



Kochabend vom 20. September 2023

Wir kochen im Fernsehen

von Werner Thüring und Hanspeter Eckstein

*An diesem Kochabend besuchte uns das Fernsehen **regioTVplus**, womit das Menu von Werner Thüring und Hanspeter Eckstein es ins Fernsehen schaffte und die Oberwiler Knoblauchzingge in die Liga der Fernsehköche aufgestiegen sind.*



Apéro

Speck-Dörrfrüchte, Tapenade

Vorspeisen

Chanterelles au Beurre auf Toast

Jakobsmuscheln mit Safran
auf Belugalinsen

Hauptgang

Rib-Eye Steaks
Bohnen im Speckmantel

Käse

Époisses – Brie de Meaux – Bleu d'Auvergne

Dessert

Zwetschgenwähe mit Zimt und Schlagrahm
Caramelcrème / Brennti Crème

Speck-Dörrfrüchte



Zutaten für 4 Personen

8	Dörraprikosen
8	entsteinte Datteln
4	entsteinte Dörrpflaumen
12	Tranchen Bratspeck

Mise en place

Backofen auf 200° vorheizen.

Zubereitung

Dörrfrüchte mit je einer Specktranche umwickeln, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Backen ca. 15 Min. in der Mitte bei 200 Grad im vorgeheizten Ofen. Damit es nicht anbrennt (hoher Zuckergehalt) nach 6 Min. wenden.

Tapenade

Ein kleines Stück Provence auf der Zunge! Dieser typische Brotaufstrich aus Oliven und Sardellenfilets (Filets d'Anchois) ist sehr beliebt als Begleitung eines Pastis.

Zutaten für 6 Personen (ohne Salz und Pfeffer)

200 g	schwarze Oliven
20 g	Kapern
4	Sardellenfilets
1 TL	Zitronensaft
15 cl	Olivenöl
	Brot oder Toast

Zubereitung

1. Oliven entsteinen, Sardellenfilets kurz unter Wasser spülen, um Öl und Salz zu entfernen.
2. Oliven, Kapern, Sardellenfilets zusammen mixen.
3. Öl und Zitronensaft dazugeben und weiter 2 Min. lang mixen, bis ein feines Püree entsteht.
4. Brot oder Toast mit Olivenöl bepinseln und toasten.

Chanterelles au Beurre auf Toast**Zutaten für 14 Personen**

1 kg	Chanterelles (Pfifferlinge, Eierschwämme)
2	Schalotten fein gehackt
1	Knoblauchzehe
100 g	Butter
5 dl	Vollrahm
1 Bd	Schnittlauch
1	Toastbrot
	Weisswein

Zubereitung

Pilze putzen mit einem Pinsel und Messer. Pfanne mit Knoblauch ausreiben. Schalotten in warmer Butter andämpfen, Pilze dazugeben, aufkochen, mit Weisswein ablöschen. Rahm dazugießen und bei mittlerer Hitze 10 Min. köcheln. Würzen und mit Schnittlauch garnieren.

Coquilles Saint Jacques mit Safran auf Belugalinsen



Zutaten für 4 Personen

12	Coquilles Saint Jacques (Jakobsmuscheln)
1	Schalotte, fein gehackt
1	Knoblauchzehe
200 g	Belugalinsen
100 g	Butter
1	Limette (Saft)
5 dl	Vollrahm
1	Lemon Gras
2	Safran Brieflein
70 ml	Bouillon de Poisson
2 dl	Weisswein
	Noilly Prat
	Oliveöl

Zubereitung

1. Rahm-Safransauce

Schalotte in der Butter zusammen mit geriebenem Lemon Gras andämpfen. Safran mitdämpfen, Fond dazugießen, aufkochen, mit Wein ablöschen und Rahm dazugeben, würzen und 1 Schuss Noilly Prat dazugeben. Als Saucenspiegel anrichten.

2. Belugalinsen

In kaltes Wasser geben, aufkochen, Hitze reduzieren, im siedenden Wasser ca. 30 Min. weichkochen. Abtropfen, nach Belieben salzen und mit Hilfe eines Rings in der Mitte des Tellers anrichten.

3. Coquilles

Pfanne mit Knoblauchzehe ausreiben. Muscheln auf Küchenpapier abtrocknen, salzen. Im Olivenöl ca. 2 - 3 Min. bei mittlerer Hitze beidseitig anbraten (Achtung: müssen innen noch glasig sein).

Im Saucenspiegel anrichten.

