasser vermischen und mit Hot Sauce würzen
- In einer Tasse Pfeffer, Paprika, Salz und Knoblauchpulver vermischen
- Hünerteile grosszügig beidseitig damit einreiben
- Anschl. in Marinade tunken, bis sie komplett bedeckt sind
- Mehl, Backpulver und Salz mischen und in Gefrierbeutel geben
- Fleisch aus Marinade nehmen, darin schütteln bis alles bedeckt ist
- Pflanzenöl erhitzen, es muss heiss sein, darf aber nicht rauchen (Test mit Wassertropfen)
- Hünerteile mit Hautseite unten ins Öl legen (nicht zu viele aufs Mal)
- 4-5 Min. frittieren bis braun und knusprig
- alternativ auch Friteuse (200° / 10Min)
- Mit Küchenpapier abtupfen und im Ofen warmstellen



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Gegrillte Maiskolben mit Honigbutter



Zubereitung

- Maiskolben in leicht gesalzenem Wasser ca. 20Min. kochen
- Herausnehmen und trockentupfen
- Butter mit Honig und Salz in einem Topf zerlassen (nicht braun werden lassen)
- Maiskolben damit bestreichen und rundum auf einem Grill ca. 10Min grillen
- Während Grillen immer wieder mit Honigbutter bestreichen

Zutaten (für 16Pers.)

Salz	
Butter	300
Honig	4TL
Maiskolben	8



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Red Snapper mit roter Mojo



Zubereitung

- Teller warmstellen
- Auberginen waschen, Schale der Länge nach etwas einritzen und im vorgeheizten Backofen (Umluft ca. 40Min./ 170°) auf 2.Schiene von unten garen
- Herausnehmen und der Länge nach halbieren
- Fruchtfleisch mit Löffel herausnehmen
- Paprika putzen, vierteln und entkernen
- Mit Hautseite nach oben auf Backblech legen und 8-10Min. grillen bis Haut schwarze Blasen macht
- Herausnehmen und in Gefrierbeutel 5 Min. ausdämpfen lassen
- Paprika häuten, mit Küchenpapier trockentupfen und in grobe Stücke schneiden
- Tomaten waschen, Strunk keilförmig herausschneiden
- Tomaten vierteln, entkernen und grob schneiden
- Mandeln und Kreuzkümmel in Pfanne goldbraun rösten
- Knoblauch fein hacken
- Minze waschen, Blätter abzupfen und grob schneiden
- Auberginen, Paprika, Tomaten, Kreuzkümmel, Knoblauch, Minze und Mandeln in einem Mixer pürieren
- Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und Limettensaft würzen

- Für das Püree die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser 25-30 min. gar kochen
- Inzwischen Knoblauch fein hacken und mit Milch, Butter, Salz und Muskat in einem Topf einmal aufkochen
- Kartoffeln in Sieb giessen, abtropfen und ausdämpfen lassen
- Noch warm die Kartoffeln pellen, durch eine Presse in die Milch drücken und verrühren
- Beiseite stellen
- Für den Salat den Römersalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen
- Salatblätter klein schneiden
- Koriandergrün, Basilikum, Minze und Petersilie waschen
- Blätter abzupfen
- Essig, Salz, Öl, Wasser mit wenig Zucker verrühren
- Chorizo in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten



FEINSCHLECKER

WENN MÄNNER KOCHEN

- Auf Küchenpapier abtropfen lassen
- Restliches Öl in einer Pfanne mit Fenchelsalat erhitzen
- Fisch mit Salz würzen, mit der Hautseite nach unten in die Pfanne geben, knusprig braten
- Kräuterblätter mit Salat und Vinaigrette mischen und in Schüssel geben
- Kartoffelpüree leicht erwärmen und mit Fisch, Chorizo und Mojo auf vorgewärmte Teller geben
- Sofort servieren
- Restliche Mojo und Salat extra servieren

Zutaten

Kartoffeln (festkochend)	1kg
Salz	
Zucker	
Muskat	
Limettensaft	1EL
Butter	60g
Aubergine	600g
Peperoni rot	1kg
Mandelblättchen	60g
Kreuzkümmel	2TL
Knoblauch	2 Zehen
Frische Minze	1Bund
Pfeffer	
Milch	300g
Römersalat	160g
Basilikum	
Glatte Peterli	
Weissweinessig	4EL
Olivenöl	16EL
Chorizo	16 Scheiben
Fenchelsaat	2EL
Red Snapper-Filet (oder Rotbarsch)	16 à 150gr
Strauchtomaten	200g
Fleur de Sel	



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

New York Style Cheesecake



Zutaten

Vollkornguetzli (zBsp. Naturaplan Vierkorn)	300g
Macadamia-Nüsse	100g
Butter, flüssig, abgekühlt	100g
Fleur de Sel	4Prisen
Doppelrahm-Frischkäse (zBsp. Philadelphia)	800g
Eier	4
Zucker	200g
Vanillestängel (längs aufgeschnitten, nur ausgekratze Samen)	2
Muskat	0.5TL
Crème fraîche	400g
Konfitüre (Himbeere)	8EL

Zubereitung

- Ofen auf 180 Grad vorheizen.
- Guetzli und Nüsse im Cutter fein mahlen oder in einem Plastikbeutel mit dem Wallholz fein zerstoßen.
- Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen, Guetzli und Nüsse mit dem Fleur de Sel daruntermischen, auf dem vorbereiteten Formenboden verteilen.
- Masse mit einem Löffelrücken oder Glasboden gut andrücken, dabei einen ca. 3cm hohen Rand formen, kühl stellen.
- Vanillestängel längs aufschneiden, Samen auskratzen, in eine Schüssel geben.
- Frischkäse, Eier, Zucker und Muskat begeben, verrühren.
- Masse auf dem Guetzliboden verteilen.
- Backen: ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des Ofens.
- Herausnehmen, auf einem Gitter ca. 5 Min. abkühlen.
- Crème fraîche auf dem Kuchen verteilen.
- Konfitüre löffelweise darauf verteilen, mit einem Löffelstiel marmorieren.
- Fertig backen: ca. 15 Min.
- Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen, Formenrand entfernen.
- Cheesecake zugedeckt mind. 6 Std. kühl stellen.