



## **Hobbyköche Birmichelle vom 6. Mai 2024**

### **525. Chochete**

#### **Apero**

Blätterteig Schnecken

#### **Vorspeise**

Italienischer Fenchelsalat

#### **Hauptgang**

Pouletbrust gefüllt  
mit Zitronenrisotto und Bohnenbündeli

#### **Dessert**

Süsse Avocado Mousse

Verantwortlicher: Christian Frei



-1-

## Birmichelle- Chochete vom 6. Mai 2024

### Apero

Blätterteig Schnecken mit Rohschinken für 6 Personen (Dauer ca. 40 Min.)

Blätterteig rechteckig, ca. 150 gr. Rohschinken

1. Blätterteig mit Rohschinken belegen und aufrollen und 15 Minuten kühl stellen.
2. Danach 1 cm breite Scheiben schneiden und in einem Abstand von ca. 3 cm auf das Blech legen.
3. Bei 200 Grad für ca. 20 Minuten in der Mitte des Backofens backen.



- 2 -

## Vorspeise

-

Italienscher Fenchelsalat mit Orangen und Rosa Pfeffer  
Für 4 Personen (Dauer 15 Minuten)

400 gr. Fenchel, 2 Blutorangen, 3 EL Olivenöl, 2 EL Weissweinessig,  
1 EL Rosa Pfeffer

1. Fenchelknollen fein hobeln oder mit dem Messer fein schneiden.
2. Orangen filetieren, Rest der Orangen auspressen.
3. Zum Orangensaft, Weissweinessig, Olivenöl und Rosa Pfeffer geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Orangenfilets zu den Fenchelstreifen geben.
5. Dressing dazugeben und alles vermischen.



## Hauptspeisen

- 3 -

### Pouletbrüstchen gefüllt für 4 Personen (Dauer 30 Min.)

4 Pouletbrüstchen, 8 gedörrte süsse Aprikosen, 4 Tranchen Rohschinken,  
4 schmale Balken Greyerzer rezent

1. Pouletbrüstchen einschneiden.
2. Aprikosen halbieren, Greyerzer in geeignete Balken schneiden und in Rohschinken packen und in die aufgeschnittenen Pouletbrüstchen geben.
3. Poulet würzen (Pouletgewürz) und scharf anbraten ca. 4 Minuten.
4. In vorgeheizte Schale bei 160 Grad im Ofen 20 Minuten fertig braten.

### Zitronenrisotto für 4 Personen (Dauer 30-40 Min.)

200 gr. Risottoreis (Acquerello), 1 grosse Zwiebel, 1 grosse Zitrone, 2 dl Weisswein,  
5 dl Bouillon, 50 gr. Greyerzer gerieben, 3 EL Mascarpone, ca. 30 gr. Butter

1. Reis und Zwiebeln mit Butter glasig dünsten.
2. Mit der Hälfte des Zitronensaftes ablöschen, danach den Weisswein dazugeben und knapp einkochen.
3. Bouillon portionenweise dazugeben und gelegentlich umrühren.
4. Nach 20 bis 25 Min. mit dem Rest des Zitronensaftes ablöschen und gut verrühren.
5. Greyezerkäse und Mascarpone darunter mischen und je nach Geschmack mit Pfeffer und Salz abschmecken.



## Hauptspeisen

- 3 a-

Sauce zu Pouletbrüstchen für 4 Personen (Dauer 40 Min.)

4 dl Rotwein, 8 süsse Aprikosen gedörnt, 3 EL Rohrzucker (= 6 Sticks),  
1 ½ EL Bratensauce-Paste

1. Aprikosen zerkleinern, dann mit Rotwein, Rohrzucker und Bratensauce aufkochen.
2. Auf kleiner Stufe 30 Minuten weiter köcheln lassen.

Bohnenbündeli für 4 Personen (Dauer ca. 40 Min.)

300 gr. Bohnen, 2 EL Butter, 8 Tranchen Kochspeck,  
1 EL Thymianblätter

1. Bohnen in gleich grosse Stücke schneiden.
2. 10 Minuten in Salzwasser kochen, dann im kalten Wasser abschrecken.
3. 8 Bündeli mit je 1 Tranche Kochspeck einwickeln, mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen und mit Butter bestreichen.
4. Im 220 Grad vorgeheizten Ofen 10-15 Minuten backen.



## Süsse Avocado Mousse für 4 Personen (Dauer 20 Min.)

- 4 -

4 reife Avocado  
4 dl saurer Halbrahm  
2 Limetten  
12 Rohrzucker Sticks

1. Limetten auspressen.
2. Avocados in Stücke schneiden.
3. Limettensaft über die Avocados träufeln.
4. Zucker und saurer Halbrahm dazugeben.
5. Mit Stabmixer zu Mousse mixen.
6. In den Kühlschrank stellen.