

**Hobbyköche „Freiämter Chuchi“  
Montag, 17. November 2017**



**Menue**

**Gebratene Perlhuhnbrust  
auf Paella-Salat**



**Rehmedaillons mit Waldpilzkruste  
Vollkornspätzli**



**Frische Feigen in Cassis-Likör  
mit Vanilleglace**

# Gebratene Perlhuhnbrust auf Paella-Salat

## Zutaten (für 4 Personen)

2 Stk.	Perlhuhnbrüstchen à 160 g
	Erdnussöl
100 g	Basmatireis
1 dl	Gemüsebouillon
1 TL	Safran
100 g	Paprika ohne Haut, in Würfel geschnitten
100g	Erbsen
4 Stk.	Jakobsmuscheln
4 Stk.	Riesencrevetten
	Olivenöl
1 Stk.	Zitrone

Garnitur: frischer Kerbel

## *Zubereitung:*

- Perlhuhnbrüstchen kräftig würzen und in Erdnussöl saftig anbraten.
- Basmatireis in Gemüsebouillon und Safran kochen, abschütten.
- Paprikawürfel und Erbsen dazugeben und abschmecken.
- Jakobsmuscheln und Riesencrevetten in Olivenöl kurz anbraten und würzen.
- Alle Komponenten miteinander vermengen und nochmals nachwürzen.

## *Anrichten:*

Auf Anrichteschale legen, aufgeschnittene Perlhuhnbrüstchen auf Salat geben, mit wenig Zitronensaft und Olivenöl beträufeln und mit Kerbel garnieren.

## Rehmedaillons mit Waldpilzkruste

### Zutaten:

12	Rehmedaillons à je ca. 50 g
	Salz, Pfeffer
etwas	Bratfett
150 g	Eierschwämmchen
150 g	Steinpilze
50 g	Butter (1)
1	Schalotte, gehackt
2 EL	Peterli, gehackt
	Salz, Pfeffer
6 EL	Paniermehl
1 EL	Butter (2)
1 dl	Madeira
1 dl	Portwein
4 dl	Wildfond
1 EL	grüne Pfefferkörner, eingelegt
3 EL	Cognac
	Salz, Pfeffer

### *Zubereitung:*

Das Fleisch würzen. Bratfett erhitzen, die Medaillons halb durchbraten, aus der Pfanne nehmen und im auf **80 Grad** vorgeheizten Ofen während **ca. 10 Minuten** ruhen lassen.

Eierschwämmchen und Steinpilze putzen, sehr fein hacken. Butter (1) erhitzen. Schalotte und Peterli in der Butter dünsten, die Pilze beifügen, rasch erhitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Über die Medaillons verteilen, Paniermehl darüber streuen. Butter (2) in Flocken darauf setzen, die Rehmedaillons im auf **230 Grad** vorgeheizten Ofen während **5 Minuten** goldbraun überbacken.

Den Bratsatz mit Madeira und Portwein auflösen, bis auf einen Esslöffel einkochen lassen. Wildfond beifügen. So lange einköcheln lassen, bis die Sauce leicht bindet. Cognac dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Fleisch servieren.

# Vollkornspätzli

## Zutaten (für 4 Personen):

180 g Vollkornmehl  
128 g Vollei  
80 g Vollmilch  
1 Prise Backpulver

## Weitere Zutaten:

32 g Butter  
Salz

## *Zubereitung:*

Vollkornmehl, Vollei, Vollmilch und eine Prise Backpulver in eine Schüssel geben. Rasch zusammenarbeiten und zu einem sehr glatten, nicht zu dünnen Teig schlagen, bis er Blasen wirft. Durch ein Spätzlisieb in siedendes Salzwasser drücken oder von einem Brett schaben.

Sobald die Spätzli an die Oberfläche steigen, herausnehmen, im Eiswasser abkühlen und abtropfen lassen. Spätzli in Butter in einer Lyoner Pfanne mit oder ohne Farbgebung schwenken und abschmecken.

## ***Tipp für die Praxis:***

Werden die Spätzli auf Vorrat hergestellt, nach dem Abschütten wenig Öl begeben und gut vermischen, um ein Zusammenkleben zu verhindern. Danach sofort mit Klarsichtfolie abdecken und kühl stellen.

## FrISChe Feigen in Cassis-Likör mit Vanilleglace

### Zutaten (für 4 Personen):

120 g Zucker  
24 g Wasser  
200 g Rotwein  
120 g Cassis-Likör  
400 g Feigen blau, frisch  
200 g Vanilleglace

### *Vorbereitung:*

FrISChe Feigen (pro Person 2 Stück à 50 g) waschen und halbieren.

### *Zubereitung:*

Zucker mit dem Wasser vermischen und goldgelb karamellisieren. Karamell mit Rotwein ablöschen, aufkochen und den Zucker auflösen. Den Cassis-Likör begeben.

Die halbierten Feigen begeben und Pfanne vom Herd ziehen. Feigen eine Stunde in der Flüssigkeit marinieren und dann herausnehmen.

Die Flüssigkeit um 1/3 einkochen und die Flüssigkeit etwas abkühlen lassen.

### *Anrichten:*

Feigen anrichten und mit der Flüssigkeit nappieren (übergießen). Mit einer Kugel Vanilleglace servieren.