



**633. Chochete vom 03. Juli 2024**

## **Feuer und Wasser**

---

### **Apéro**

**Erdbeer-Frosé**

**Crevetten-Crostini  
Gurken-Basilikum Sorbet**

\*\*\*\*\*

### **Menu**

**Gegrilltes Zanderfilet mit Zitronenrisotto**

\*

**Entrecôte an Sauce Béarnaise mit Grillgemüse und Ofenkartoffeln**

\*

**Gegrillte Ananas und Melonensorbet**

\*\*\*\*\*

### **Weine**

**Steinger 2022, Grüner Veltliner (Österreich)**

**Bolgheri Rosso 2021, Dario di Vaira (Italien)**

## Erdbeer-Frosé

Frosé, oder gefrorener Rosé, ist ein trendiges und unglaublich erfrischendes Getränk, das perfekt für den Sommer ist.

### Zutaten:

- 1 Flasche Roséwein
- 1 Tasse Erdbeeren, entstielt und geschnitten
- 1/4 Tasse einfacher Sirup
- 1/4 Tasse frischer Zitronensaft
- Eiswürfel

### Anleitung:

1. Den Rosé in einer Eiswürfelschale einfrieren, bis er fest ist.
2. Die Rosé-Würfel, Erdbeeren, einfachen Sirup und Zitronensaft mixen, bis alles glatt ist.
3. In Gläser gießen und sofort servieren.



## Crevettencrostini

### Zutaten:

- 8 Scheiben Baguette
- 4 marinierte Crevettenspiesse à ca. 75 g
- 40 g Cantadou mit Meerrettich
- 4 Zweige Dill

### Zubereitung

1. Grill auf 200 °C vorheizen. Brotscheiben ca. 2 Minuten beidseitig grillieren.
2. Crevettenspiesse ca. 4 Minuten beidseitig grillieren.
3. Brotscheiben mit Cantadou bestreichen.
4. Crevetten von den Spiesen nehmen und auf den Broten verteilen. Dill darüberzupfen.



## Gurken-Basilikum-Sorbet

### Zutaten

- 1 ½ Salatgurken (ca. 750 g)
- 1 Bio Zitrone
- 1 kleine Prise Salz
- 100 g Puderzucker
- ca. 8 Blätter Basilikum

### Zubereitung

1. Gurken längs halbieren. Mit einem Löffel entkernen. Gurken in Stücke schneiden und in ein hohes Mixgefäß geben.
2. Die Hälfte der Zitronenschale fein dazu reiben. Zitrone auspressen und 2 EL Saft dazugeben. Salz, Puderzucker und Basilikum dazugeben, sehr fein pürieren.
3. Gurkenmasse in eine Eismaschine geben und je nach Angabe zu Sorbet gefrieren lassen.

# Gegrilltes Zanderfilet mit Zitronenrisotto

## Gegrilltes Zanderfilet

### Zutaten

- 4 Zanderfilets
- ½ Zitrone
- Olivenöle
- Salz und Pfeffer

### Zubereitung

1. Zunächst die Zanderfilets unter kaltem Wasser abspülen, Zanderfilets im Salzwasser einlegen. Anschließend mit Küchenpapier gründlich trocken tupfen..
2. Die Zanderfilets portionieren. Sie sollten etwa zehn bis 15 Zentimeter lang sein, sonst lassen sie sich nur schwer wenden.
3. Den Zander mit Mayonnaise marinieren und würzen
4. Den gegrillten Zander zu würzen. Vor dem Grillen Zitronenöl zubereiten: Den Saft einer halben Zitrone verrührst du dazu mit vier EL Olivenöl.
5. Den Grill auf mittlere Hitze vorheizen und die Zanderfilets mit der Hautseite nach unten auflegen. Etwa fünf Minuten grillen, dabei immer wieder mit dem Zitronenöl bestreichen. Den Fisch dann wenden und noch einmal von der anderen Seite etwa zwei Minuten grillen.



## Mayonnaise

### Zutaten

- 1 frisches Eigelb, Raumtemperatur
- wenig Salz, Pfeffer
- 1 TL Senf
- 1,5 dl Sonnenblumen- oder Rapsöl
- 2 - 3 TL Zitronensaft oder Weissweinessig

### Zubereitung

1. Eigelb, Gewürze und Senf in eine Keramik- oder Glasschüssel geben.
2. Öl unter ständigem Rühren mit Schwingbesen oder Mixer tropfenweise dazugeben.
3. Sobald die Mayonnaise dick wird, Öl unter Rühren im Faden dazu giessen. Zitronensaft oder Weissweinessig dazugeben, abschmecken. Bis zum Servieren kühl stellen.

