

Kochen mit Freunden  
N5Kochloft in Worb  
19. April 2013

**Kenner & Schlemmer**  
Worb



mit

- ◆ Marlies & Sylvia  
Chefköchinnen
- ◆ Werner
- ◆ Küre
- ◆ Michu
- ◆ Mitzu
- ◆ Strich
- ◆ Fräne
- ◆ Ueli
- ◆ Bruno
- ◆ René

## Menu

Vorspeise

Lachs-Frischkäse-Terrine

Kirschtomaten-Kaltschale

Dorsch auf Tomaten-Ingwer-  
Kompott

Hauptgang

Zanderfilet mit Grünem Spargel

Dessert

Schokoladenkuchen mit salziger  
Butter

Apéro

## Lachs-Frischkäse-Terrine

**Ergibt etwa ca 10–12 Portionen**

Zubereitung 40 Minuten / Kühlzeit 4 Stunden

- ◆ 6 Blatt weisse Gelatine
- ◆ 250g Frischkäse
- ◆ 1 EL geriebener Meerrettich
- ◆ 150g Quark
- ◆ 1 EL Milch
- ◆ Salz
- ◆ Weisser Pfeffer aus der Mühle
- ◆ 1 EL Zitronensaft
- ◆ 1 TL abgeriebene, unbehandelte Zitronenschale
- ◆ 150 ml Sahne
- ◆ 200g Räucherlachs



Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Frischkäse mit dem Meerrettich, Quark und der Milch verrühren und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und – schale würzen. Die Sahne steif schlagen.

Die Gelatine tropfnass in einen kleinen Topf geben und bei schwacher Hitze auflösen. 2 EL Käsecreme unter die Gelatine rühren, diese dann unter die restliche Käsemasse rühren und die geschlagene Sahne unterheben. Abschmecken.

Den Räucherlachs in kleine Würfel schneiden und unter die Frischkäsemasse ziehen. Eine Terrinenform mit Frischhaltefolie auskleiden.

Die Creme einfüllen. Mit überstehender Folie abdecken und im Kühlschrank mindestens 4 Stunden fest werden lassen. Dann aus der Form stürzen, die Folie abziehen und in Scheiben geschnitten servieren.

Dazu nach Belieben pochierten und gebeizten Lachs mit Saucen (z.B. Senfsauce, Mayonnaise,...) servieren.

Apéro

## Kirschtomaten-Kalteschale im Glas mit Heilblut-Saltimbocca

### 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten / Kühlzeit 60 Minuten

- ◆ 250g Kirschtomaten
- ◆ 1 Knoblauchzehe
- ◆ 1 Schalotte
- ◆ 2 EL Olivenöl
- ◆ 150ml Gemüsebrühe
- ◆ 250ml Tomatensaft
- ◆ 1 EL frisch geschnittenes Basilikum
- ◆ 1 -2 EL weisser Balsamico
- ◆ Salz
- ◆ 1 Prise Zucker
- ◆ Cayennepfeffer

Für die Spiesse

- ◆ 4 Scheiben luftgetrockneter Schinken
- ◆ 200g Heilbutterfilet
- ◆ Zitronensaft
- ◆ Pfeffer aus der Mühle
- ◆ 4 Minzeblätter



Die Tomaten waschen, das Grün entfernen und abtropfen lassen. Den Knoblauch und die Schalotte schälen, fein würfeln und in heissem Öl glasig anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe und dem Tomatensaft ablöschen, heiss werden lassen und vom Feuer nehmen.

Das frisch geschnittene Basilikum und die Kirschtomaten zufügen, mit Balsamico, Salz, Zucker und Cayennepfeffer abschmecken, abkühlen lassen und kalt stellen.

Die Schinkenscheiben jeweils längs halbieren. Den Heilbutt abrausen und trocken tupfen. In vier gleich grossen Würfel schneiden und mit etwas Zitronensaft beträufeln und pfeffern. Jeweils zusammen mit einem Minzeblatt über Kreuz mit den Schinkenscheiben einwickeln. Bei milder Hitze im heissen Öl von beiden Seiten jeweils 1-2 Minuten (je nach Dicke) braten. Anschliessend auf Holzspiesse stecken.

Die Kaltschale nochmals abschmecken, in Gläser füllen und mit dem Spiess servieren. Nach Belieben mit Fenchelgrün dekorieren.

