



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Event-Vorbereitung - Chocheten vom 16.03.2017 und 06.04.2017

Apéro: Tortilla Apéro

Amuse-Bouche: Gefüllte Zucchini auf einem Peperoni Coulis

Fisch: Heiss geräucherter Lachs mit grünen Spargeln

Suppe: Bärlauchsuppe

Heisse Vorspeise: Spargel-Morchel Feuilleté

Sorbet: Gurken-Ingwer Granité

Hauptgang: Geschmorte Kalbsbacken mit Beilage

Dessert: Erdbeeren Assemblage

Geschmortes Kalbskopfbäckchen mit Erbsen-Kartoffel-Stock

Für 10 Personen

2	Stk.	Zwiebeln
1	Stk.	Rüebli
1/2	Stange	Lauch
125	g	Knollensellerie
10	Stk.	Kalbskopfbäckchen, pariert
2	EL	Puderzucker
2	EL	Tomatenmark
3	dl	Rotwein, Pinot noir
ca. 1	l	Hühnerbouillon
2	Stk.	Lorbeerblatt
1	TL	Senfkörner
1	Zweig	Thymian
2	Streifen	Zitronenschale
2	Zehen	Knoblauch
1	Scheibe	Ingwer
3	cl	Sherry
		Pfeffer, Salz, Maizena und Korianderpulver

1	kg	Kartoffeln mehlig kochend
125	g	Gartenerbsen (tiefgekühlt)
2.5	dl	Milch
30	g	Butter
		Muskat (frisch gerieben)
		Salz, Pfeffer
600	g	Karotten
10	Stk.	Frühlingszwiebeln (klein)
		Butter, Salz, Currypulver
		Kresse

Kalbskopfbäckchen

Gemüse schälen und in ca. 1 cm grosse Würfel bzw. Streifen schneiden. Kalbskopfbäckchen in Öl anbraten, herausnehmen. Puderzucker im gleichen Topf hellbraun karamellisieren, das Tomatenmark zugeben und anrösten lassen. Mit einem Drittel des Rotweins ablöschen und sirupartig einreduzieren lassen. Zweimal wiederholen.

Das Gemüse in einer Pfanne in Öl anschwitzen, mit den Kalbskopfbäckchen und den beiden Lorbeerblätter in den Topf geben und mit Hühnerbouillon auffüllen, so dass die Bäckchen knapp bedeckt sind. Für ca. 2 Std. leise simmern lassen (im Ofen bei 150°C).

Die Senfkörner, den Thymian, die Zitronenschale, den Knoblauch und den Ingwer dazu geben und ca. ½ Std. mitziehen lassen.

Die Kalbskopfbäckchen aus der Sauce nehmen, das Gemüse ab sieben und die Sauce etwas einkochen. Den Sherry zugeben, und wenn nötig mit etwas Maizena binden. Mit Salz, Pfeffer und etwas gemahlenem Koriander abschmecken.

Die Kalbskopfbäckchen zurück in die Sauce geben.

Erbsen-Kartoffel-Stock

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Erbsen in der Milch 5 Minuten kochen, mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen und anschliessend zusammenmixen. Kartoffeln dazu pressen, Butter begeben und wenn nötig noch abschmecken.

Karotten und Frühlingszwiebeln

Die Karottenscheiben und die Frühlingszwiebel planschieren und vor dem servieren im Butter wärmen und würzen.

Die Kresse wird für die Garnitur verwendet.