

## Gourmettreff 43/1 (18.09.2013)

### Kürbissalat mit Pilzen

Zutaten	Zubereitung
Für 4 - 6 Port. Salat :	1. Kürbis vierteln, Kerne ausschälen und das Kürbisfleisch grob raspeln oder in sehr feine Spalten schneiden. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten.
150 g Hokkaido-Kürbis (oder Butternut-Kürbis) 1 El Kürbiskerne 40 g Butterschmalz (oder Butter) Salz Pfeffer 150 g Pilze (z.B. Champignons, Saitlinge, Pfifferlinge ...) 1 Schalotte 100 g Feldsalat (oder Rucola) 2 mittelgroße Tomaten	2. 20 g vom Butterschmalz bzw. Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, den Kürbis darin unter Rühren kurz andünsten, dabei sollte das Fruchtfleisch nicht zu weich werden, mit Salz und Pfeffer abmecken und zum Abkühlen in eine andere Schüssel umfüllen.  3. Die Pilze putzen, in Scheiben schneiden und die Schalotte fein würfeln. Die restlichen 20 g Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Pilze darin kräftig anbraten, Schalottenwürfel zugeben, glasig dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen und ebenfalls abkühlen lassen.
Vinaigrette :	4. Den Feldsalat bzw. Rucola putzen, kalt abbrausen und trocken schleudern. Die Tomaten waschen, in Scheiben schneiden und diese wiederum vierteln.
2 El Rapsöl (oder Sonnenblumen- oder Maiskeimöl) 1 El weißer Balsamico 1 Tl Ahornsirup Salz Pfeffer etwas Kürbiskernöl	5. Für die Salatsauce das Rapsöl bzw. Sonnenblumen- oder Maiskeimöl mit dem weißen Balsamico und Ahornsirup kräftig verrühren bis eine sämige Konsistenz entsteht und dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.  6. Den Feldsalat bzw. Rucola auf Teller verteilen, Tomatenstücke und Pilze darüber geben, mit der Salatsauce und Kürbiskernöl beträufeln und den Kürbiskernen bestreuen.

#### Notizen

Rezept aus Tirol  
Zubereitungszeit : ca. 25 min.

## Geflügelbrust in Heu und Kohl

### Zutaten

Für 4 Port.

4 handvoll Wiesenheu  
4 Hühnerbrüste (mit Haut)  
Salz  
Pfeffer  
4 große Kohlblätter

### Zubereitung

1. Backofen auf 150°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Das Heu in einem großen Sieb heiß spülen und abtropfen lassen. Die Hühnerbrüste mit Salz, Pfeffer und Heublumen würzen und auf der Hautseite anbraten.
3. Die Kohlblätter vom Strunk befreien, kurz blanchieren, trocken tupfen und mit Heu belegen. Die Hähnchenbrüste aufs Heu legen, zusätzlich noch mit etwas Heu belegen, ins Kohlblatt einwickeln und nicht zu fest mit Küchengarn binden.
4. Die Päckchen in einer Pfanne beidseitig anbraten und im Backofen 25 - 30 min fertig garen. Die Hähnchenbrüste vor dem Servieren auspacken, ohne Heu und Kohl auf Tellern mit Pilznudeln anrichten.

### Notizen

Rezept aus Tirol  
Zubereitungszeit : ca. 45 min.

## Pilznudeln

### Zutaten

Für 4 Port.

200 g Bandnudeln  
2 - 3 Schalotten  
1 El Butter  
1 El Öl  
40 g Pilze (z.B. Pfifferlinge)  
100 ml Sahne  
60 ml Weißwein  
Salz  
Pfeffer  
1 - 2 El geh. glatte Petersilie

### Zubereitung

1. Die Nudeln nach Packungsanleitung bissfest kochen. Schalotten und Knoblauch fein würfeln und in einer Pfanne in Butter und Öl glasig anschwitzen.
2. Die Pilze putzen, in mundgerechte Stücke schneiden, in die Pfanne geben, durchschwenken, Sahne und Weißwein angießen und verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen, die gekochten Nudeln zugeben und zum Schluss die gehackte Petersilie untermischen.

### Notizen

Die Pilznudeln passen gut zu den Hähnchenbrüste in "Heu und Kohl".

## Pochierte Äpfel mit Guinness-Sabayon

### Zutaten

### Zubereitung

Für 6 - 8 Port.

Äpfel :

20 g frischer Ingwer  
1 Streifen Bio-Zitronenschale  
4 El Zitronensaft  
1/2 Vanilleschote  
60 g brauner Zucker  
500 ml Apfelsaft  
2 - 3 Sternanis  
1 kg säuerl. Äpfel

Sabayon :

3 Eigelb  
2 gehäufte El Puderzucker  
180 ml Guinness-Bier  
1 El Zitronensaft (oder Limettensaft)

1. Den Ingwer schälen und in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Zitrone heiß waschen, trocknen und einen 6 cm lange Streifen abschälen, sowie 4 El Saft auspressen. Das Mark der Vanilleschote auskratzen und alles mit dem braunen Zucker, Apfelsaft und Sternanis in einem breiten Topf kurz aufkochen, dann die Temperatur etwas reduzieren.

2. Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse, Stiele und Blütenansätze entfernen, in den Sud geben und bei milder Hitze ca. 10 min zugedeckt pochieren, dabei die Äpfel einmal vorsichtig wenden. Dann den Topf etwa 15 min abkühlen lassen, die Äpfel nebeneinander in eine Schale legen und zugedeckt ca. 2 Std kühl stellen. Den Apfelsud mit den Gewürzen bei starker Hitze sirupartig (auf ca. 80 ml) einkochen und durch ein Sieb in einen Topf gießen.

3. Für das Sabayon die Eigelb mit dem Puderzucker in einem Schlagkessel verrühren, das Bier vorsichtig angießen, ohne dass es schäumt, Zitronen- bzw. Limettensaft zugeben und über dem heißen Wasserbad mit dem Schneebesen etwa 10 min lang kräftig aufschlagen bis die Konsistenz cremig-dicklich ist. Das Wasser des Wasserbads darf nicht kochen und den Schlagkessel nicht erreichen. Anschließend die Sabayon im Eiswasser ca. 5 min kalt schlagen.

4. Die Äpfel evtl. nochmals halbieren, auf Desserttellern verteilen und mit dem Sirup und dem Guinness-Bier-Sabayon anrichten.

### Notizen

Rezept aus der Schweiz

Zubereitungszeit : ca. 45 min + 2 Std. Kühlzeit