



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Chochete vom 12.06.2014 – Tisch 1

Petit Pâté de Porc des Cévennes

Artichauts à la vinaigrette

Carré d'agneau à la provençale
avec courgette farcie à la ratatouille

Assiette de fromages avec sa moutarde aux figues

Clafoutis à la provençale aux cerises

Carré d'agneau à la provençale avec courgette farcie à la ratatouille

Für 4 Personen

2	Stk	Lammracks
		Salz und Pfeffer
		Rapsöl
2	EL	Dijonsenf
2	EL	Honig
50	g	Butter (weich)
2	Stk	Knoblauchzehe
4	Stk	Sardellenfilets
3	EL	Panko-Paniermehl
2	EL	Rosmarin (fein gehackt)
2	EL	Thymian (fein gehackt)

Lammracks

Backofen auf 200°C vorheizen.

Lamm mit Salz und Pfeffer würzen.

Rapsöl in der Bratpfanne heiss werden lassen und die Lammracks kräftig rundum anbraten. Lammracks auf einen Grillrost legen und beiseite stellen.

Senf und Honig zusammenmischen.

Knoblauch mit einer Prise Salz zu einer Paste mörsern.

Sardellen mit einer Gabel zerdrücken.

Butter, Sardellen und Knoblauch in einem Schüssel zusammenmischen. Kräuter und Panko-Brösmeli daruntermischen.

Lamm mit der Senf-Honig Mischung bepinseln. Kräuter-Brösmeli-Mischung vorsichtig darauf drücken.

Lamm bis Kerntemperatur 55°C braten. Aus dem Backofen nehmen, mit Alufolie abdecken und 15 Minuten ruhen lassen.

Achtung: Wenn die Kruste anfängt, dunkel zu werden, Hitze um 20°C reduzieren.

Ratatouille

Zucchetti, Aubergine, Peperoni und Tomaten in kleine Würfel (ca 5mm) schneiden. Die Tomaten sind separat aufzubewahren. Knoblauch und Zwiebel fein hacken und in Olivenöl andünsten.

Zucchetti, Aubergine und Peperoni dazugeben.

Thymian, Lorbeerblatt hinzugeben, mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette würzen

30 Minuten kochen, Tomaten dazugeben und 15 Minuten weiter köcheln lassen.

Zucchetti vorbereiten:

Die grossen Zucchetti waschen und die Enden abschneiden, in 4 gleich grosse Stücke schneiden.

Mit einem Kaffeelöffel die grosse Zucchetti vorsichtig bis aushöhlen. Am Schluss sollte ein ca 2mm dicken Boden bleiben.

Die Zylinder in kochendem Salzwasser blanchieren.

Mit dem Ratatouille füllen.

2	Stk	Grosse Zucchetti
1	Stk	Zucchetti gelb
½	Stk	Aubergine
1	Stk	Peperoni rot
2	Stk	Tomaten
1	Stk	Zwiebel
1	Zeh	Knoblauch
		Olivenöl
		Thymian, Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette