



Kochabend 27. November 2023

*Kürbis-Apfel-Suppe
Pouletbrüstli an Sherrysauce mit Nudeln
Apfelmus-Rahm-Dessert im Glas*

Kürbis-Apfel-Suppe

Anzahl Personen 4

500 g Muscade-Kürbis
1 Zwiebeln
2 säuerliche Äpfel
1 EL Olivenöl
9 dl Gemüsebouillon
Salz, Pfeffer, nach Bedarf
50 g Kürbiskerne
1 dl Rahm
1 EL Kürbiskernöl
wenig Pfeffer

Kürbis und Zwiebel schälen, beides in Stücke schneiden. Äpfel vierteln, entkernen, in Stücke schneiden. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel ca. 2 Min. andämpfen, Kürbis und Äpfel ca. 3 Min. mitdämpfen.

Bouillon dazugießen, aufkochen. Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 20 Min. köcheln. Suppe pürieren, würzen.

Kürbiskerne in einer Bratpfanne ohne Fett ca. 5 Min. rösten. Rahm flaumig schlagen, Suppe anrichten. Schlagrahm, Kürbiskernöl und Kürbiskerne darauf verteilen, würzen.

Pouletbrüstli an Sherrysauce mit Nudeln

Anzahl Personen 4

70 g getrocknete Tomaten in Öl
30 g Mostbröckli
40 g geriebener Parmesan
4 Pouletbrüstli (je ca. 130 g)
Öl zum Braten
1 TL Salz
wenig Pfeffer
4 Tranchen Rohschinken
3 Bundzwiebeln mit dem Grün
4 Tomaten
1 Knoblauchzehe
1 dl trockener Sherry



2.5 dl Saucen-Halbrahm
4 Zweiglein Rosmarin
1.5 TL Salz
wenig Pfeffer
400 g Teigwaren (z.B. Pappardelle)
Salzwasser, siedend

Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Tomaten und Oliven fein hacken, mit Käse mischen. Bei den Pouletbrüstli mit einem spitzen Messer seitlich eine Tasche einschneiden. Tomatenmasse in die Pouletbrüstli geben. Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Poulet beidseitig braten, herausnehmen, würzen, warm stellen. Rohschinken in derselben Pfanne kurz anbraten, herausnehmen, warm stellen.

Bundzwiebeln in feine Ringe schneiden, wenig Grün beiseite stellen. Tomaten in Würfel schneiden, Knoblauch fein hacken. Wenig Öl in derselben Pfanne heiss werden lassen. Zwiebeln und Knoblauch kurz anbraten, Tomaten ca. 2 Min. mitbraten. Sherry und Rahm dazugießen, Rosmarin begeben, Hitze reduzieren, ca. 5 Min. einkochen, würzen.

Teigwaren im siedenden Salzwasser knapp al dente kochen, abtropfen. Pouletbrüstli auf die Sauce legen, Rohschinken darauflegen, beiseite gestelltes Bundzwiebelgrün drüberstreuen. Nudeln dazu servieren.

Apfelmus-Rahm-Dessert im Glas

Anzahl Personen 4

Apfelmus:

0.5 dl Wasser
1 TL Zimt
400 g Äpfel, z.B. Boskoop, geschält, Kerngehäuse entfernt, in Stücken
2 dl Rahm
0.5 TL Zimt

Garnitur:

1 Apfel, gewürfelt
Zimt



Alle Zutaten aufkochen, zugedeckt 10-15 Minuten weich köcheln. Äpfel mit der Flüssigkeit pürieren, auf einem flachen Teller auskühlen lassen.

Rahm mit Zimt steif schlagen.

Abwechselnd Rahm und Apfelmus in 4 Gläser einschichten. Mit Apfelwürfel und Zimt garnieren.

Ä GUETÄ WÜNSCHT ÜCH DR FRITZ