

**Hobbyköche „Freiämter Chuchi Wohlen“
Montag, 13.03.17
Winterschlussdinner**



**Gefüllter Fenchel mit
Baumnüssen und Salatgarnitur**

**Gefülltes Schweinsfilet mit
Salbei und Limonenbutter
Ratatouille in Paprika
Nudeln**

Orangen-Whisky-Creme

Gefüllter Fenchel serviert mit Salatgarnitur



Zutaten für 4 Personen

6 mittelgrosse Fenchel

20 g Butter

Salz, Pfeffer aus der Mühle

18 Baumnusskerne

200 g Mascarpone

50 g geriebener Gruyère oder ein anderer Reibkäse

ca. 150 ml Gemüsebouillon

Salatgarnitur mit 2 Blätter Minilattich, rohe Randen und Rüeblli fein gerieben (Handvoll)

Essig und Oel

Vorbereiten: 40 Minuten

Backen: 20-25 Minuten

1. Die Fenchelknollen der Länge nach halbieren, dabei schönes Fenchelgrün beiseite legen. Die Hälften mit einem spitzen Messer sorgfältig aushöhlen. Das ausgelöste Fenchelinnere fein hacken.
2. Die Fenchelhälften in einem Siebeinsatz über Dampf oder in wenig Salzwasser knapp weich garen.
3. Inzwischen in einer kleinen Pfanne die Butter erhitzen. Den gehackten Fenchel beifügen, mit Salz und Pfeffer leicht würzen und zugedeckt weich dünsten. Das Fenchelgrün fein hacken und am Schluss beifügen. Etwas abkühlen lassen.
4. In einer trockenen Pfanne die Baumnusskerne ohne Fettzugabe rösten, dann grob hacken.
5. Mascarpone, Reibkäse, gehackten Fenchel und Baumnüsse mischen und pikant mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Die vorgekochten Fenchelhälften in eine ausgebutterte Gratinform setzen, dabei eventuell auf der Unterseite geradeschneiden, damit sie nicht umkippen. Bergartig mit der Fenchel-Baumnußmasse füllen. Mit Gemüsebouillon umgiessen.
7. Den Fenchel im auf 220 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille 20-25 Minuten überbacken und anschliessend servieren
8. Während dem Backen die Salatgarnitur auf dem Teller anrichten, mit Essig, Oel und Salz ein wenig würzen. Zusammen mit dem fertigen Fenchel servieren.

Gefülltes Schweinsfilet mit Salbei und Limonenbutter



Zutaten für 4 Personen

Limonenbutter:

80 g weiche Butter

Schale von 1 Limone

6-8 Salbeiblätter

Saft von 1 ½ - 2 Limonen

2 Esslöffel Paniermehl

¼ Teelöffel Zitronenpfeffer

Salz

Fleisch:

1 grosses Schweinsfilet (500-600 g schwer)

1 Esslöffel Bratbutter

4 grosse, dünn geschnittene Scheiben Parmaschinken

4 Salbeiblätter

Vorbereiten: 25 Minuten

Nachgaren: 15-20 Minuten

9. Die Butter rühren, bis sich kleine Spitzchen bilden. Die Limonenschale fein dazureiben. Die Salbeiblätter hacken. Limonensaft, Salbei und Paniermehl unter die Butter rühren, mit Zitronenpfeffer und Salz würzen.
10. Das Schweinsfilet in der heissen Bratbutter auf mittlerem Feuer rundum 3-4 Minuten anbraten. Leicht abkühlen lassen. Auf der Längsseite waagrecht eine tiefe Tasche einschneiden und mit Limonenbutter austreichen. Das Filet mit Parmaschinken umwickeln, auf die Enden jeweils 1 Salbeiblatt legen und mit einem Zahnstocher fixieren.
11. Das Filet in der heissen Bratbutter noch einmal 2 Minuten braten. Auf einer Platte legen und im auf 160 Grad vorgeheiztem Ofen auf der zweituntersten Rille 15-20 Minuten nachgaren lassen, dabei zwei- bis dreimal mit der auslaufenden Limonenbutter beträufeln. Herausnehmen, mit Folie zudecken und 10 Minuten ruhen lassen.
12. Das Filet in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit der ausgelaufenen Limonenbutter beträufeln. Sofort servieren.

Beilage1: mit Ratatouille gefüllte und überbackene Paprika



Zutaten für 4 Portionen:

- 2 rote Paprikaschoten
- 1 kleine Zwiebel weiche Butter
- ½ Zehe Knoblauch
- 1 kleine Zucchini
- ½ Aubergine
- ½ gelbe Paprikaschote
- 3 Tomaten
- 6-8 Salbeiblätter
- Salz und Pfeffer
- Thymian
- 4 EL Käse (Pecorino), frisch gerieben
- Ca. 100 ml Gemüsebouillon

Arbeitszeit: ca. 30 Minuten

Backen: 25 Minuten

1. Die roten Paprika der Länge nach halbieren, Kerngehäuse entfernen und säubern
2. Restliches Gemüse putzen, gegebenenfalls die Kerne entfernen und in Würfel schneiden
3. Zwiebel und Knoblauch pellen, fein würfeln und in einer Pfanne mit Öl anbraten
4. Jetzt zuerst die Aubergine mit dazu geben und angehen lassen, anschliessend Paprikawürfel und Zucchini zufügen. Mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen
5. Als letztes die Tomatenwürfel hinzu geben und ev. etwas einkochen lassen, bis das Gemüse gar ist. Noch einmal abschmecken.
6. Bevor die Paprika gefüllt wird an der Aussen-/Untenseite ein bisschen wegschneiden, damit die Paprika nicht umfällt. Dann das Gemüse in die gesäuberte Paprikahälften füllen und mit dem Pecorino bestreuen
7. Mit wenig Gemüsebouillon umgiessen und im Ofen bei 180 Grad Umluft gut 25 Minuten überbacken

Beilage2: Nudeln

Ca. 50-70 Gramm pro Person

Orangen-Whisky-Creme



Zutaten für 4-5 Personen

6 Orangen
2 gehäufte Esslöffel
Orangenkonfitüre
Saft von 1 Zitrone
150 g Rahmquark
4 Esslöffel Whisky
150 ml Rahm
2-3 Esslöffel Zucker

Zubereiten: 20 Minuten

1. Die Orangen mit einem scharfen Messer mitsamt der weissen Haut schälen. Dann die Schnitze aus den Trennhäuten schneiden
2. Die Orangenkonfitüre mit dem Zitronensaft verrühren. Den Rahmquark und den Whisky beifügen. Den Rahm mit dem Zucker steifschlagen und unter die Quarkcreme ziehen.
3. Die Creme lagenweise mit den Orangenschnitzen in Dessertschalen füllen und bis zum Servieren kühlstellen.