Apéro

## Dorsch auf Tomaten-Ingwer-Kompott

### 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten / Garzeit: ca. 35 Minuten

- ◆ 500g Tomaten
- ◆ 1 Schalotte
- ◆ 2 EL Zucker
- ◆ 2 EL Balsamico
- ◆ 1 EL frisch geriebener Ingwer
- ◆ 1 Lorbeerblatt
- ◆ 2 Zweige Thymian,
- ◆ Salz
- ◆ Pfeffer aus der Mühle
- ◆ 500g Dorsch mit Haut (küchenfertig)
- ◆ 250ml Fischfond
- ◆ 100ml trockener Weisswein
- ◆ 2 Lavendelblüten zum Garnieren
- ◆ Grobes Meersalz
- ◆ Lavendelblüten
- ◆ Kartoffelchips



Tomaten waschen, Stielansatz herausschneiden und würfeln. Schalotten schälen und fein würfeln. Zucker in einem Topf karamellisieren lassen und mit Essig ablöschen. Tomaten untermengen und etwa 30 Minuten unter gelegentlichem Rühren kompottartig einköcheln lassen. Während der letzten Minuten Ingwer, Lorbeerblatt und Thymian mitköcheln lassen.

Den Dorsch abbrausen, trocken tupfen und in vier Stücke teilen. Den Fond mit Wein und Lavendelblüten zum Sieden bringen. Den Fisch in den Sud legen, vom Feuer nehmen und 4-5 Minuten gar ziehen lassen. Kräuter wieder aus dem Kompott nehmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit Hilfe einer viereckigen Form auf vier Teller verteilen. Den Fisch von der Haut lösen und auf dem Kompott anrichten. Mit etwas Meersalz bestreuen und mit Lavendelblüten und je nach Belieben mit Kartoffelchips garniert servieren.

## Hauptgang

# Zanderfilet mit grünem Spargel und Champagnersauce

### 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten / Garzeit: ca. 25 Minuten

- ◆ 2 Schalotten
- ◆ 2 EL Butter
- ◆ 250ml Champagner
- ◆ 1 Stängel Estragon
- ◆ 800g grüner Spargel
- ◆ Salz
- ◆ Weisser Pfeffer
- ◆ 4 Zanderfilets à ca. 150g
- ◆ 2 EL Pflanzenöl
- ◆ 150ml Sahne
- ◆ Cayennepfeffer
- ◆ Zitronensaft

Zum Garnieren

- ◆ Bunter Pfeffer
- ◆ Estragon



Die Zanderfilets abbrausen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und auf der Hautseite in einer beschichteten Pfannen in heissem Öl 3-4 Minuten langsam goldbraun braten. Wenden, vom Feuer nehmen und gar ziehen lassen.

Die Sahne zum Champagnersud gebe, Estragon wieder entfernen, mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken. Mit dem Stabmixer schaumig mixen.

Einen Saucenspiegel auf die Teller geben, darauf die abgetropften und kurz in der restlichen Butter geschwenkten Spargelstangen anrichten.

Darauf den Zander setzen und mit ein wenig buntem Pfeffer bestreuen. Mit Estragon garniert servieren.

Dessert

## Schokoladenkuchen mit salziger Butter

### 8 Personen

Zubereitung 60 Minuten

- ◆ 250g dunkle Schoggi
- ◆ 150g salziger Butter
- ◆ 100g normale Butter
- ◆ 250g Zucker
- ◆ 4 Eier
- ◆ 1 EL Mehl
- ◆ Ev. Crème fraiche



Die Schokolade im Wasserbad schmelzen. Die salzige und die normale Butter mit einem Holzlöffel nach und nach in die Schoggi einrühren bis eine gleichmässige glatte Masse entsteht. Eigelb und Zucker in einer Schüssel hell schlagen, die Schokolade-Butter-Masse dazu fügen.

Das gesiebte Mehl mit dem Schwingbesen sorgfältig einarbeiten. Jetzt das Eiweiss mit einer Prise Salz steif schlagen und daruntermischen.

Eine Ringform ausbuttern und mit Mehl bestäuben. Den Ofen auf 180 Grad vorheizen, die Kuchenmasse in die Form füllen und 20–30 Minuten backen. Falls der salzige Kuchen besonders schmeckt, das nächste Mal nur salzige Butter beifügen. Lauwarm und mit Crème fraiche schmeckt der Kuchen am besten.

Dessert

## Sauerrahmglace



Zubereitung 30 Minuten

- ◆ 500g Sauerrahm
- ◆ 2 El Milchpulver
- ◆ 100g Puderzucker
- ◆ Saft von zwei Zitronen

Sämtliche Zutaten in einer Schüssel gut verrühren. 30 Minuten stehen lassen und etwas quellen lassen. Die Masse durch ein feines Sieb passieren und in der Eismaschine gefrieren lassen.