



Kochabend vom 16. Februar 2016
Michel König

Menu

Chicorée-Salat der anderen Art

Schweinssteak mit Maronen-Walnuss-Kruste
Safran-Risotto und Pilzragout

Schokoladen-Muffin mit flüssigem Kern

Vorspeise: Chicorée Salat der anderen Art

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit 25 Minuten

Zutaten:

3 EL Mayonnaise
3 EL Joghurt
3 EL Zitronensaft
Salz
Pfeffer
Zucker
400 g Chicorée
½ Bund Schnittlauch
60 g Walnusskerne
1 reife feste Birne



(1) Mayonnaise, Joghurt und 2 EL Zitronensaft mischen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

(2) Chicorée längs halbieren und den Strunk keilförmig herausschneiden. Den Chicorée schräg in 1 cm dicke Streifen schneiden. Schnittlauch schneiden und die Walnüsse grob hacken.

(3) Birne längs halbieren und das Kerngehäuse mit einem Kugelausstecher oder Teelöffel entfernen. Die Birnenhälften in dünne Scheiben schneiden und sofort mit dem restlichen Zitronensaft beträufeln.

(4) Birnenscheiben, Chicorée, Schnittlauch und Zitronenmayonnaise vorsichtig mischen, Salat mit den Walnüssen bestreut servieren.

Hauptspeise: Schweinesteak mit Maronen Walnuss-Kruste

Für 4 Personen

Vorbereitungszeit: 25 min

Garzeit: 30 min

Zutaten:

Salz

40 g Walnüsse

60 g blanchierte Maronen

4 Scheiben Toastbrot

40 ml Olivenöl

frisch gemahlener Pfeffer

4 Schweinesteaks à 140 gr

2 EL flüssige Butter

350 g gemischte Pilze

2 EL Butter

½ Bund Thymian



(1) Die Walnüsse zusammen mit den Maronen im Blitzhacker zerkleinern. Das Toastbrot entrinden und die Scheiben würfeln. Die Brotwürfel im Blitzhacker zusammen mit der Walnuss-Maronen-Mischung nochmals kurz pürieren. Die entstandene Masse mit 1 EL Olivenöl vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

(2) Den Backofen auf 230 Grad vorheizen. Die Schweinesteaks nebeneinander in eine Auflaufform legen, mit der flüssigen Butter bepinseln und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Walnuss-Maronen-Masse auf dem Fleisch verteilen und leicht andrücken. Fleisch ca. 30 min. garen.

Beilage: Safran-Risotto und Pilzragout

Für 4 Personen

Pilzragout

Zutaten:

1 EL Butter
1 kleine Zwiebel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, gepresst
800 g gemischte Pilze, je nach Grösse halbiert oder geviertelt
1/2 EL Mehl
2 dl Gemüsebouillon
1 dl Weisswein
Salz und Pfeffer, nach Bedarf
3 EL glattblättrige Petersilie, fein gehackt



(1) Butter warm werden lassen. Zwiebel und Knoblauch andämpfen. Pilze begeben, ca. 5 Min. mitdämpfen. Mehl darüberstäuben, mischen, kurz weiterdämpfen.

(2) Bouillon und Wein dazugiessen, aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 10 Min. köcheln, würzen. Petersilie daruntermischen.

Safran-Risotto

Vor- und Zubereiten: ca. 30 Min.

Zutaten:

1 EL Butter
1 Zwiebel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, gepresst
250 gr Risottoreis (z.B. Arborio, Carnaroli, Riso Nostrano Ticinese, Vialone)
2 dl Weisswein (z.B. Pinot grigio)
1 Briefchen Safran
7 dl Gemüsebouillon
50 gr Parmesan

(1) Butter in einer Pfanne warm werden lassen Zwiebel und Knoblauchzehe andämpfen, bis die Zwiebel glasig ist. Risottoreis begeben, unter Rühren dünsten, bis er glasig ist. Die Hälfte des Weissweins dazugiessen, vollständig einkochen, restlichen Wein dazugiessen, ebenfalls vollständig einkochen.

(2) Safran begeben, Gemüsebouillon nach und nach dazugiessen, Reis unter häufigem Rühren köcheln lassen, bis er cremig und al dente ist (ca. 20 min).

(3) Pfanne von der Platte nehmen 50g geriebener Parmesan darunterrühren.

Dessert: Schokoladen-Muffin mit flüssigem Kern

Für 4 Personen

Backzeit 10 min.

Zutaten:

250 gr Schokolade (Zartbitter)
80 gr Butter
4 Eier
90 gr Zucker
2 EL Mehl



(1) Den Backofen auf 200° C vorheizen. 6 Mulden einer Muffin-Form einfetten. 150 gr von der Schokolade hacken, den Rest in 12 gleichgrosse Stücke brechen.

(2) Die gehackte Schokolade mit der Butter im Wasserbad schmelzen lassen. Eier und Zucker mit den Schneebesen des Handrührgerätes cremig aufschlagen. Das Mehl unterrühren und zum Schluss die Schoko-Butter-Masse unterheben. Die Hälfte des Teiges in die sechs Mulden der Form verteilen. Jeweils 2 Stücke Schokolade darauf legen und mit dem restlichen Teig bedecken.

(3) Die Form in den heissen Ofen schieben und ca. 10 min backen.