

CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Chochete vom 04.05.2017 – Tisch 1

Krevettenküchlein auf Mangosalat

Gefüllte Calamaretti auf Paprikabulgur

Steinbuttfilet mit Sauce Choron

Guinness-Schoggimousse

Gefüllte Calamaretti auf Paprikabulgur und Hummerschaum

Für 4 Personen

- | | | |
|----|--------|---|
| 12 | Stk. | Calamaretti (Kleine ca. 10cm) |
| 2 | Stk. | Peperoni (je eine rote und gelb) |
| | | Halbiert und entkernt und geschält |
| 1 | Stk. | Zucchetti, längs dünne Scheiben geschnitten |
| 4 | EL | Oliveöl |
| 1 | Stk. | Knoblauchzehe |
| 2 | Zweige | Thymian |
| 2 | Zweige | Rosmarin |
| | | Salz, Pfeffer, Oliveöl, Zitronensaft |
| 1 | TL | Honig |

Fischfarce (siehe Rezept)

- | | | |
|----|----|---|
| 90 | g | Bulgur (|
| 20 | g | Butter |
| 1 | TL | Ras el hanout |
| je | 1 | Unbehandelte Orange und Zitrone, abgeriebene Schale |

Hummersauce (siehe Rezept)

Calamaretti

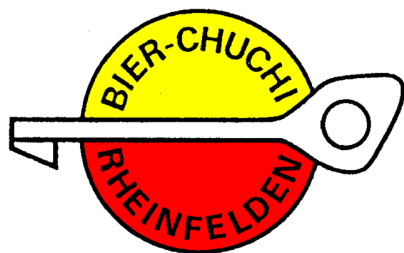
Von den Calamaretti die Haut abziehen, die Arme (Tentakel) aus dem Körperbeutel ziehen. Tentakel und Körperbeutel mit einem scharfen Messer nahe den Augen abschneiden. Fangarme umstülpen und dem Zeigfinger die Kauwerkzeuge von unten herausdrücken. Tentakel und Körper gründlich spülen und trockentupfen

Die Peperonihälften und die Zucchettischeiben in einer Grillpfanne mit Oliveöl, der Knoblauchzehe und den Kräutern beidseitig gleichmässig grillieren. Aus den Peperoni 12 gleichmässige Dreiecke schneiden. Den Rest der Peperoni in fein würfeln, mit Salz, Pfeffer, Oliveöl, Zitronensaft und dem Honig abschmecken. Die Hälfte der gewürfelten Peperoni mit der Fischfarce vermischen, abschmecken und in Calamarettituben füllen, mit Zahnstocher verschliessen und mit Oliveöl bestreichen. Die Tentakel der Calamari ebenfalls mit Öl bestreichen.

Inzwischen den Bulgur in deine Schüssel geben, mit lauwarmen leicht gesalzenem Wasser anfeuchten und aufquellen lassen. In einem Topf Wasser aufkochen, den Bulgur in ein Sieb über den kochenden Sud hängen und 10 Minuten im aufsteigenden Dampf garen. In eine Schüssel geben, mit den restlichen Paprikawürfeln und Butter vermischen, mit Salz, Pfeffer, wenig Zitronensaft und etwas geriebenen Zitronen- und Orangenschalen sowie dem Ras el hanout abschmecken. Warm halten!

Die gefüllten Calamaretti und die Tentakel in Oliveöl von allen Seiten gleichmässig kurz scharf anbraten. Gleichzeitig die Peperoni Dreiecke und die Zucchettischeiben sowie die Hummersauce erwärmen

Den Bulgur in einem Ring in der Mitte der Teller anrichten. Jeweils drei Calamari daraufsetzen. Die Tentakel in eine Zucchettischeibe einrollen und in die mitte setzen. Mit Paprikadreiecken ausgarnieren und mit dem Hummerschaum umgiessen.



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Chochete vom 04.05.2017 – Tisch 1

Krevettenküchlein auf Mangosalat

Gefüllte Calamretti auf Paprikabulgur

Steinbuttfilet mit Sauce Choron

Guinness-Schoggimousse

Gefüllte Calamaretti auf Paprikabulgur und Hummerschaum

Für 4 Personen

100	g	Zander oder Hecht ohne Gräten und Haut
100	ml	Rahm
		Salz, weisser Pfeffer aus der Mühle, Cayennepfeffer
½	Limette	Saft
1	El	Noilly Prat

Fischfarce

Den Fisch und den Rahm getrennt im Tiefkühler leicht anfrieren bzw. gut durchkühlen lassen. Den angefrorenen Fisch im Kutter kurz durchhacken, die Hälfte des Rahms dazu geben und kurz durchmixen. Den restlichen Rahm zügig darunterarbeiten und die Farce kühl stellen.

Die Farce durch ein Haarsieb streichen und mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Noilly Prat und Limettensaft abschmecken.

1	Stk.	Schalotte
		Butter
1	TL	Tomatenmark
1	dl	Champagner
4	cl	Cognac
4	cl	Roter Portwein
2	dl	Fischfond
1	dl	Rahm
30	g	Hummer Konzentrat

Hummersauce

Schalotten fein hacken, in Butter glasig dünsten, Tomatenmark dazu geben. Mit Champagner, Cognac und Portwein ablöschen, flambieren und den Alkohol einkochen. Mit Fischfond und Rahm auffüllen, auf die Hälfte reduzieren. Die Sauce durch ein Sieb giessen. Hummerkonzentrat der Sauce beigegeben und mit Salz, Pfeffer Zitronensaft abschmecken.

		Salz, Pfeffer
		Noilly Prat
		Zitrone
30	g	Butter

Kurz vor der Verwendung die Sauce nochmals erhitzen und mit den eiskalten Butterwürfeln schaumig aufmixen.