

Chämi-Chuchi Suhr

Chochette vom 12. Oktober 2021



Peter Häusermann
Beat Byland

Vorspeise

Cremige Kürbissuppe mit Äpfel, Karotten und Kartoffeln

Hauptspeise

Polenta Gemüseauflauf

Hackbällchen in Tomatensauce mit italienischen Kräutern

Dessert

Apfelstrudel

Cremige Kürbissuppe mit Äpfeln, Karotten und Kartoffeln



Den Kürbis halbieren, das weiche innere mitsamt den Kernen entfernen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden.

Zwiebeln schälen und achteln. Karotten schälen und in Stücke schneiden. Die Äpfel entkernen und in Stücke schneiden. Kartoffeln ebenfalls schälen und in Stücke schneiden

Kürbis, Zwiebel, Apfel und Karottenstücke in einem grossen Topf mit etwas Öl anbraten.

Unter Rühren bei mittlerer Hitze weiterbraten, bis der Kürbis weich aber noch bissfest ist.

Jetzt die Kartoffelstücke zugeben und mit heisser Gemüsebrühe auffüllen.

Auf kleiner Flamme so lange kochen (ca. 20 Min) bis alles weich ist.

Nun die Sahne oder Sauerrahm zugeben und alles pürieren (Pürierstab)
Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Petersilie abschmecken.

Zutaten:

½ kg	Hokkaidokürbis
1 grosse	Zwiebel
2 grosse	Karotten
1	Apfel
Öl	
2 m.grosse	Kartoffeln
¾ Liter	Gemüsebrühe
½ Becher	Sahne oder Sauerrahm
	Salz, Pfeffer
	Muskat
	Petersilie gehackt

Polenta Gemüseauflauf



Gemüse nach Wahl:

Zucchini in dünne Scheiben schneiden, Peperoni in Streifen schneiden. Kürbis evtl. schälen entkernen und in dünne Scheibchen schneiden. Champignon vierteln.

In einer grossen Pfanne Öl erhitzen, Gemüse und Pilze portionenweise anbraten, salzen, pfeffern.

Für die Polenta Brühe mit Milch aufkochen. Basilikum und Polenta einrühren, bei kleinster Hitze 7 min. garen. Etwas abkühlen lassen, Käse und Eier daruntermischen. Kräftig salzen und pfeffern.

Backofen auf 180° vorheizen

Eine Auflaufform einölen. Abwechselnd Gemüse Mischung, Tomaten und Polenta in die Form schichten. Darauf achten, dass sich die Polenta gut verteilt

Im heissen Backofen ca. 40 Min. backen, dann 5 Min. ruhen lassen.

Zutaten:

1,2 Kg	Gemüse, gemischt
4	Tomaten
100g	Käse (gerieben)
300 ml	Gemüsebrühe
300 ml	Milch
70g	Maisgries
3	Eier
3 EL	Olivenöl
1 EL gestr.	Basilikum getrocknet
	Salz und Pfeffer

Tomatensauce mit Hackbällchen

Mit italienischen Kräutern

Man beginnt mit der Herstellung der Hackbällchen, für die das Hackfleisch mit einem Ei, Salz, Pfeffer, Oregano und Basilikum vermengt wird. Daraus Nussgrosse Bällchen formen und in einer heissen Pfanne in Öl gut anbraten. Auf niedriger Flamme ca. 5 Min. weiterbraten. (Auch wenn die Bällchen am Anfang sehr weich wirken, so sind sie in der Sauce genau richtig).

Nun die Tomaten in die Pfanne geben und mit etwas Wasser verdünnen. Den Pfanneninhalt mit der Brühe (gute 3 Esslöffel), Salz, Pfeffer; Kräuter und etwas Zucker würzen. Den Sauerrahm einrühren und 10 Min. köcheln lassen.

Zutaten:

500g	Hackfleisch
1 Dose	Tomaten
	Wasser
1 Becher	Sauerrahm
1 Prise	Salz und Pfeffer
	Zucker
	Gemüsebrühe
1 Prise	Basilikum und Oregano
	Olivenöl
1	Ei

Apfelstrudel

Teig:

125 g Mehl

1 Ei

2-3 Esslöffel Pflanzenöl

1/3 Teelöffel Salz

in eine Schüssel geben

Mischen, zum Mehl geben, zu einem glatten Teig kneten.

Zugedeckt 1/2 Stunde in der Küche ruhen lassen.

Dann auf einem gut bemehlten Tuch sehr dünn auswallen und ausziehen.

Füllung:

5 Äpfel geschält

3-4 Esslöffel Zucker

¼ Teelöffel Zimt

50g Mandeln, grob gehackt

2 Esslöffel Sultaninen

1 Zitrone Schale abreiben

vierteln, in Scheibchen schneiden, auf den Teig verteilen.

Darüber streuen. Tuch an einem Ende anheben, damit sich der Teig wie eine Roulade aufrollt. Enden gut zusammendrücken, auf ein eingefettetes Blech geben.

50g Margarine

schmelzen, Strudel bestreichen.

Backen:

30-35 Minuten bei Mittelhitze 180 Grad in der Mitte des vorgeheizten Ofens, ab und zu mit der flüssigen Margarine bestreichen.

Lauwarm servieren, in Stücke schneiden und mit Puderzucker bestäuben.