



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Chochete vom 7. März 2013 – Tisch 3

Jakobsmuscheln auf Fenchelrahm

Lammnierstück in Kartoffelkruste

Moelleux au chocolat

Jakobsmuscheln auf Fenchelrahm

Für 4 Personen

300	g	Fenchel
2	EL	Butter
2	dl	Weisswein
1,5	dl	Gemüsebouillon
1	dl	Rahm
3 - 4	Stk	Salbeiblätter
2 - 3	EL	Absinthe (oder Pernod/Nolly Prat)
		Salz, Piment d'Espelette
8	Stk	Jakobsmuscheln fein abgeriebene Schale von einer Zitrone
2	EL	Olivenöl
8	Stk	Blutorangenfilet (Dekoration) Schnittlauch (Dekoration)

Den Fenchel rüsten, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne die Butter erwärmen und den Fenchel dünsten, bis er zusammengefallen ist. Mit Weisswein ablöschen und auf grossem Feuer fast vollständig einkochen lassen. Die Bouillon und den Rahm dazugeben und den Fenchel auf kleinem Feuer 15 Minute kochen lassen; die Sauce sollte leicht sämig einkochen. Die Salbeiblätter in feine Streifen schneiden, mit dem Absinthe zum Fenchelrahm geben, mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

Die Jakobsmuscheln unter fliessend kaltem Wasser abspülen und mit Haushaltspapier trocken tupfen, Mit Zitronenschale und Salz würzen und mit Öl beträufeln. Eine Bratpfanne trocken erhitzen und die Muscheln auf mittlerem Feuer auf jeder Seite ca. 1 Minute (je nach Dicke) braten. Die Pfanne vom Feuer ziehen und die Muscheln zugedeckt 2-3 Minuten ziehen lassen.

Den Fenchelrahm auf vorgewärmte Teller anrichten, mit dem Schnittlauch und den Orangenfilet den Teller garnieren und die Jakobsmuscheln auf den Fenchelrahm setzen.