## Zitronenrisotto

### Zutaten

- 1 m.-große Zwiebel(n), fein gewürfelt
- 2 große Knoblauchzehe(n), fein gehackt
- 2 EL Olivenöl
- 300 g Risottoreis
- ⅛ Liter Weißwein, trockener
- 1 Liter Gemüsebrühe, ca., kochend heiß
- 25 g Butter
- 25 g Parmesan, frisch geriebener
- 1 Bund Petersilie, glatt, fein gehackt
- 1/2 m.-große Zitrone(n), ungespritzt, abgeriebene Schale und Saft

### Zubereitung

1. Die Zwiebelwürfel in Öl kurz anschwitzen, Knoblauch und Reis dazugeben und unter ständigem Rühren durchschwitzen. Mit Wein ablöschen.
2. Erst wenn dieser verkocht ist, kellenweise die heiße Brühe dazugießen, dabei immer wieder umrühren.
3. Sobald der Reis gar ist (nach ca. 25 Min.), er sollte noch Biss haben, Zitronenschale und -saft, Butter, Parmesan und Petersilie unterrühren und das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

# Entrecôte an Sauce Béarnaise mit Grillgemüse und Ofenkartoffeln

## Zutaten (8 Personen)

- 1600g Entrecôte
- Salz, Pfeffer, Zitronensalz, Zitronensaft
  
- Verschiedene Gemüse
- 2 EL Olivenöl
- ½ TL Thymian
- 1 TL Oregano
- Salz
- Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe

## Zubereitung Fleisch

1. Entrecôtes ca. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
2. Scharf anbraten, anschliessend grillieren bis Kerntemperatur 55 Grad erreicht ist
3. Fleisch vom Grill nehmen und zugedeckt ca. 5 Min. ruhen lassen.



## Zubereitung Gemüse

1. Gemüse putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.
2. Für die Marinade Olivenöl, Thymian, Oregano, Salz und Pfeffer verrühren. Knoblauchzehe durch die Presse drücken und unterrühren.
3. Gemüse mit Marinade einpinzel, würzen, grillieren

## Sauce Béarnaise

### Zutaten (4 Personen)

- 0,5 dl Weissweinessig
- 1 dl Weisswein
- 1 Schalotte, fein gehackt
- 4 weisse Pfefferkörner, gequetscht
- 1 Zweiglein Estragon
- ¼ TL Salz
- 2 Eigelb
- 100 g Butter, kalt, in Stücken
- 1 TL Estragon, fein geschnitten
- Salz, weisser Pfeffer aus der Mühle
- Zutaten (4 Personen)

### Zubereitung

1. Alle Zutaten bis und mit Salz in einer Chromstahlpfanne auf 2 Esslöffel einkochen, absieben, Flüssigkeit in die Pfanne zurück- oder eine Chromstahlschüssel geben.
2. Eigelb unter die Reduktion (abgesiebte Flüssigkeit) rühren. Im 80°C warmen Wasserbad zu einer luftigen, cremigen Masse schlagen. Pfanne von der Platte nehmen.
3. Butter unter Rühren begeben, bis die Sauce cremig ist. Aus dem Wasserbad nehmen, Estragon darunter rühren, würzen.

# Ofenkartoffeln

## Zutaten

- 500 g Kartoffeln (Ich verwende gerne heurige, junge Kartoffeln)
- 20 ml Olivenöl (Du kannst auch Sonnenblumenöl verwenden!)
- 1/4 TL Salz (Ich verwende Ursalz oder Himalaya-Salz)
- 4-6 Prisen Pfeffer schwarz, gemahlen
- 2 EL Rosmarin (Ich verwende zusätzlich Thymian.)
- 4 Prisen Cayennepfeffer



## Zubereitung

1. Die jungen Kartoffeln mit Schale halbieren und in eine Schüssel legen.
2. Kräuter vorbereiten. Schneiden und zugeben
3. Die Kartoffeln mit Öl, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und vermischen.
4. Gewürzte Kartoffeln auf ein Backblech mit Backpapier legen. Dann in den Backofen schieben und 25-30 Minuten garen. -> Temperaturbereich 210-220°C bevorzugt Stufe Heißluft

# Gegrillte Ananas und Melonensorbet

## Gegrillte Ananas

### Zutaten (

- Ananas
- Honig oder Rohrzucker

### Zubereitung

1. Ananas schälen und in zirka 1 cm dicke Scheiben schneiden. Ananasscheiben auf beiden Seiten zirka 2 Minuten grillieren. Mit ein wenig Honig beträufeln und servieren.



## Melonensorbet

### Zutaten für 8 Portionen

- 800 g Wassermelone
- 0.5 Stk Zitrone
- 50 g Zucker
- 200 ml Wasser

### Zubereitung

1. Für das Melonensorbet zuerst die Wassermelone halbieren und mit einem Löffelaushöhlen. Danach die Kerne entfernen und die Melone pürieren.
2. Saft einer halben Zitrone auspressen. Zucker und Wasser in einen Topf geben und kurz aufkochen, bis sich der Zucker auflöst. Dann Zitronensaft hinzufügen und nochmals 2-3 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Zuckerlösung abkühlen.
3. Das Melonenpüree und die Zuckerlösung gut durchmischen. Entweder für ca. 30
4. Minuten in eine Eismaschine geben oder über Nacht ins Gefrierfach stellen.
5. Bei Zubereitung ohne Eismaschine: Ca. 10 Minuten vor dem Servieren aus dem Kühlfach nehmen und in kleinen Gläsern anrichten.



Zum Garnieren Wassermelone in Stückchen schneiden, mit Ananas und Sorbet anrichten und mit frischen Pfefferminzblättern dekorieren.