

## REZEPT VON CHANELLE

Sendung vom 11.12.2021

### Kopfsalat mit Pilzen und Ei

\* \* \*

**Pouletbrüstli**  
**Gemüse**  
**Bratkartoffeln**

\* \* \*

### Meringue mit Crème Double und Himbeeren

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





## **VORSPEISE: KOPFSALAT MIT PILZEN UND EI**

### **Salatsauce**

Essig

Öl

Mayonnaise

Senf

Gewürze nach Geschmack

Alles gut mischen.

### **Salat**

2 Beutel fertig gerüsteter Kopfsalat

Cherry-Tomaten

ca. 250 g Pilze (z.B. Eierschwämmli)

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 gekochtes Ei pro Person

Parmesansplitter

Die Cherrytomaten halbieren. Eier in Würfeli oder Scheiben schneiden. Die Eierschwämmli gut putzen. Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in Butter zusammen mit den Eierschwämmli andünsten. Salat anrichten und die Salatsauce darüber geben.



## HAUPTGANG: POULETBRÜSTLI, GEMÜSE UND BRATKARTOFFELN

### **Pouletbrüstli**

Pro Person 1 Pouletbrüstli

Öl

Senf

Sojasauce

Gewürze nach Geschmack

Für die Marinade alle Zutaten in einer Schüssel vermengen und die abgespülten Pouletbrüstli gut damit einreiben. Für ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Den Backofen auf 180°C vorheizen und die marinierten Pouletbrüstli für ca. 25 Minuten darin garen.

### **Paprika-Rahmsauce**

2 rote Peperoni

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

Etwas Weisswein

2 dl Gemüsebouillon

1 Saucenrahm

Salz & Pfeffer

1 TL Paprika edelsüss

Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Die Peperoni in kleine Würfel schneiden. Alles in Butter andünsten und mit Weisswein ablöschen. Mit der Bouillon aufgiessen und ein paar Minuten köcheln lassen. Mit einem Stabmixer pürieren und allenfalls durch ein Sieb streichen. Zurück in den Topf geben und den Saucenrahm begeben. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Bei niedriger Temperatur köcheln lassen.



### **Bratkartoffeln**

1k g festkochende Kartoffeln  
Evtl. 1 Zwiebel  
1 EL Öl  
Butter  
Salz & Pfeffer

Die Kartoffeln schälen und in gleich grosse Würfel schneiden. Kurz in kaltes Wasser geben, damit die Stärke austreten kann. So werden die Kartoffeln schön knusprig. Die Zwiebel hacken.

Die Butter-Öl-Mischung in einer Bratpfanne erhitzen und die abgeseihten Kartoffeln geben, sofort mit einem Deckel verschliessen. Die Kartoffeln nach ca. 5 Minuten wenden und allenfalls die Hitze etwas reduzieren. Wieder mit einem Deckel verschliessen. Die Garzeit beträgt ca. 35-40 Minuten.

10 Minuten vor Ende der Garzeit die gehackte Zwiebel auf die Kartoffeln geben (nicht mischen) und ca. 5 Minuten mitgaren (Deckel wieder darauf). Danach das Ganze mischen und nochmals 5 Minuten ohne Deckel weiterbraten.

### **Gemüse-Spiessli**

1 Rote Zwiebel  
1 gelbe Peperoni  
1 fote Peperoni  
1 grüne Peperoni  
Fetakäse in Würfel

Das Gemüse in die gewünschte Form schneiden und abwechselnd mit dem Feta auf Spiesse stechen. In einer Bratpfanne mit wenig Öl bis zur gewünschten Bissfestigkeit anbraten.

## DESSERT: MERINGUE MIT CRÈME DOUBLE UND HIMBEEREN

### Crème double

300 g Butter in groben Stücken  
300 g Vollmilch (mind. 35% Fettanteil)

Die Butter und Milch in einem Topf erwärmen und anschliessend kurz mixen.

Info: Die Crème double wird nicht so steif wie normaler Rahm. Danach für mindestens 4 Stunden in den Kühlschrank stellen.

### Meringues

120 g Eiweiss  
160 g Zucker  
20 g Vanillezucker

In einem Topf Wasser auf 55-65°C erhitzen. Währenddessen das Eiweiss, den Zucker und Vanillezucker in eine Schüssel geben und über dem Wasserbad mit dem Schwingbesen rühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat.

Danach die Schüssel aus dem Wasserbad nehmen und die Eiweiss-Zucker-Vanillezucker-Mischung steif schlagen und in einen Spritzsack füllen. Die Masse in der gewünschten Form auf ein mit Backpapier ausgelegtem Backblech spritzen und für 15 Minuten bei Raumtemperatur antrocknen lassen. In dieser Zeit den Backofen auf 100°C (Umluft) vorheizen.

Nun die Meringues während 4 Stunden im vorgeheizten Ofen trocknen. Dabei unbedingt ein Kochlöffel zwischen die Ofentür und den Ofen stecken, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Danach abkühlen – die Meringues sind servierbereit.

### Himbeer-Sauce

250 g frische oder tiefgekühlte Himbeeren  
4 EL frisch gepresster Zitronensaft  
2 EL Puderzucker

Die frischen Himbeeren verlesen, die TK-Himbeeren auftauen lassen. Mit Zitronensaft und Puderzucker vermengen und mit einem Pürierstab zu einer Sauce pürieren. Das Püree durch ein feines Sieb passieren, um die Kerne zu entfernen.