

Presse-Chuchi Zürich
Club du canard truffé



Freitag, 28. August 2015

Chochete von Danni Härry

Frohkost

– frech und roh!

1

Mostbröckli-Mango-Caprese

mit Basilikum und Ingwer

3 Smoothies

Tomaten und Peperoni

Melone und Ananas

Pflaume und Walnuss

Beefsteak Tatar

Zwiebel-Chutney

Feigen und

Schwarzbrot

Halbgefrorene Himbeeren im Rahm

mit Meringue

Gruyère mild und rezent

mit Zürihonig und Nussbrot

Wein

Baron de Rothschild Réserve (2014)

(Sémillon, Sauvignon blanc)

Vin de pays d'Oc La Cuvée Mythique (2013)

(Carignan, Syrah, Mourvèdre, Grenache)

Frohkost

– frech und roh!

Mostbröckli-Mango-Caprese mit Basilikum und Ingwer

(für 4 Personen)

100 Gr. Mostbröckli (ca. 25 Gr. p.P.)

2 Mangos

Basilikum

1 Stück frischer Ingwer

Pfeffer

Zubereitung:

Mangos in möglichst dünne Scheiben schneiden

Mostbröckli und Mangos auf Teller anrichten

Ingwer fein raspeln

Basilikum, Ingwer und etwas Pfeffer darüber streuen

Frohkost

– frech und roh!

3 Smoothies

Tomaten und Peperoni
Melone und Ananas
Pflaume und Walnuss

3

(für 4 Personen)

3 Tomaten, 1 rote Peperoni, 1-2 Knoblauchzehe(n)
½ Ananas, ½ Melone, 200 Gr. Bifidus Jogurth Nature
4 Pflaumen, 10 Walnuss-Hälften, 2,5 dl Buttermilch

Zubereitung:

Tomaten und Peperoni Smoothie:

Tomaten und Peperoni würfeln
mit ganzer Knoblauchzehe und 1 dl. Wasser im Mixer rühren
mit Salz und Pfeffer würzen

Melone und Ananas Smoothie:

Melone entkernen
Ananas und Melone würfeln
mit Bifidus im Mixer rühren
mit (wenig) Zucker und Pfeffer würzen

Pflaume und Walnuss Smoothie:

Pflaumen halbieren und entkernen
mit Buttermilch und 3 Teelöffel Zucker im Mixer rühren

alle Smoothies kühl servieren

Frohkost

– frech und roh!

Beefsteak Tatar

Zwiebel-Chutney

Feigen und

Schwarzbrot

(für 4 Personen)

600 Gr. Rindfleisch

4 Sardellenfilets

2 Zwiebeln

4 getrocknete Tomaten

4 Salzgurken

Petersilie

4 Feigen

4 Teelöffel Kapern

3-4 frische Eigelb

3 Esslöffel Olivenöl

Schwarzbrot

4

Zubereitung Beefsteak Tatar

Rindfleisch in möglichst kleine Würfel schneiden (feine Scheiben schneiden – dann feine Streifen schneiden – dann würfeln)

Zutaten ebenfalls möglichst fein würfeln

alles (ohne Salzgurke!) in eine Schüssel geben und mit Gabel gut miteinander vermengen – Olivenöl, Salz und Pfeffer dazugeben

mit Servierring auf Teller anrichten; Teller mit Chutney (s. unten), Feige, Salzgurke und etwas Petersilie anreichern

mit Schwarzbrot servieren

Zubereitung Zwiebel-Chutney:

(für 4 Personen)

2 bis 3 rote Zwiebeln

1 Stück frischer Ingwer

1-2 getrocknete Chilischoten

200 Gr. brauner Zucker

2 dl Sherry-Essig

2 Esslöffel Senf

5

Zubereitung:

Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden

Ingwer schälen und fein hacken

Chilischote zerbröseln

Zucker in Pfanne schmelzen und karamellisieren

Zwiebeln, Ingwer und Chili dazugeben.

mit Essig ablöschen

gut verrühren, bis sich Caramel auflöst

Senf dazugeben und 15 Min. bei mittlerer Hitze kochen lassen

mit etwas Salz würzen

mit Suppenlöffel auf Tellerrand geben

Frohkost

– frech und roh!

Halbgefrorene Himbeeren im Rahm mit Meringue

6

(für 4 Personen)

250 Gr. tiefgefrorene Himbeeren

6 Meringue-Schalen

2,5 dl Schlagrahm

Zubereitung:

Schlagrahm steif schlagen

4 Meringue-Schalen feiner zerbröckeln (5-8mm)

2 Meringue-Schalen gröber zerbröckeln (1 cm)

Tiefgefrorene Himbeeren und fein zerbröckelte M-Schalen zum Schlagrahm dazugeben und umrühren

in Gläsern anrichten und grob zerbröckelte M-Schalen darüber streuen

kühl stellen

Frohkost

– frech und roh!

Gruyère mild und rezent
mit Zürihonig und Nussbrot

(für 4 Personen)

200 Gr. Gruyère mild (ca. 50 Gr. p.P.)

200 gr. Gruyère rezent (ca. 50 Gr. p.P.)

Zürihonig

Pfeffer

Nussbrot

einige Trauben grün

einige Trauben weiss

Zubereitung:

Gruyèrekäse in feine Stäbchen schneiden

zusammen mit einem Teelöffel Zürihonig, etwas Pfeffer und je 3 bis 4 Traubenbeeren grün und blau auf Teller anrichten