

**Menu und Kochrezepte**

**Kochabend vom 17.06.2005**

**Thema: Paprikapoulet**

**Menu:**

- Parmesangebäck mit Tomaten
- Spinatroulade mit Frischkäse
- Linsenchüechli
- Paprikapoulet mit Nüdeli
- Erdbeeren Marisa
- Schoggiminimuffins

**Rezepte von: Madeleine Blumer**

**Mengen:**

- Die Angaben beziehen sich auf 4 Personen; bei Gebäcken auf eine Form oder einen Teig.
- Abweichende Mengen sind besonders vermerkt.

\* \* \* \* \*

**Parmesangebäck mit Tomaten**

Für 16 Stück / Backofen auf 220° Ober- und Unterhitze vorheizen.

4 Cherrytomaten

kurz in kochendes Wasser tauchen, schälen, vierteln und etwas entkernen.

20 g Mehl

20 g Maizena

20 g Parmesan gerieben

1 dl Rahm

zusammen vermischen.

schaumig schlagen und alles sorgfältig vermischen.

Salz, Pfeffer

pikant würzen.

Ein Blech mit Backpapier belegen, mit einem EL 16 Rondellen austreichen. (Achtung nicht zu nahe, die Kreise verlaufen etwas beim Backen.)

10 Rucolablätter

ca. 10 g Parmesan

waschen und in 4 cm lange Streifen schneiden. mit dem Sparschäler hobeln, Rucola, Tomaten-

viertel sowie Parmesanspäne auf den Teig-rondellen verteilen. In der unteren Ofenhälfte 8 - 10 Min. backen; auf einem Gitter kurz auskühlen lassen. Schmecken frisch und leicht warm am besten.

### **Spinatroulade mit Frischkäse**

Backofen auf 190° vorheizen.

500g Spinat

rüsten, waschen, sehr gut abtropfen lassen, hacken oder sehr klein schneiden.

Olivenöl

erhitzen und den Spinat darin dämpfen, evt. entstandene Flüssigkeit abgiessen, auskühlen lassen.

2 Eigelb

darunter mischen,

Salz, Pfeffer, Muskat, Curry

würzen

2 Eischnee

darunter ziehen

1 Esslöffel Parmesan gerieben

ein gut befettetes Backpapier damit bestreuen und die Masse wie bei einer normalen Roulade ausstreichen und 15-20 Min goldbraun backen, es muss in der Mitte fest sein.

1 Esslöffel Parmesan gerieben

1 Esslöffel Parmesan gerieben

ein grosses Stück Backfolie damit bestreuen und die gebackene Roulade darauf stürzen, Papier lösen und wieder decken, inklusiv Blech, auskühlen lassen.

200 g Frischkäse  
z.B. 100g Quark und

100g Mascarpone  
Pfeffer, wenig Salz, Curry

crémig aufschlagen und auf der Roulade verteilen, behutsam von der langen Seite her aufrollen. Die Enden mit einem scharfen Messer zuschneiden.

Blattsalate

fein geschnitten als Garnitur dazu anrichten.

### **Pikante Linsenküchlein**

125 g grüne oder braune Linsen

in viel Bouillon weich kochen, gut abtropfen.

2 kleine Rübli

1 Zwiebel

1 Stange Sellerie oder  
ein Stück Sellerieknolle

frische Kräuter

Olivenöl

rüsten und alles fein hacken(Cutter).

erhitzen und das Gemüse andämpfen bis es goldgelb ist.

gekochte Linsen	}	alles mischen und abschmecken; mit bemehlten Händen 12-16 Küchlein formen und sorgfältig in Öl beidseitig braten bis sie knusprig sind.
1 Knoblauchzehe gepresst		
½ TL gemahlener Kreuzkümmel		
½ TL Koriander		
1 Bund gehackter Peterli		
1 EL Zitronensaft		
Salz, Pfeffer		

Brunnenkresse und Tomatenscheiben als Garnitur verwenden.

### **Paprika-Poulet**

6 - 8 Pouletoberschenkel	}	kalt abspülen, trocken tupfen. entkernen und in grobe Würfel schneiden.  fein hobeln oder hacken. ebenfalls fein hacken. erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch begeben und glasig dämpfen. Peperoni, Tomaten begeben.
2 Peperoni rot oder orange		
2 Tomaten		
500g Zwiebeln		
2 Knoblauchzehen		
2 EL Olivenöl		
3 EL Paprikapulver	}	kurz mitdünsten.
1 Prise Kümmelpulver		
1 TL Sambal Olek		
3 dl Bouillon		
2 dl Sauer-Halbrahm		ablöschen, Poulets hineinlegen, ca. 40 Min. zugedeckt schmoren, dabei einmal wenden. Wenn das Fleisch gar ist, aus der Sauce neh- men, etwas abkühlen lassen, Sauce pürieren. einrühren, bei grosser Hitze ca. 5 Min. ein- kochen.
Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft		abschmecken. Poulethaut entfernen, in der Sauce das Fleisch nochmals heiss werden lassen, abschmecken und mit Nudeln oder Trockenreis servieren.

### **Nudeln**

300 – 400 g Nudeln	in viel Salzwasser al dente kochen.
--------------------	-------------------------------------

### Erdbeeren Marisa

250 g Erdbeeren

1,05 dl Rahm

20 ml Pernod

Zucker

wenig Zitronensaft

wenn nötig waschen, rüsten, schiebeln oder vierteln.

während des Rahmschlagens

einlaufen lassen, den Rahm nur cremig schlagen.

nach Belieben beifügen.

zum Abschmecken.

### Schoggi-Minimuffins

Ergibt 24 Stück, Backofen auf 180° vorwärmen.

50g Butter

schaumig rühren.

1 Ei

125 g Zucker

½ Prise Salz

1 ½ EL Schokoladepulver

½ EL Kakaopulver

weiterrühren bis zitronengelb

.

dazumischen,

1,25 dl Milch

125 g Mehl

½ Päckli Backpulver

darunter ziehen, in gut befettete Minimuffinsförmli füllen und 12 -15 Min. backen.

Puderzucker oder Schokoladeglasur Muffins damit bestreuen resp. glasieren.