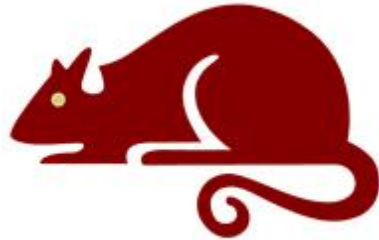


# Ratatouille

**17.09.2013**

Maître du jour:  
Peter Frei

# Ratatouille



## *Menü*

*Exotische Kürbissuppe*

*Blattsalat mit Pouletstreifen*

*Gotthelf-Medaillons*

*Trauben mit Nusscreme*

# Exotische Kürbissuppe

## Zutaten für 4 Personen

600 g Kürbis (gerüstet, netto)  
1 grosse Möhre (Rüebli)  
½ Stange Lauch  
3 mittelgrosse Kartoffeln  
1 Stück Ingwer  
2 Schalotten  
1 Zehe Knoblauch  
500 ml Gemüsebouillon (instant)  
1 dl Sahne  
3 Chilischoten getrocknet  
Safran  
Currypulver  
Pfeffer  
1 EL Butter

## Zubereitung

1. Kürbis, Kartoffeln, Möhren und Lauch in kleine Würfel schneiden. Ingwer ebenfalls würfeln. Die Schalotten und den Knoblauch rüsten und in der Butter anbraten, das Gemüse zugeben und kurz mit braten. Mit Brühe auffüllen und 30 – 40 Minuten köcheln lassen.
2. Wenn das Gemüse weich ist, dem Topf vom Herd nehmen und das Ganze mit dem Mixstab fein pürieren. Sahne zugeben und mit den Gewürzen abschmecken.



# Blattsalat mit Pouletstreifen

## Zutaten für 4 Personen

500g Pouletschnitzel  
Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
Edelsüßer Paprika  
2 kleine Zwiebeln  
1 Häuptelsalat  
2 Knoblauchzehen  
Thymian  
Apfelessig  
Etwas Honig  
Senf  
Olivenöl

## Zubereitung:

1. Pouletfleisch in dünne Streifen schneiden und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl ca 5 Min. anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika kräftig würzen.
2. Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Salat waschen und in Streifen schneiden.
3. Aus gepresstem Knoblauch, Thymian, Apfelessig, Senf und Honig eine Marinade bereiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Olivenöl unterrühren.
4. Pouletstreifen auf die Salate geben und mit der Marinade bergiessen.

# Gotthelf-Medaillons mit Chrüternüdeli

## Zutaten für 4 Personen

600 g Schweinsfilet, in 2,5-3 cm dicke  
Medaillons geschnitten  
Salz, Pfeffer  
Bratbutter oder Bratcreme

## Chrüternüdeli

300 g schmale Nudeln  
40 g Butter  
Bundzwiebel, in Ringe  
geschnitten  
1-2 Knoblauchzehen, in Scheibchen  
geschnitten  
1/2 EL Estragon, geschnitten  
2 EL Petersilie, gehackt  
2 TL Senf

## Zubereitung

1. Medaillons portionenweise würzen und in heisser Bratbutter beidseitig je 2-2 1/2 Minuten braten. Im auf 70°C vorgeheizten Ofen warm stellen.
2. Chrüternüdeli: Nudeln in siedendem Salzwasser al dente kochen, abgiessen, abtropfen lassen, warm stellen. Butter schmelzen, Bundzwiebel und Knoblauch darin 3-4 Minuten andämpfen. Kräuter und Senf dazugeben. Mit den Nudeln mischen.
3. Nudeln und Medaillons auf vorgewärmten Tellern anrichten.

## Infos

Zubereiten: ca 30 Minuten

Nährwerte pro Portion Energie 534 kcal, Eiseiss 43g, Fett 16g,  
Kohlenhydrate 54g

# Trauben mit Nusscreme

## Zutaten für 4 Personen

### Creme:

50g gemahlene Haselnüsse  
5 dl Milch  
2 EL Maisstärke  
6 EL Zucker  
2 TL Vanillezucker  
2 Eier  
1,5 dl Rahm, steif geschlagen

### Trauben:

400 g bunte Trauben, halbiert,  
nach Belieben entkernt  
einige Tropfen Zitronensaft  
1-2 EL Grappa oder Orangensaft  
2-3 EL Zucker

## Zubereitung

1. Die Haselnüsse in einer Pfanne unter ständigem Rühren rösten, auskühlen lassen. 2-3 EL für die Garnitur beiseite stellen.
2. Milch mit Maisstärke, Zucker, Vanillezucker und Eiern unter ständigem Rühren bis knapp vors Kochen bringen. In eine Schüssel giessen, unter häufigem Rühren auskühlen lassen. Geröstete Nüsse unter die Creme mischen. Rahm sorgfältig darunterziehen.
3. Trauben mit den restlichen Zutaten mischen, kurz marinieren, in die Gläser verteilen. Creme daraufgeben, mit den beiseite gestellten Nüssen garnieren.

### Tipp

Nach Belieben mit Rahmrosetten garnieren.

### Infos

Zubereiten: ca. 40 Minuten,

Kühl stellen: ca. 2 Stunden

Nährwerte pro Portion: Energie 481 kcal, Eiweiss 11 g, Fett 25 g, Kohlenhydrate 50 g