

---

# Chochete von Aschi

9. JANUAR 2023

---

---

## Menü

---

9. JANUAR 2023

Lachs auf Washabi-Crème

\* \*

Belugalinsen mit Jakobsmuscheln

\* \* \*

Spaghetti mit Barba di Frate >

\* \* \*

Kalbshohrücken mit Kräuterschaum und Gemüse

\* \* \*

Orangensalat mit rotem Pfeffer

## Weine

weiss

Simonsig, Chenin blanc

Stellenbosch, Südafrika

rot

Barbera d'Alba DOC «Elena»\*

Amuse bouche

# LACHS MIT WASABI CRÈME

**4 Personen**

## ZUTATEN

200 g Räucherlachs

12 Scheiben Flûte

1 Becher Crème Fraîche

Wasabi aus der Tube

1 Bund Schnittlauch

Nach Belieben Dill, Kapern, Zwiebel, Zitrone (zum Garnieren)

## ZUBEREITUNG

Crème Fraîche mit Wasabi verrühren.

Den Schnittlauch waschen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden, unter die Wasabi Crème heben.

Flutescheiben mit der Wasabi Crème bestreichen. Den Lachsrückens mundgerecht zuschneiden und auf die Flûte Schnitten setzen.

Garnitur nach Belieben

- mit Dill
- mit 1 Tropfen Crème darauf eine Kaper setzen
- mit 1 kleinen Zwiebelring
- mit klein geschnittener Zitrone

# SPAGHETTI MIT BARBA DI FRATE

4 Personen

Der Barba di Frate, oder Mönchsbarb, wächst gerne in Meeresnähe, das verleiht ihm den leicht salzigen Geschmack. Das schnittlauchartige Gewächs eignet sich perfekt zum Mitkochen mit der Pasta, das ist Umami pur!

## ZUTATEN

350 g Spaghetti oder auch Linguine  
3 Bund Barba di Frate (Mönchsbarb)  
3 Knoblauchzehen  
1 kleine, rote Chilischote  
1 Dose Sardellenfilets  
1 Dutzend Datterini Tomaten  
1 EL in Salz eingelegte Kapern  
150 ml Olivenöl , extra vergine'  
Parmesan



## ZUBEREITUNG

1. Kapern wässern, abtropfen. Barba di Frate waschen und Wurzeln abschneiden.
2. Knoblauch und Chilischote fein hacken. Tomaten halbieren.
3. Die Hälfte des Olivenöls in eine Pfanne geben. Knoblauch, Sardellen, Kapern, Tomaten und Chili 10 Minuten weich dünsten.
4. Salzwasser für Pasta in einer grossen Pfanne aufsetzen. Pasta ins siedende Salzwasser geben und «al dente» kochen.
5. 3 Minuten vor Ende der Kochzeit, das Gemüse dazu geben und mit kochen lassen. Dabei gut mit der Pasta vermischen.
6. Abschütten und auf kleinem Feuer gut mit der Knoblauch-Öl-Sardellen-Mischung vermengen.
7. Restliches Olivenöl dazugeben und mit frisch geriebenem Parmesan servieren.

Rezept: Robert Kägi: richardkaegi.ch

# RINDSHOHRÜCKEN

Rezept für 10 Personen

## ZUTATEN

- 1.5 kg Kalbshohrücken
- 6 EL Oliven Öl
- 15 Zweige Thymian
- S & P



## ZUBEREITUNG

1. Kalbsrücken 1 Stunde vorher aus dem Kühlschrank nehmen.
2. Ofen mitsamt der Ofenform auf 80 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.
3. Fleisch in die vorgewärmte Form geben. An der dicksten Stelle Fleischthermometer hineinstecken, sodass die Spitze etwa in der Mitte des Hohrücken ist.
4. Das Form in die Mitte des vorgeheizten Ofens schieben. Thermometer auf Zieltemperatur 50°C einstellen. Thymianzweige aufs Fleisch legen.
5. Nach ungefähr **2 Stunden** sollte der Hohrücken die gewünschte Kerntemperatur erreicht haben. Fleisch aus dem Ofen nehmen.
6. Pfanne mit dem Öl auf höchster Stufe erhitzen. Wenn das Öl heiss ist, d.h. flüssig wie Wasser, Rindshohrücken hineinlegen. Während ca. 4-8 Minuten rundum anbraten, bis er eine schöne Kruste hat. Beim Wenden nie ins Fleisch stechen, damit kein Fleischsaft austritt.
7. Gegen die Faser Tranchieren.

Rezept: schweizerfleisch.ch / Aschi

## Gemüse

### ZUTATEN

- 200 g Bohnen fein
- 200 g Baby Rübli
- Knoblauch
- S & P

### ZUBEREITUNG

Bohnen und Rübli im Salzwasser knackig garen. Kurz vor dem Anrichten in einer Bratpfanne mit Butter erwärmen und fein gehacktem Knoblauch aromatisieren.

# ORANGENSALAT MIT ROTEM PFEFFER

Für 4 Personen

## ZUTATEN

3 Orangen  
1 Teelöffel Pfefferkörner rot,  
eingelegt

### Jus

1 Orange  
1 dl Rotwein  
1 dl Portwein rot  
75 g Zucker  
1 Esslöffel Johannisbeergelee

### Zum Servieren

1/2 dl Rahm  
1 Esslöffel Johannisbeergelee  
1 Teelöffel Pistazienkerne gehackt, grün



## ZUBEREITUNG

1. Von den Orangen oben und unten die Schale etwa 1 cm dick wegschneiden. Dann die Orangen auf die Arbeitsfläche setzen und die Schale mitsamt weisser Haut herunterschneiden. Anschliessend die Früchte in dünne Scheiben schneiden
2. Die Pfefferkörner in ein Sieb geben und kurz unter heissem Wasser spülen. Mit einem Messer grob hacken.
3. Orangenscheiben und gehackte Pfefferkörner lagenweise in 2 tiefen Glastellern oder weiten Gläsern anrichten.
4. Für die Sauce die Schale von ¼ Orange mit einem Zesten Messer dünn ablösen oder mit einem Sparschäler abschälen und in feinste Streifen schneiden. Mit dem Rotwein, dem Portwein, dem Zucker und dem Gelee in eine kleine Pfanne geben und auf mittlerem Feuer sirupartig einkochen. Leicht abkühlen lassen, dann über die
5. Den Rahm steif schlagen. Den Gelee beifügen und kräftig unterrühren. Ebenfalls kühl stellen.
6. Zum Servieren den Rahm über den Orangensalat geben. Nach Belieben mit etwas gehackten grünen Pistazienkernen bestreuen

Rezept: [www.wildeisen.ch](http://www.wildeisen.ch)\*