

Presse Chuchi Zürich: 19. Mai 2017 -  
Ausgewähltes aus dem Kochbuch "Auskosten"

\*\*\*

Petit Chèvre mit Honig und Thymian  
geschmorte Cherrytomaten

\*

Spargeln mit Frühlingszwiebeln an Safran

\*

Lammcurry von der Schulter

Couscous

Mediterranes Gemüse

\*

Meringue Biscuit "Kalte Sophie"  
mit Erdbeeren

Amuse Bouche:

Cherrytomaten quer halbiert in eine Gratinform geben, etwas salzen und mit Olivenöl beträufeln. Ca. 1 h bei 120°C im Ofen schmoren.

Den Boden von kleinen Backschalen mit etwas Honig und getrocknetem Thymian bedecken. Petit Chèvre daraufstellen. Etwas salzen und ein paar Tropfen Olivenöl darüber geben. ca.8 Minuten zu den Tomaten in den Ofen stellen.

# Spargel mit Frühlingszwiebeln und Safran

Ein aphrodisiakisches Trio sorgt  
für einen starken Auftritt

*Joanna Scotthcott (1750-1814)  
war eine religiöse Frau. Kurz vor  
ihrem Tode behauptete sie, mit  
einem «neuen Christus» schwanger  
zu gehen, obwohl sie schon  
64 Jahre alt war.*

*Um dies zu beweisen, verzehrte  
sie 160 gegarte Spargelköpfe  
auf einmal. Dies war für viele ein  
sicheres Zeichen außergewöhnlicher  
Schwangerschaft, denn reichlich  
Spargel essen galt damals als  
Schwangerschaftsvorzeichen.*

Aus «Das Spargel-Kochbuch»  
von Emil Reimers (1971)

## Zutaten

- ca. 750 g Grüne Spargeln
- 3 Frühlingszwiebeln mit Grün
- Safranfäden (*Safran zählt zu den teuersten Gewürzen, da die Ernte reine Handarbeit ist und für ein Kilogramm ca. 200'000 Blüten gebraucht werden*).
- Meersalz
- Pfeffer
- Olivenöl

## Vorbereitung

- Spargeln waschen und trockene Enden grosszügig abschneiden.
- Spargeln in Salzwasser mit einer Prise Zucker knapp weich kochen.
- Frühlingszwiebeln inklusive grüne Stängel klein schneiden.

## Vollendung

- In einer grossen Bratpfanne Zwiebeln mit Olivenöl andünsten.
- Spargeln zugeben und leicht braten.
- Nach ca. 3 Minuten Safranfäden darüber streuen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Unter Wenden noch ca. 2 Minuten weiterbraten.

***Tipp:** Mit frischem Brot servieren.*

*Falls deine Gäste  
«Veronica der Lenz ist da»  
zu summen beginnen,  
ist das Rezept gelungen.*

*Zudem ist überliefert, dass  
reiche Römer Safranfäden auf ihre  
Hochzeitsbetten streuten!*

*Hast du noch Fragen?*

# Lammcurry von der Schulter

*Du hast bei deinem Metzger  
und Schwingklub-Kameraden  
an die Ladentüre geklopft  
und ihn gebeten, die beim  
«Lotto im Säali» gewonnene  
Lammschulter in walnussgrosse  
Stücke zu schneiden.*

*Weil er die Stücke zu deiner  
Zufriedenheit schnitt, hast du  
ihm beim Abschied dafür  
nicht Sägemehl vom Rücken  
geklopft, sondern anerkennend  
seine Schulter.*

*Wir garantieren:  
Deine Gäste werden nach  
dem Essen – einige schon  
beim Auftragen des Gerichts – DIR  
begeistert die Schulter klopfen!*

## Zutaten

- 750 g Lammschulter in Stücken (ca. 4 cm)
- 2 Büchsen gehackte Tomaten
- 2.5 dl Kokosmilch
- 2.5 dl Geflügelfond
- 35 g Kokosfett
- 2 EL Erdnussöl
- 2 KL Erdnussbutter
- 15 g Tandooripaste
- 25 g Ingwer
- 8 EL milder Curry
- 8 EL Kurkuma
- 1 EL Kardamom
- Bio-Zitrone
- ½ Zimtstange
- 6 Nelken zerdrückt
- 3 grosse Knoblauchzehen
- 3 grosse Zwiebeln
- Salz
- Pfeffer

## Vorbereitung

- Zwiebeln und Knoblauch hacken.
- Ofen auf 160° C (Umluft) vorheizen.

## Vollendung

- Zwiebeln und Knoblauch in Kokosfett in einer Kasserolle dünsten.
- Gehackte Tomaten, Gewürze, Zitronenschale und Ingwer gerieben, Kokosmilch und Geflügelfond begeben.

- Im Ofen eine halbe Stunde zugedeckt schmoren.
- Lammfleisch mit Curry bestäuben; in Erdnussöl allseitig gut anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz vor dem Herausnehmen die Erdnussbutter unterziehen. Dann zur Currysauce geben.
- Temperatur auf 180°C erhöhen und 45 Minuten abgedeckt garen.

*Tip:* Mit Couscous servieren.

