

Männerkochgruppe „Indermühle“

Menü für Essen vom Dienstag 3. April

Jakobsmuscheln auf Karottensalat „Coq au vin“ mit Gnocchi und Bohnensträusschen Orangencreme

Jakobsmuscheln auf Karottensalat (für 4 Personen)

300 g	Jakobsmuscheln	Karotten schälen und dann mit Sparschäler (oder Gemüsehobel/ Aufschnittmaschine) möglichst lange, dünne Scheiben abziehen. Karottenscheiben kurz im Salzwasser blanchieren und auf einem Sieb gut abtropfen lassen. Aus Weissessig, Olivenöl und Bouillon eine Sauce rühren, vorsichtig mit Salz sowie weissem Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Karottenscheiben durch die Sauce ziehen und locker in der Mitte von grossen Tellern legen (siehe Bild)
2 Stk	Grosse Karotten	
1 EL	Weissweinessig	
2 EL	feinstes Olivenöl	
1 EL	Bouillon	
	Salz	
	Pfeffer	
1 EL	feinstes Olivenöl	Jakobsmuscheln vorsichtig mit Salz und weissem Pfeffer aus der Mühle und einer Spur Zucker würzen und in einer beschichteten Bratpfanne mit mässig heissem Olivenöl bei mittlerer Hitze beidseitig goldbraun braten > dieser Vorgang dauert nur ein paar Sekunden , denn das Muschelfleisch soll zart und saftig bleiben. Die Muscheln auf das Karottenbett setzen und abschliessend grosszügig mit frisch gemahlenem Koriander bestreuen.
	Salz	
	Pfeffer	
	etwas Zucker	
	Koriander	

„Coq au vin“ mit Gnocchi und Bohnensträusschen (Coq au vin für 6 Personen)

Bemerkung: die Hähnchenstücke wurden am Vortag vom Hotelkoch 24 Stunden in der Sauce mariniert

2	Hühner zu ca. 1.2 kg	Die Hähnchen in je 6 Stücke teilen. Die Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Die Schalotten schälen und klein würfeln. Das Fleisch mit den Kräutersträusschen, den Karotten und den Schalotten in ein passendes Gefäss legen. Die Pfefferkörner zerdrücken und zufügen. Das Ganze mit dem Wein begiessen. Mit einer Folie abdecken und 24 Stunden im Kühlschrank marinieren
2	kleine Karotten	
2	Schalotten	Vor der Zubereitung die Hähnchenstücke aus der Marinade nehmen und auf Küchenpapier gut abtropfen lassen. Die Marinade passieren und in einer Pfanne erhitzen. Die Fleischstücke in 2 EL Bratbutter in einer grossen Bratpfanne allseitig anbraten. Herausnehmen und in einen Bräter legen. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen und mit der Marinade begiessen. Die Knoblauchzehen dazu pressen. Den Bratenfond des Geflügels mit 2 EL Cognac auflösen und zugeben. Zugedeckt etwas 1 Stunde bei kleiner Hitze garen. Inzwischen die Perlzwiebeln 1 Minute in kochendes Salzwasser geben, abgiessen, kalt abspülen und schälen. Die Champignons je nach Grösse halbieren oder vierteln. Die Speckwürfelchen in einer Bratpfanne leicht rösten, herausnehmen und zum Fleisch geben. Die restliche Bratbutter in die Pfanne geben, die Perlzwiebeln und die Champignons darin leicht unter Wenden anbraten. 2 EL Wasser zufügen und halb zugedeckt bei kleiner Hitze 10 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und beiseite stellen. Die Hähnchenstücke, wenn sie gar sind, aus der Kasserolle nehmen und warm stellen. Die Sauce etwa um einen Drittel einkochen. Die Butter in Flocken schneiden und unter die Sauce schlagen, die Perlzwiebeln und die Champignons begeben und mit den Hähnchen anrichten. Das Ganze mit Petersilie bestreuen.
1 Bouquet garni	Sträusschen mit Petersilie, Thymian, Weisses vom Lauch, Lorbeerblatt	
2 EL	Cognac	
6	Schwarze Pfefferkörner	
1.5 Liter	Rotwein	
2 ½ EL	Bratbutter	
	Salz, Pfeffer	
2	Knoblauchzehen	
24	kleine Perlzwiebeln	
200 g	Champignons	
100 g	kleine Magerspeckwürfel	
20 g	frische Butter	
2 EL	gehackte Petersilie	

Kartoffel-Gnocchi und Bohnensträusschen (für 4 Personen)

400 g	Kartoffeln	<p>Kartoffeln waschen und in der Schale weichkochen. Haut abziehen und die Kartoffeln durch den Passevite oder durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken und auskühlen lassen.</p> <p>Mit einem Holzlöffel Ei und Mehl unter die Kartoffeln arbeiten und mit Salz, einem Hauch Cayenne und wenig frisch geriebener Muskatnuss würzen. Diesen Teig dann auf einem bemehlten Tisch zu fingerdicken Rollen formen und in ca. 3 cm lange Stücke schneiden.</p> <p>In einem Kochtopf mild gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, die Gnocchi zufügen und während ungefähr 2-3 Minuten leise kochen lassen. Dann die Gnocchi mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben. Vor dem Servieren in Olivenöl oder Butter schwenken.</p> <p>Die Bohnen in gleichlange Stücke schneiden, im Steamer weichgaren. Speckstreifen kurz anbraten. Pro Person zwei Bündelchen mit Speckstreifen umwickeln</p> <p>Gnocchi und Bohnensträusschen auf Teller anrichten und gleichzeitig mit „coq au vin“ servieren.</p>
1	Ei	
2 EL	Mehl (ca. 30 g)	
	Salz	
	Cayenne	
	Muskatnuss	
2 EL	Olivenöl	
	grüne Bohnen	
	Speckstreifen	

Orangencreme (für 4 Portionen)

5 Stk	Orangen	<u>Orangenkompott</u>
75 g	Zucker	Für das Kompott 4 Orangen wie einen Apfel mitsamt weisser Haut schälen, dann die Schnitze aus den Trennhäuten schneiden. Den Saft des verbliebenen Orangenfleisches auspressen. Die fünfte Orange ebenfalls auspressen und beifügen.
1 EL	Zitronensaft (1)	In einer weiteren Pfanne den Zucker mit dem Zitronensaft (1) zu hellbraunem Caramel schmelzen. Die Butter beifügen und aufschäumen lassen, dann den Orangen- und Zitronensaft (2) beifügen. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und beifügen. Den Sud so lange kochen lassen, bis sich der Caramel vollständig aufgelöst hat. Dann die Orangenfilets hineingeben und nur gerade 1 Minute ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle sorgfältig herausheben, sehr gut abtropfen lassen und beiseite stellen.
1 EL	Butter	<u>Crème</u>
2 EL	Zitronensaft (2)	Den Sud noch so lange einkochen lassen, bis er leicht sirupartig ist. Abkühlen lassen. Den Orangensud mit dem Frischkäse gut verrühren. Den Halbrahm steif schlagen und unterziehen. Die Orangencreme abwechselnd mit den Orangenfilets in Dessertgläser oder -schalen füllen. Mit Mandelblättchen garnieren. Bis zum Servieren kühl stellen.
½	Vanilleschote	
	Eingekochter Sud vom Kompott	
200 g	Doppelfrischkäse	
½ dl	Halbrahm	
25 g	Mandelblättchen, nach Belieben geröstet	