



# B E A N S

. . . . . w i r k o c h e n

## UNTERNEHMERSGESCHICHTEN UND ANDERE DELIKATESSEN

Antipasti da Elio

\*

Garnelen und Broccoli aus dem Wok

\*

Gefüllte Pouletbrüstli

Risotto ticinese

Gemüse aus dem Wok

Portweinsauce

\*

Rahmflan mit Orangen-Passionsfrucht-Sauce

\*\*\*

Ticinello, Merlot Bianco del Ticino DOC, Zanini Sulmoni

Château de Nages Rouge, Vieilles Vignes, Vignobles Michel Gassier

Peter Zingg & Leo Scherrer, 29. April 2011

# GEFÜLLTE POULETBRÜSTLI

Für 4 Personen

4 Pouletbrüstli

## Marinade:

2 EL Öl  
2 TL Haselnussöl  
1 TL Worcestershiresauce  
1 EL Thymianblättchen

- 1 Alles verrühren und Fleisch bestreichen.
- 2 Zugedeckt ca. 1 Stunde im Kühlschrank marinieren, 30 Minuten vor dem Grillieren herausnehmen
- 3 Marinade vor dem Füllen abstreifen, beiseite stellen.

## Füllung:

1 EL Bratbutter  
3 EL gemahlene Haselnüsse  
2 Schalotten, fein gehackt  
75 g Morcheln, halbiert, gewaschen, in Streifen  
150 g Champignons, in Scheibchen  
2 EL Weisswein  
2 EL Mascarpone

- 1 Bratbutter in der Pfanne heiß werden lassen. Haselnüsse leicht rösten, dann Hitze reduzieren.
- 2 Schalotten, Morcheln und Champignons zugeben, 2 -4 Minuten andämpfen.
- 3 Weisswein dazugiessen, weich köcheln. Mascarpone dazu mischen.
- 4 Nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen, Pouletbrüstli, mit Zahnstochern verschliessen.

## **Grillieren:**

Holzkohlengrill: Beidseitig je 2-3 Minuten über starker Glut anbraten. Fleisch an den Rand schieben, oder Rost höher stellen, dann 8-10 Minuten bei mittlerer Hitze grillieren, bis der austretende Fleischsaft klar ist. Pouletbrüstli regelmässig wenden und mit Marinade bestreichen.  
Gesamtgrillierzeit: 12-15 Minuten  
Am Schluss Fleisch mit  $\frac{1}{2}$  TL Salz würzen

Gas-, Elektrogrill: Beidseitig je 2-3 Minuten auf höchster Stufe (ca. 240 Grad) anbraten, 8-10 Minuten bei mittlerer Stufe (ca. 200 Grad) fertig grillieren.

# RISOTTO TICINESE

Für 4 Personen

1 EL	Butter
1	Zwiebel (fein gehackt)
2 Stück	Rindsmarkknochen
400 g	Risottoreis
3 dl	Weisswein
1.2 l	Salzwasser, heiß
50 g	Butter, in Stücken
5 EL	Parmesan gerieben

## Zubereitung:

- 1 Butter warm werden lassen. Zwiebel mit Markknochen andämpfen, Reis begeben, unter Rühren dünsten, bis er glasig ist.
- 2 Wein dazugiessen, vollständig einkochen. Salzwasser unter häufigem Rühren nach und nach dazugiessen, sodass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist, Hitze reduzieren. Köcheln, bis der Reis al dente ist (18-20 Min.); der Risotto sollte noch leicht flüssig sein. Knochen herausnehmen, das Mark evtl. herauslösen.
- 3 Pfanne von der Platte ziehen, Butter und Parmesan darunter rühren, Reis sofort servieren.

*dazu Portweinsauce*

# RAHMFLAN MIT ORANGEN-PASSIONSFRUCHT-SAUCE

Für 4-6 Personen

## Flan:

3 Blatt	Gelatine
2	Eigelb
50 g	Zucker
200 g	Doppelrahm
200 ml	Vollrahm
2 Päck.	Bourbon-Vanillezucker (oder: 1½ Teelöffel Vanillepaste)

---

## Orangen-Passionsfrucht-Sauce:

2	Orangen
½	Zitrone → Saft
75 g	Zucker
6	Passionsfrüchte

---

## Zubereitung:

- 1 Die Gelatine in reichlich kaltem Wasser einweichen, bis sie zusammengefallen ist.
- 2 Die Eigelbe im Zucker aufschlagen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat.
- 3 In einem kleinen Topf den Doppel- und den Vollrahm mit dem Vanillezucker oder der Vanillepaste aufkochen. Dann unter rühren zur Eiscreme giessen. In den Topf zurückgeben und unter ständigem Rühren bis kurz vor den Siedepunkt bringen; die Creme soll leicht binden. Sofort in einen Massbecher umgiessen.
- 4 Die Gelatine leicht ausdrücken und in der Rahmcreme auflösen. Die Creme in kalt ausgespülte oder kleine Tassen füllen und mindestens 3 Stunden kühl stellen.
- 5 Für die Sauce die Schale von 1 Orange mit dem Zestenmesser ablösen (oder mit dem Sparschäler und anschliessend in hauchfeine (!) Streifen schneiden). Mit 100 ml Wasser in einen kleinen Topf geben und 2 Minuten blanchieren. Abschütten, kurz spülen und beiseite stellen.
- 6 Den Saft beider Orangen auspressen. Mit den blanchierten Orangenschalenstreifen, Zitronensaft und Zucker in einen kleinen Topf geben. 4 Passionsfrüchte halbieren, mit einem Löffel die Kerne mit dem geleeartigen Fruchtfleisch herauslösen und zur Orangensaftmischung geben. Auf mittlerem Feuer um gut einen Drittel einkochen, durch ein Sieb und auskühlen lassen.
- 7 Die restlichen Passionsfrüchte ebenfalls halbieren, Kerne sowie Fruchtfleisch auslösen und zur Sauce geben.
- 8 Zum Anrichten die Formen kurz in heisses Wasser stellen, die Flans am Rand entlang mit einem scharfen Küchenmesser lösen und auf Dessertteller stürzen. Mit der Fruchtsauce umgiessen. Nach Belieben mit Pfefferminz- oder kleinen Basilikumblättchen und/oder Orangenfilets garnieren.