Rib-Eye Steaks mit Bohnen im Speckmantel



Zutaten für 4 Personen

3	grosse, dicke Rib-Eye Steaks (Rindshohrücken) à ca. 400 g
	Bratöl
	Salz und Pfeffer aus der Mühle

Mise en place

Im Backofen eine feuerfeste Schale auf mittlerer Schiene auf 85° Ober/Unterhitze vorheizen. Teller vorwärmen.

Zubereitung

1. Die Steaks trocken tupfen (Zimmertemperatur).
2. Die Steaks in heissem Öl auf jeder Seite 2 - 3 Min. braten. Salzen und pfeffern. Dann in der vorgeheizten Schale in den Ofen schieben und bei gleicher Temperatur 45 - 50 Min. ziehen lassen.

Anrichten

Fleisch aufschneiden à la Tagliata und auf heisse Teller anrichten. Bohnen im Speckmantel auflegen und mit Rispentomaten dekorieren (siehe unten).

Dazu gibt's Hanspeters **Kräuterbutter** oder Wernis **Sauce Bearnaise**.

Bohnen im Speckmantel

Zutaten für 4 Personen

400 g	grüne Bohnen
8	geräuchte Specktranchen
1 EL	Butter
100 g	Rispetomaten
wenig	Olivenöl
	Salz und Pfeffer
½ Bund	Bohnenkraut in Kochwasser für besonderes Aroma

Zubereitung

1. Die Rispetomaten salzen, mit Olivenöl beträufeln und auf Backpapier im Ofen bei 200 ° 15-20 Min. kochen.
2. Bohnen waschen und die Enden abschneiden.
3. Gesalzenes Wasser in einen Topf zum Kochen bringen. Die Bohnen hinzugeben und etwa 10 Min. bei geschlossenem Deckel bissfest garen.
4. Anschliessend die Bohnen in Eiswasser abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen. In Portionen aufteilen, fest mit Specktranchen umwickeln, evtl. mit Zahnstocher befestigen und rundherum mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Butter auf einem Blech oder in einer Pfanne erhitzen und die Bohnen im Speckmantel hineingeben (ohne Zahnstocher sollte die Specknaht nach unten zeigen). Die Päckchen von allen Seiten knusprig anbraten und im Ofen warmhalten.

Käse



Zwetschgen mit Zimt



Zutaten für 8 Personen

1 kg	Zwetschgen
3 EL	gemahlene Mandeln
1 TL	Zimt
12 dl	Rahm
4 EL	Zucker
2	Eier
1 EL	Maizena
1	Kuchenteig rund

Mise en place

Backofen auf 200° vorheizen.

Zubereitung

1. Kuchenteig mit dem Backpapier ins Blech legen, Boden mit einer Gabel mehrmals durchstechen.
2. Haselnüsse und Zimt mischen, auf den Teigboden verteilen.
3. Zwetschgen halbieren, entsteinen (ergibt ca. 900 g), mit der Schnittfläche nach oben ziegelartig auflegen.
4. Rahm mit Ei, Zucker und Maizena in einem Messbecher gut verrühren, über die Zwetschgen giessen.

5. Backzeit: ca. 35 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Wähe herausnehmen, auf einem Gitter abkühlen und stehenlassen. Beim Servieren mit steifem Schlagrahm dekorieren.

Caramelcrème / Brennti Crème

Zutaten für 4 Personen

100 g	Zucker
0,5 dl	kaltes Wasser
0,5 dl	warmes Wasser
5 dl	Milch
2	Eier
1 EL	Maisstärke
1,5 dl	Rahm
	Beeren nach Belieben (Himbeeren, Brombeeren, ...)

Zubereitung

1. Zucker mit kaltem Wasser in einer Pfanne aufkochen. Köcheln lassen, bis ein braunes Caramel entsteht.
2. Pfanne von der Herdplatte wegnehmen. Caramel mit dem heissen Wasser ablöschen und sofort zudecken.
3. Pfanne auf die Herdplatte zurückstellen. Caramel aufkochen und unter Rühren auflösen.
4. Milch, Maisstärke und Eier kräftig mit dem Schwingbesen verrühren, unter Rühren zum Caramel geben. Unter ständigem Rühren bis zum Kochen bringen. Sofort durch ein Sieb in eine Metallschüssel giessen. Klarsichtfolie direkt auf die Oberfläche legen, damit sich beim Auskühlen keine Haut bildet. Vollständig auskühlen lassen.
5. Crème anrichten, die Hälfte des Rahms unter die Crème ziehen und die Portionen mit Himbeeren garnieren.

Impressionen