*Heute war dein Tag! Jeder Gang ein Schultersieg. Auf den Schultern von zwei starken Gästen wirst du nach dem Essen in die Küche an den Abwaschtrog getragen ...zum Duschen des Geschirrs!*

# Mediterranes Gemüse

## **Koffer für Balkonien:**

*Die Last-Minute Buchung deiner Trauminsel im Mittelmeer...eine Ente, der Flieger wegen streikenden Piloten flügelahm oder die Freundin wegen abgelaufenem Pass am Zoll gestrandet?*

*Nutze die Gunst der Stunde, zollfrei einzukaufen und den ersten Ärger günstig mit Hochprozentigem herunter zu spülen. Besorge gelassen die Zutaten für das Rezept, eine kulinarisch-mediterrane Reise! Packe kraftvoll die gepackten Koffer, besteige das Tram, das dich flugs nach Balkonien zurück bringt – dem Kleinod hoch über der Verkehrsinsel im Strassenmeer.*

*Von deiner Kochinsel setzt du elegant mit der Kelle in der Hand auf die ferne griechische Ferieninsel über:*

***Kali orexi!***

## Zutaten

- Auberginen ( ca. 300 g )
- Zucchini ( ca. 300 g )
- 1 gelbe und rote Peperoni
- 1 Zwiebel
- 3 EL Olivenöl
- 1 dl Gemüsebouillon
- 1 Dose Kichererbsen oder weisse Bohnen ( ca. 400 g )
- 1 EL Thymianblätter
- 1 Bio-Zitrone
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

## Vorbereitung

- Auberginen, Zucchini, Peperoni, Zwiebel in feine Würfel schneiden.

## Vollendung

- Gemüse im heißen Öl ca. 4 Minuten andämpfen.
- Abgespülte, abgetropfte, Kichererbsen mit dem Thymian begeben, 4 Minuten mitdämpfen.
- Nach belieben Zitronenschale abreiben und etwas Saft dazu pressen und mit Bouillon ablöschen.
- Mit kleiner Hitze zugedeckt al dente kochen.
- Mit dem Pfeffer abschmecken.

*Tip:* Dazu passt Risotto.

Mit dem Versenden der versprochenen Postkartengrüße von der Ferieninsel warte noch zu.

Kaufe beim Philatelisten gestempelte griechische Briefmarken, im Reisebüro Ansichtskarten der gebuchten Insel, die du später nachts unerkannt bei den Adressaten einwirfst.



# Meringue Biscuit

## «Kalte Sophie»

*Du stehst frierend in der Küche, die Nase dicht am Fenster...starrst auf die Eisblumen am Fensterglas. Noch fehlt dir die zündende Idee für das heutige Dessert. Ratlos atmest du tief aus. Dabei schmilzt dein Hauch ein Loch in die Blumen. Durch den Ausschnitt siehst du Sophie...deine Nachbarin...das Auto vom nächtlichen Puderzuckerschnee befreien. Dann dreht sie am Steuer mit klammen Fingern den Zünschlüssel. Beim Anstottern des kalten Motors springt auch bei dir der Funke!: Meringue Biscuit «Kalte Sophie» mit einer Prise Salz in der Sahne!*

*Du musst nicht befürchten, dass deine Gäste frigide werden oder du sie eiskalt erwischst. Ihre Herzen werden schmelzen!*

*Sollten wir uns täuschen, erstatten wir dir die Stromkosten des Mixers zurück!*

## Zutaten

(reicht für 8 Becher)

- 5 dl Schlagrahm
- 1 Prise Salz
- 50 g Puderzucker
- 120 g Meringue
- 1 Gläschen Portwein oder Sherry
- Mandelscheiben
- Schokolade zum Schmelzen  
oder
- Saisonfrüchte zum Erwärmen
- 8 Becher oder Dessertformen

## Vorbereitung

- Meringue in Krümel zerbrechen.
- Mandelscheiben in einer beschichteten Pfanne langsam rösten. Mit wenig Puderzucker bestreuen, weiter rösten bis sie leicht karamellisiert sind. Auf Alufolie verteilen und erkalten lassen.
- Schlagrahm mit einer Prise Salz zu schaumiger Konsistenz schlagen. Nach und nach Puderzucker dazu rühren, fertig steif schlagen.
- In einer Schüssel anfrieren (Dauer 1½ – 2 Stunden).

## Vollendung

- Boden der Becher mit den karamellisierten Mandelscheiben belegen.
- Angefrorenen Schlagrahm mit den Meringuekrümeln vermengen und mit Portwein oder Sherry aromatisieren.
- Verkosten und mit Puderzucker oder Portwein/Sherry nachsüßen und abschmecken.

### Anrichten:

- Becher aus dem Tiefkühler nehmen und ca. 5 Minuten stehen lassen.
- In der Zwischenzeit Schokolade schmelzen oder Früchte erwärmen.
- Becher auf Teller stürzen und mit Mandelscheiben und etwas Meringuekrümel bestreuen. Schokolade oder Früchte darüber geben und servieren.

*Nach den Bauernregeln wird erst nach der kalten Sophie (15. Mai) die Witterung stabiler. Es wäre nicht überraschend, wenn sich über deinem Esstisch mit diesem Dessert eine stabile Hochwetterlage einstellen würde...dies ganz unabhängig vom Weinkonsum deiner Gäste.*