



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Meeresfrühtesalat mit Käse gratiniert

Schollenfilets auf Orangen-Lauch-Sauce

Kiwi-Mango-Feuilletés mit Mango-Sauce

Zutaten:

Zubereitung:

Meeresfrühtesalat mit Käse gratiniert

150 g	Miesmuschelfleisch	
150 g	Garnelen	küchenfertig
1 EL	Zitronensaft	
1 EL	Sojasauce	hell
1 Stk	Schalotte	fein gehackt
1 Stk	Karotte	schräg, dünne Scheiben
2 Stk	Stangensellerie	Scheiben
1 EL	Butter	
1 Stk	Knoblauchzehe	gepresst
	Salz, Pfeffer	
125 g	Kefen	blanchiert
8 Stk	Cocktailtomaten	halbieren
1 Stk	Ei	hart gekocht
Zweig	Dill	
150 g	Crème fraîche	
70 g	Gruyère	gerieben
	Salz, Pfeffer	
	Fett	
	Schnittlauch	

Die Muscheln und die Garnelen in einer Mischung aus Zitronensaft und Sojasauce ca. 30 Minuten marinieren.

Schalotte fein hacken. Rübli schräg in dünne Scheiben schneiden. Sellerie putzen, waschen und in Scheiben schneiden.

In einer Pfanne die Butter erhitzen und Schalotte darin glasig dünsten, den gepressten Knoblauch dazu geben. Rübli und Sellerie dazugeben und ca. 5 Minuten schmoren lassen

Etwas Wasser angießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse durch ein Sieb geben, dabei den Sud auffangen.

Die Kefen putzen und kurz in Salzwasser blanchieren, abgiessen. Tomaten waschen und halbieren. Den Dill waschen, trockenschütteln und fein hacken. Das Ei schälen und in feine Würfel schneiden.

Die Crème fraîche mit Käse, Dill, Ei und dem Gemüsesud mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Das Gemüse, die Kefen und die Tomaten mit den marinierten Meeresfrüchten mischen und in eine gefettete, ofenfeste Form geben. Die Käsesauce darüber giessen. Im Backofen auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten goldbraun überbacken.

Mit Schnittlauchhalmen garniert servieren.