



Kochabend vom 21. Juni 2022

Ein bißchen mediterran

von Ruedi Mohler

Apéro

Canapés Cantadou
Cantadou-Häppchen

Vorspeise

Crevettes géantes tièdes à la provençale
Riesencrevetten provenzalisch
Salade de fenouil à l'orange
Fenchelsalat

Hauptgang

Saltimbocca alla Romana
Risotto al Pinot bianco Sudtirolo
Saltimbocca mit Weißburgunderrisotto

Käse

Chèvre, brebis et vache
Geiß, Schaf und Kuh

Dessert

Salade de fraises à la menthe et au poivre noir
Erdbeeren mit Minze und schwarzem Pfeffer

Weine

Apéro: diverse Weißweine

Weiß: Weißburgunder «Anna», 2020, Tiefenbrunner, Entiklar, Südtirol

Rot: Marqués de Riscal Reserva, 2017, Rioja DOCa

Canapés Cantadou

Cantadou-Häppchen

Zutaten für 4 Personen

120 g	Cantadou
1 - 2	Baguettes
	Kochbutter
1	rote Schalotte oder Zwiebel
1	rote Piment
1 - 2	Radieschen, wenn erhältlich die länglichen <i>radis roses</i>
	Piment d'Espelettes gemahlen

Mise en place

Aus den Baguettes zwölf regelmäßige Scheiben schneiden.

Piment halbieren und Kerne sowie alles Weißliche entfernen, ganz kleine Würfel (Brunoise) schneiden.

Schalotte so schneiden, daß feine längliche Streifen entstehen.

Radieschen rüsten, waschen und in schmale Stengelchen schneiden.

Zubereitung

Baguette-Scheiben in Bratpfanne mit wenig Butter leicht anrösten, abkalteln lassen.

Alle gleichmäßig mit den verschiedenen Cantadou bestreichen und belegen.

Alle mit wenig Piment d'Espelettes bestreuen.

Je gleichviele Canapés herstellen:

Pfeffer-Cantadou: mit Piment
 Provence-Cantadou: mit Schalotten
 Meerrettich-Cantadou: mit Radieschen



Crevettes géantes tièdes à la provençale

Lauwarme Riesencrevetten provenzalisch mit Fenchelsalat

Zutaten für 4 Personen

12	gekochte Riesencrevetten (* Variante mit rohen Crevetten)
1	unbehandelte Zitrone
	weißer Pfeffer (1) aus der Mühle
1 – 2	Knoblauchzehen
1 Bd	glatte Petersilie
	würziges Qualitätsolivenöl (1)
2	mittelgroße Fenchel
1 – 2	Orangen
	Sonnenblumen- oder Traubenkernenöl (2)
	weißer Essig
	alter Aceto balsamico
	Salz
	weißer Pfeffer (2) aus der Mühle

Mise en place

Backofen oder Wärmeschublade auf 50° – 60° vorwärmen.
 Schale für Riesencrevetten aufwärmen.

Orangen schälen, filetieren; es sollten 2 – 3 Filets pro Person resultieren, etwas von der Orangenfrucht kleinhacken.

Mit Speiseöl (2), weißem Essig, wenig Salz, weißem Pfeffer (2) und Aceto balsamico eine Salatsauce herstellen, gehackte Orangenfrucht darunterziehen.

Roher Fenchel auf einem Küchenhobel in ganz feine Scheiben hobeln. In flache, weite Schale legen.

Knoblauch schälen, Keimling entfernen.

Petersilie waschen etwas abtrocknen, 4 schöne Blätter beiseite legen, Rest feinhacken.

Zubereitung

Gehobelten Fenchel mit Salatsauce bedecken, aber nicht ersäufen, und marinieren lassen, ev. ein wenig nachwürzen.

Oliveneröl in die Schale geben, Knoblauch hineinpresse, gehackte Petersilie darunterziehen. Im Ofen/Wärmeschublade erwärmen lassen.

Riesencrevetten herausschälen, kalt abspülen, mit Küchencrepe trockentupfen, mit Zitronensaft beträufeln und maßvoll mit Pfeffer (1) würzen; nicht salzen, die Crevetten sind vom Salzwasser schon immer etwas salzig!

Anschließend in die Schale mit der Olivenölmarinade legen und warm werden lassen, zwischendurch wenden.

- * *Variante mit rohen Riesencrevetten:*
Kochbutter erhitzen, Riesencrevetten kurz darin braten, sie sollten innen noch glasig sein, dürfen nicht durchgaren. Während des Bratens Crevetten in der Pfanne mit weißem Pfeffer (1) würzen; nicht salzen, Crevetten sind vom Salzwasser immer etwas salzig!

Anrichten:

Fenchelsalat auf die eine Tellerhälfte geben, zwei oder drei Orangenfilets plazieren, je 3 warme Riesencrevetten auflegen und mit etwas Marinade überziehen, mit Petersilienblatt dekorieren.

