



glöggli-chuchi 5725 leutwil

club kochender männer

Sepp Olini, Dieter Lüscher

6. Dezember 2014

Kürbis-Orangen-Kokossuppe mit Garnelenspiess

Kürbissuppe
0,8 kg Hokkaido-Kürbis
1 Zwiebel
4 dl Kokosmilch
1 dl Gemüsebrühe
1 Stk. Ingwer
1 Stk. Orange
1 Prise Salz
Sambal Oelek
Mandelscheiben

Den Kürbis schälen und in kleine Würfel schneiden. Danach bei einer Temperatur von 180 Grad den Kürbis für 20 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. In der Zwischenzeit eine Zwiebel klein schneiden und zusammen mit etwas Ingwer in einem Topf mit Olivenöl anbraten. Den fertigen Kürbis dazugeben und mit Gemüsebrühe aufgießen. Das Ganze circa 20 Minuten kochen lassen und anschließend pürieren. Die Kokosmilch dazutun, weitere 15 Minuten kochen und öfters umrühren. Zum Schluss den Orangensaft dazu und nicht mehr kochen. Nach Bedarf salzen und abschmecken. Auf Teller verteilen, mit 1 EL gebratenen Mandelscheiben bestreuen, Garnelenspiess auf den Tellerrand legen, servieren.

Garnelenspieße
12 Stk Garnelen
geschält entdarnt
1 Pr Salz und Pfeffer
1 Stk Zitrone
ausgepresst
1½ Knoblauchzehe
4 EL Olivenöl
1½ EL Sesamkörner
5 EL Weinbrand

Garnelenspieße
Die Garnelen unter fließendem Wasser abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen.
Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und Knoblauch und Garnelen hinzufügen und 3-4 Minuten unter Rühren scharf anbraten bis die Garnelen gar sind.
Mit dem Weinbrand beträufeln und alles mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
Die Garnelen auf einen Spieß stecken und mit kurz angebratenem Sesam bestreuen.

Käsewähe

1 Käsemischung
fertig

Nach Rezept auf der Verpackung zubereiten

Nüsslissalat für 4 Personen

320 g Nüsslissalat
Salatsauce ital.

Nüsslissalat mit viel Fantasie herstellen.

Rinder Ragout / Gulasch geschmort für 4 Personen

1 EL	Olivenöl	Oel in einem Brattopf heiss werden lassen, Fleisch portionsweise ca. 3 min. anbraten, herausnehmen.
450 g	Rindsvoressen	
100 g	Rohessspeck in Streifen	Speckstreifen, Zwiebel und Knoblauch in derselben Pfanne ca. 2 Min. anbraten, Fleisch wieder begeben, mit Mehl bestäuben, würzen, Tomatenpüree daruntermischen.
1	Zwiebel, fein gehackt	
2	Knoblauchzehen grob gehackt	
½ EL	Weissmehl	
¼ TL	Salz	
1 dl	Rotwein	Wein dazugiessen, vollständig einköcheln.
1 dl	Wasser	Wasser und Tomaten begeben, aufkochen.
230 g	gehackte Tomaten	
1 Zw	Thymian	Hitze reduzieren, Kräuterzweiglein begeben, zugedeckt ca. 1 Stunde schmoren.
1 Zw	Salbei	
1 EL	Tomatenpüree	
	Salz und Pfeffer nach bedarf	Kräuter entfernen, würzen.

Kartoffelstock für 4 Personen

500g	mehligkochende Kartoffeln	Die Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Im Dampf sehr weich garen.
1 dl	Milch	Die Milch erhitzen, mit Salz und Muskat würzen.
	Salz	Die noch heissen Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken oder durch das Passe-vite drehen.
	Muskatnuss	
30 g	Butter	Die Butter darauf verteilen, kräftig rühren.
½ dl	Rahm	Am Schluss den halb geschlagenen Rahm darunterziehen.

Kefen für 4 Personen

1	kleine Zwiebel	Kefen waschen und rüsten (beide Enden abschneiden).
1EL	Rapsöl	Zwiebel fein hacken, mit Rapsöl andämpfen, Kefen kurz mitdämpfen und mit Bouillon ablöschen.
500 g	frische Kefen	
1 dl	Bouillon (ca.)	
	Salz (wenig)	Zugedeckt bei kleiner Hitze 10 Min. dünsten.

Rüebli für 4 Personen

	wenig Butter	Butter warm werden lassen.
600 g	Rüebli, schräg in Scheibchen	Rüebli und Schalotte andämpfen.
1	Schalotte, in Streifen	Wasser dazu-giessen, aufkochen, Hitze reduzieren. Gemüse salzen, zugedeckt ca. 15 Min. knapp weich köcheln.
½ dl	Wasser	
½ TL	Salz	Deckel entfernen, Flüssigkeit offen vollständig einköcheln. Butter und Zucker begeben.
½ EL	Butter	
½ EL	Zucker	Rüebli schwenken, bis sie glänzen.

Gewürzorangensalat für 4 Personen

4	Orangen	Von den Orangen Boden und Deckel, dann Schale ringsum bis auf das Fruchtfleisch wegschneiden. Fruchtfleits (Schnitze) mit einem scharfen Messer zwischen den weissen Häutchen herausschneiden, Saft auffangen.
4 dl	Rotwein z. B. Primitivo	
4 EL	Birnendicksaft (Birnel)	
4	Kardamomkapseln	Wein, Birnendicksaft und aufgefangenen Orangensaft aufkochen.
1	Sternanis	Kardamomkapseln, Sternanis, Zimtstange, Pfefferkörner und Trockenfrüchte begeben, auf ca. $\frac{3}{4}$ dl einkochen. Gewürze entfernen.
1	Zimtstange	
einige	Pfefferkörner	
100g	Trockenfrüchte	Mandelstifte ohne Fett in einer Pfanne rösten, Birnendicksaft begeben, kurz mitrösten.
4 EL	Mandelstifte	Orangenfilets auf Tellern anrichten, Trockenfrüchte mit dem Saft darauf verteilen, Mandelstifte darüberstreuen.
1 EL	Birnendicksaft (Birnel)	
300 g	Vanilleglace	Dazu passt: 1 Kugel Vanilleglace.