

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 beigeben, kurz weiterrühren.
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 beigeben, ca. 5 Min. mitdämpfen.

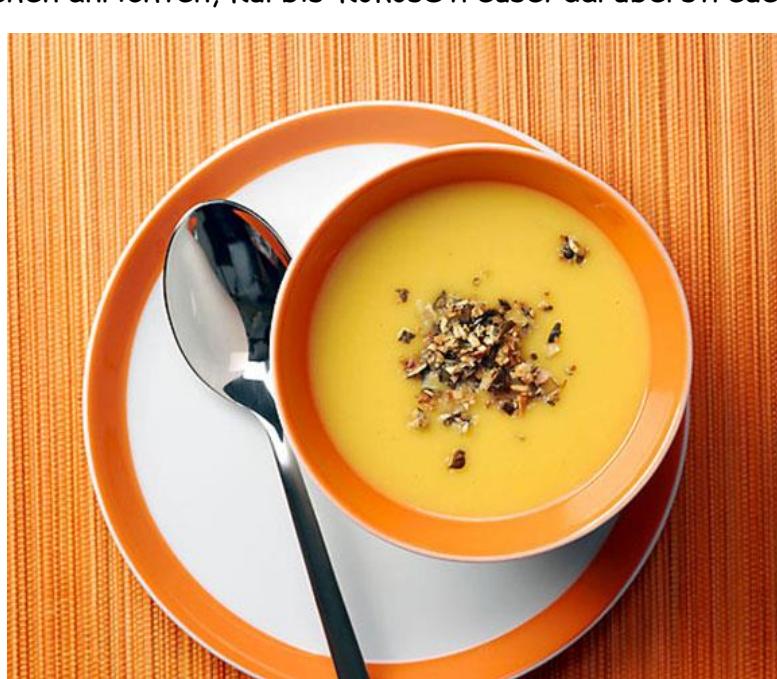
Maizena mit der Bouillon anrühren, Kokosmilch dazugießen, gut verrühren. Unter Rühren mit dem Schwingbesen zum Kürbis geben, aufkochen.

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 beigeben, 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 geschnetzt

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.