

328. Smørebrød Kochsession

13. Juli 2023

Bruno Bucher, 8 Personen



Avocado-Mango-Carpaccio

Tomaten-Gazpacho

Paella

Aprikosengratin mit Amaretti

Avocado Mango Carpaccio

- 2 Pepperoncini
- 2 Frühlingszwiebel
- Büschel Basilikum
- 1 Zitrone (Bio, unbehandelt)
- Salz
- 1 Teelöffel Ahornsirup oder flüssiger Honig
- 8 Esslöffel Olivenöl
- 2 Mango reif, aber nicht zu weich
- 3 Avocado

Den Pepperoncini längs halbieren, entkernen, in feine Streifchen und anschliessend in kleine Würfelchen schneiden. Die Frühlingszwiebel rüsten und mitsamt schönem Grün in feine Ringe schneiden. Die Basilikumblätter fein hacken. Die Schale der Zitronenhälfte (Bio, unbehandelt) fein abreiben und den Saft auspressen.

In einer kleinen Schüssel den Zitronensaft mit etwas Salz sowie dem Ahornsirup oder Honig gut verrühren. Das Öl nach und nach zu einer cremigen Sauce unterschlagen. Die Zitronenschale, den Peperoncino, die Zwiebelringe und das Basilikum beifügen.

Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein und dann in feine Scheiben schneiden. Die Avocados längs halbieren und den Stein entfernen. Die Schale sorgfältig ablösen und die Avocadohälften ebenfalls in feine Scheiben schneiden.

Die Avocado- und die Mangoscheiben ziegelartig abwechselnd auf **8** Tellern auslegen. Das Dressing darüber verteilen und das Carpaccio rasch servieren, sonst verfärben sich die Avocadoscheiben.

Tomaten-Gazpacho

1000 gr Tomaten (Ochsenherz)

200 gr Gurken

1 Scheibe Brot

1 Peproncini

1 Zwiebel

3 EL Öl

2 EL Zitronensaft,

Salz, Pfeffer

Schnittlauch/Basilikum

Pürieren, im Tiefkühler kühlen,

Dazu servieren Crostini mit Knoblauch

Deko Schnittlauch oder Basilikum

Paella

8 Pers

400 gr Crevetten, mit 5 Gewürze-Mischung und Zitronensaft marinieren

500 gr Miesmuscheln, waschen, reinigen

250 gr, 10 Octobüssli (Moscardini), gefrohren ca. 1 h in kaltem Wasser einlegen, grillieren

800 gr. 10 Sardinen, Fisch (ca 800 gr.), Kopf weg und Innereien herausziehen, grillieren

Pouletbrüstli in Streifen schneiden (ca 800gr), anbraten

1,6 kg Gemüse (200gr/Pers): 2 Zwiebeln, 3 Peperoni rot, Bohnen/Erbsen, Knoblauch, Tomaten, weitere nach Saison

500 gr Paella Reis Spanien, Safran, Curry, Kurkuma,

5 dl Weisswein, 1 Liter Bouillon, 1.5 dl Halbrahm

Olivenöl, Butter, Zitrone, Knoblauch, Peterli

Zubereitung:

Muscheln reinigen, in Pfanne andämpfen um dann essfertig auf der Paella zu garnieren
alles Gemüse rüsten,

Reis, Zwiebeln in Olivenöl, in Paella Pfanne andünsten, ablöschen mit weisswein, Bouillon
dazu Gemüse je nach Garzeit dazugeben

Crevetten und Muscheln fertig vorbereitet dekorativ auf Paella legen.

Sardinen, Octob sep. auf Grill braten, dekorativ auf Paella legen

Rosmarinzweige auch auf Paella legen

Halbrahm kurz vor servieren zum Reis, ebenfalls Peterli

Zitrone sep servieren

Aprikosengratin mit Amaretti

- 1 kg Aprikose
- 200 g Amaretti mit feuchtem Kern
- 4 Esslöffel Amaretto
- 4 Esslöffel Doppelrahm

Zum Überbacken:

- 5 Eigelbe
- 75 g Zucker
- 0.5 dl Amaretto
- 1.5 dl Rahm

Zum Servieren:

- Glace nach Belieben

Die Aprikosen halbieren, entsteinen und mit der Schnittfläche nach oben in eine Gratinform oder in feuerfeste Portionenförmchen verteilen ,

Die Amaretti zerbröseln und in eine Schüssel geben. Zuerst mit dem Amaretto beträufeln und gut mischen. Dann den Doppelrahm beifügen. Die Masse bergartig in die Aprikosenhälften füllen.

Backofen 220 °C

Eigelb und Zucker zu einer hellen, dicklichen Creme aufschlagen; dies dauert auch mit dem Handrührgerät etwa 6 Minuten. Den Amaretto beifügen.

Den Rahm steif schlagen und unter die Eicreme ziehen. Über die Aprikosen verteilen.

Den Aprikosengratin im 220 Grad heißen Ofen (optional Kugelgrill) auf der zweituntersten Rille 15–20 Minuten überbacken. Noch warm und nach Belieben mit je 1 Kugel Glace servieren.