- * *sautierte Crevetten auflegen und mit einem Filet von Olivenöl würzen.*



Saltimbocca alla Romana **Risotto al Pinot bianco Sudtirolo**

Kalbsplätzchen mit Rohschinken und Salbei und Weißweinrisotto

Zutaten für 4 Personen

8	Kalbsplätzchen à 50 – 60 gr
8	Tranchen Rohschinken
10 – 11	Salbeiblätter
	gemischter oder schwarzer Pfeffer (aus der Mühle)
	Salz
	Bratcrème oder Kochbutter
	Rotwein
	Kalbsfonds
	Zahnstocher

Mise en place

Backofen auf 85 - 90° vorwärmen, Fleischplatte mitwärmen.

Salbeiblätter waschen und mit Küchencrêpe trocknen. 8 gleichmässige beiseite legen, die andern in kleine Streifen schneiden.

Kalbsplätzchen mit Küchencrêpe trockentupfen, flachklopfen, beidseitig mit Pfeffer würzen.

Plätzchen mit Rohschinken und Salbeiblatt belegen, mit Zahnstocher zusammenheften.

Zubereitung

Vor dem Braten Kalbsplätzchen leicht salzen; nur auf der Fleischseite, Schinkenseite ist schon salzig.

Saltimbocca braten, zuerst ca. 1 Min auf der Schinkenseite, dann 2 – 3 Min auf der Fleischseite. Mit Fleischgabel prüfen.

Schnitzelchen in vorgewärmter Platte im Zwischenofen ruhen lassen.

Bratensatz mit Wein lösen und Kalbsfonds zugeben; reduzieren, bis sich der Jus auf einem Löffelrücken etwas zieht, abschmecken, warmstellen.



Risotto al Pinot bianco Sudtirolo

Zutaten für 4 Personen

350 g	Risottoreis
	Kochbutter
1	größere weiße Zwiebel
	Weißburgunder Anna 2021, Tiefenbrunner, Südtirol **
1 Lt	Gemüsebouillon kochend
120 g	Butter
	geriebener Parmesan oder Sbrinz

Mise en place

Gemüsebouillon aufkochen.

Zwiebel ganz fein hacken (mit dem Messer, im Cutter werden sie bitter).

Zubereitung

Zwiebel in Kochbutter anziehen lassen (aber keine Bräunung).

Reis dazugeben und anziehen lassen, bis die Körner glasig werden.

1 ½ Deziliter Weißwein dazugeben, rühren bis fast aufgesogen.

Anschließend ein erste Kelle kochende Bouillon zugeben und ca. 20 Min stetig rühren.

Wenn der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat, weiteren Bouillon zugeben und weiterrühren; zwischendurch Weißwein zugeben, aber weniger als Bouillon.

Wenn der Risotto nach ca. 20 Min die richtige Risotto-Konsistenz hat, zudecken und 1 Min ziehen lassen. Ev. nochmals etwas Weißwein zugeben, dann Butter in Würfeln einarbeiten, Parmesan zufügen, abschmecken und ausgleichen.

*** Der Weißburgunder aus Südtirol ist eine Erinnerung an eine unserer Weinreisen. Man kann auch einen andern Weißen nehmen, sollte aber auf einen Wein achten ohne zweiten Säureabbau; somit eignen sich die meisten CH-Weißweine eher nicht.*

Anrichten:

Risotto auf eine Tellerhälfte geben, zwei Saltimbocca-Schnitzel auflegen und mit dem Jus napieren.



Käse

Käse nach Sorten auf drei Platten anrichten und zur Selbstbedienung auf den Tisch geben.



v.l.n.r.: Chèvres – Ziegenkäse; Brebis – Schafkäse; Vache – Kuhmilchkäse

Salade de fraises à la menthe et au poivre noir

Erdbeeren mit Minze und schwarzem Pfeffer

Zutaten für 4 Personen

350 g	Erdbeeren
1,5 dl	Rotwein (Cairanne ** oder ein anderer fruchtiger Rotwein wie Beaujolais)
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	frische Minzenblätter
1 EL	feiner Kristallzucker

Mise en place

Erdbeeren rüsten und je nach Größe in Hälften oder Viertel schneiden.

Minzenblätter waschen, mit Küchentuch trocknen und in Streifen schneiden.

Zubereitung

Erdbeeren in große Schale geben und lagenweise zuckern und etwa die Hälfte der Minzenstreifen darüber geben.

Rotwein angießen, Erdbeeren marinieren lassen, von Zeit zu Zeit sorgfältig wenden.
Ev. etwas Rotwein nachgießen.

Kurz vor dem Anrichten schwarzen Pfeffer aus der Mühle über die Erdbeeren geben und unterziehen.

Anrichten:

Erdbeeren in eine tiefere Schale geben, mit restlichen Minzestreifen garnieren.

** *Der Cairanne ist eine Erinnerung an eine unserer Weinreisen ins Côtes-du-Rhône.*



Impressionen





