

## 4. Kochabend

Kürbis Kokossuppe mit  
Crackers

\*\*\*

Estragon-Omeletten mit  
Poulet-Füllung

Salat

\*\*\*

Schokoladen-Quark-Mousse  
Marronimuffins

### Crackers

#### **Zutaten**

50 g Butter, flüssig, ausgekühlt  
2 Eiweiss  
40 g Weissmehl  
2 Prisen Backpulver  
4 Prisen Salz  
wenig Pfeffer  
1 TL Zucker  
8 Baumnusskerne, fein gehackt  
2 EL Mohnsamen



#### **Zubereitung**

1. Cracker: Butter und Eiweiss schaumig rühren. Mehl und alle Zutaten bis und mit Zucker begeben, kurziterrühren.
2. Backpapier auf einen Blechrücken legen. Jeweils  $\frac{1}{2}$  TL Crackermasse dünn darauf ausstreichen. Die eine Hälfte mit den Nüssen, die andere mit Mohn bestreuen. In der Mitte des auf 220 °C vorgeheizten Ofens 5 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen.

# Kürbis-Kokos-Süppchen

für 4 Personen

## **Zutaten**

1 EL Butter  
1 Zwiebel, fein gehackt  
400 g Kürbis (z.B. Muscade), in Stücken  
1 EL Maizena  
3 dl Gemüsebouillon  
2.5 dl Kokosmilch  
Salz, nach Bedarf  
Pfeffer, nach Bedarf  
1.5 EL Kürbiskerne, grob gehackt  
0.5 EL Butter  
2 EL Kokosraspel

## **Zubereitung**

Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel andämpfen, Kürbis begeben, ca. 5 Min. mitdämpfen.

Maizena mit der Bouillon anrühren, Kokosmilch dazugießen, gut verrühren. Unter Rühren mit dem Schwingbesen zum Kürbis geben, aufkochen.

Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 20 Min. köcheln.

Suppe pürieren, würzen.

Kürbiskerne in einer beschichteten Bratpfanne bei mittlerer Hitze ca. 4 Min. rösten. Butter und Kokosraspel begeben, unter Rühren rösten, bis die Kokosraspel goldbraun sind, Pfanne von der Platte nehmen.

Suppe in Schälchen anrichten, Kürbis-KokosStreusel darüberstreuen.



# Estragon-Omeletten mit Poulet-Füllung

für 4 Personen

## **Zutaten**

*Omeletten:*

200 g Mehl

1 TL Salz

4 Eier

4 dl Milchwasser (halb Milch, halb Wasser)

2 EL Estragon, gezupft

Bratbutter oder Bratcrème

*Füllung:*

400 g Pouletfleisch, z.B. Brüstchen, 2x geschnetzelt

Bratbutter oder Bratcrème

Salz, Pfeffer

1 Zwiebel, in Ringen

250 g Champignons in Scheiben

1,5 dl Hühnerbouillon

1,8 dl Saucenhalbrahm

1 Zitrone, wenig abgeriebene Schale und  $\frac{1}{2}$  EL Saft

2 EL Petersilie, gehackt

## **Zubereitung**

1. *Omeletten:* Alle Zutaten bis und mit Milchwasser zu einem glatten Teig verrühren. Zugedeckt 30 Minuten quellen lassen.
2. *Füllung:* Poulet in 2 Portionen in heisser Bratbutter anbraten, würzen, herausnehmen. Zwiebel und Champignons in derselben Pfanne in wenig Bratbutter andämpfen. Mit Bouillon und Saucenhalbrahm ablöschen, aufkochen. Fleisch, Zitronenschale und -saft beifügen, 5 Minuten garen. Petersilie dazumischen, abschmecken.
3. Estragon unter den Teig mischen. In heisser Bratbutter Omeletten ausbacken. Im auf 80 °C vorgeheizten Ofen warm stellen.
4. Omeletten und Füllung zusammen anrichten.



# Schokoladen-Quark-Mousse

Für 4-6 Personen

## **Zutaten**

1 Eigelb  
2 EL Zucker  
1 TL Zimt  
1 EL Wasser, heiss  
200 g Quark  
250 g dunkle Schokolade, geschmolzen  
 $\frac{1}{2}$  Orange, abgeriebene Schale  
1,5 dl Rahm, steif geschlagen  
1 Eiweiss, steif geschlagen  
Garnitur:  
wenig Schokoladelocken  
Zuckerkügelchen

## **Zubereitung**

Eigelb mit Zucker, Zimt und Wasser rühren, bis die Masse hell ist.

Quark, Schokolade und Orangenschale darunter rühren.

Rahm und Eischnee sorgfältig darunterziehen.

Mousse in die Schalen oder Gläser verteilen, zugedeckt kühl stellen und fest werden lassen.

Kurz vor dem Servieren garnieren.





# Marronimuffins

für 12 Muffins

## ZUTATEN

180 g Butter weich  
120 g Zucker  
1 Teelöffel Vanillepulver  
200 g Marronipüree  
1/2 dl Kirsch  
3 Eier  
140 g Mehl  
20 g Maizena  
1/2 Päckchen Backpulver  
  
1 Beutel Schokoladeglasur  
12 Marrons glacé



## ZUBEREITUNG

Ein Muffinsblech mit Papierförmchen auslegen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Butter mit dem Zucker und dem Vanillepulver 8 Minuten zu einer luftigen Masse aufschlagen.

Das Marronipüree mit dem Kirsch mischen, dann die Eier beifügen und alles glatt rühren. Die Marronimasse unter die aufgeschlagene Butter rühren.

Mehl, Maizena und Backpulver zusammen sieben. Mit einem Spachtel zügig unter die Marroni-Butter-Masse mischen.

Den Teig in die vorbereiteten Förmchen füllen, am besten mit Hilfe eines Spritzsacks mit oder ohne grosse, glatte Tülle.

Die Muffins im 180 Grad heissen Ofen auf der mittleren Rille 20-25 Minuten backen.

Die Muffins aus der Form nehmen und auskühlen lassen.

Die Muffins grosszügig mit der Schokoladeglasur bestreichen und mit je 1 Marron-Glacé garnieren.