

**KUHN
RIKON**
SWITZERLAND
+

KOCHKURS

KUHN RIKON

HOT'N'SPICY
FEURIGE GERICHTE AUS ALLER WELT





MENÜ

Mexikanische Fleischbällchen mit Gemüsesalat
Feurigem Dipp

Grünkernsuppe mit Passionsfrucht und Curry
Ragout von Riesenkrevetten

Rinds- Curry Madras

.....

Pikantes Hähnchen mit Aprikosen und Mandeln
Basmati- Reis

Dunkles Schokoladen Panna Cotta parfümiert mit Chili
Mexikanischer Kaffee mit Vanilleglace.

Rezepturen: Alle Zutaten sind für 4 Personen.



Mengen - Massen - Gewichte

Bei den einzelnen Rezepten werden die Mengen der Zutaten genau angegeben:

Grössere Mengen z.B. in Gramm (g) oder Kilogramm (kg). Für kleinere Zutatenmengen werden zum Abmessen Teelöffel (TL), Esslöffel (EL), Messerspitze (Msp.) oder Tasse benutzt. Es ist wichtig, zum Abmessen Arbeitsgeräte zu verwenden, die ein bestimmtes Fassungsvermögen haben, damit die Mengenverhältnisse bei der Zubereitung der Gerichte stimmen. Es gibt z.B. Teelöffel oder Esslöffel in unterschiedlichen Grössen (um die 100 verschiedene!), auch Tassen können sehr verschiedene Grössen haben (etwa 20 verschiedene).

Zur Vereinfachung, hier ein paar Durchschnittswerte:

1 TL Butter	etwa 4 g
1 EL Butter	etwa 12 g
1 TL Öl	etwa 4 g
1 EL Öl	10-12 g
1 EL Milch/Sahne/Dosenmilch	etwa 15 g
1 Tasse Milch	etwa 125 ml (= 1/8 l)
1 TL Zucker	etwa 5 g
1 EL Zucker	etwa 15 g
1 Stück Würfelzucker	3-5 g
1 EL Honig	etwa 25 g
1 EL Mehl/Stärkemehl	etwa 10 g
1 EL Salz	etwa 15 g
1 TL Salz	etwa 5 g

Mexikanische Fleischbällchen mit Gemüsesalat Feurigem Dipp

Mexikanische Fleischbällchen mit Gemüsesalat

Zutaten:

400 g	Hackfleisch gemischt
1 Dose	Mais (180g)
1 Dose	Kidneybohnen (140g Abtropfgewicht)
1	Peperoni rot
1	Chilischote rot
2 EL	Ketchup
ca. 1 EL	frisch geriebenen Meerrettich
1	Ei
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
4 Scheiben	Toastbrot ohne Rinde
1 dl	Milch
2 Stk.	Frühlingszwiebeln
0,5 dl	Gemüsefond
0,5 dl	Balsamico weiss
1 Prise	Zucker
0,5 dl	Sonnenblumenöl

Vorbereitung:

- Toastbrot klein schneiden mit warmer Milch übergiessen, 3 Minuten ziehen lassen, anschliessend mit Gabel zerdrücken
- Mais und Kidneybohnen gut abtropfen lassen
- Paprika waschen, halbieren, entkernen, Scheidewände wegschneiden und in kleine Würfelchen schneiden
- Chilischote waschen, halbieren, entkernen und sehr fein schneiden

Zubereitung:

Hackfleisch in eine Schüssel geben und je 50g Maiskörner/Kidneybohnen hinzufügen. Den Rest in einer Schüssel beiseite stellen.
Nun die Hälfte von Paprika/Chili zum Hackfleisch geben und den Rest zum Gemüse. Anschliessend Hackfleischmasse mit zerdrücktem Toastbrot, Ketchup, Ei, Meerrettich gut vermischen und mit Salz, Pfeffer aus der Mühle abschmecken.
Nun aus der Masse kleine Bällchen formen.



Restliche Kokosmilch, Zimtstange, Kardamom, Fenchel hinzufügen und mit Salz, Pfeffer aus der Mühle würzen.

Bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 1 Stunde weich garen. Von Zeit zu Zeit umrühren. Anschliessend Tamarinde begeben, umrühren, bis sich das Öl vom Fleisch trennt. Dieses abschöpfen oder mit Küchenpapier aufsaugen. Sofort servieren.

Grünkernsuppe mit Passionsfrucht und Curry Ragout von Riesenkrevetten

Grünkernsuppe mit Passionsfrucht und Curry (1,2 L)

Zutaten:

20 g	Butter
80 g	Zwiebeln
80 g	Lauch
70 g	Grünkern
20 g	Grünkernmehl
1,1L	Geflügelfond
60 g	Passionsfruchtmark
15 g	Currypaste grün
15 g	Honig
30 g	Eigelb
120 g	Vollrahm
	Salz, Pfeffer aus der Mühle

Vorbereitung:

- Zwiebel schälen und fein schneiden
- Lauch putzen und in kleine Würfelchen (Brunoise) schneiden
- Currypaste, Honig und Eigelb verrühren und kühl stellen
- Vollrahm steif schlagen und kühl stellen

Zubereitung:

Zwiebeln in Butter langsam dünsten ohne Farbe zu geben, Lauch/Grünkern hinzufügen, leicht salzen und bei mittlerer Temperatur weiter dünsten.

Anschliessend mit Grünkernmehl bestäuben, kurz mitdünsten und mit kaltem Geflügelfond ablöschen und aufkochen.

Nun das Passionsfruchtpüree hinzufügen, Suppe ca. 40 Minuten leicht sieden und von Zeit zu Zeit abschäumen. Ist der Grünkern weich, die Suppe mit Salz, Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Inzwischen den Vollrahm mit der Currymasse vorsichtig vermischen (Liaison) und wieder kühl stellen.

Kurz vor dem Servieren die Grünkernsuppe aufkochen, mit der Liaison binden (Suppe darf nicht mehr kochen) und sofort servieren.

Ragout von Riesenkrevetten

Zutaten:

4	Riesenkrevetten ohne Kopf/Schale/Darm
	Fettstoff zum Braten
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
½ TL	Chilistreifen, sehr fein geschnitten
50 g	Rucola, geputzt, gewaschen

Vorbereitung:

- Riesenkrevetten in grössere Würfel schneiden
- Rucola trockentupfen, bei 180°C kurz frittieren, auf Küchenpapier abfetten lassen und beiseite stellen

Zubereitung:

Kurz vor dem Servieren die Würfel der Riesenkrevetten mit Salz, Pfeffer aus der Mühle würzen, in Chilistreifen wenden und im heissem Fettstoff kurz glasig braten.

Riesenkrevetten im Suppenteller verteilen, mit der Suppe aufgiessen und mit frittiertem Rucola ausgarnieren.

Rinds- Curry- Madras

Rinds- Curry- Madras (6 Personen)

Zutaten:

1 kg	Rindsschulter in 25 g Würfel geschnitten
1 1/2 TL	Kurkuma gemahlen
2 EL	Koriandersamen
2 TL	Kreuzkümmel
10	getrocknete Chilis
12	Curryblätter
10	Knoblauchzehen
5 cm	Ingwer
1 TL	Fenchelsamen
1 EL	Tamarindenpüree
4 EL	Fettstoff
3	grosse Zwiebeln
6 dl	Kokosmilch
1 dl	Bouillon
8 cm	Zimtstange
6	Kardamomschoten

Vorbereitung:

- Ingwer schälen und grob schneiden
- Zwiebeln schälen und quer in Scheiben schneiden
- Rindsfleisch mit Kurkuma einreiben

- Koriander bei kleiner Hitze rösten bis er duftet
- Kreuzkümmel/Chili bei kleiner Hitze rösten
- Alle 3 Gewürze im Mörser fein mahlen, 6 Curryblätter, Knoblauch, Ingwer hinzufügen und zu einer Paste verarbeiten.

- Die Fenchelsamen in einer Pfanne rösten, bis sie aufplatzen
- Das Tamarindenpüree in 1,2 dl heissem Wasser auflösen

Zubereitung:

Fettstoff im Wok erwärmen und Zwiebelstreifen bei mittlerer Temperatur 5 Minuten glasig garen. Paste hinzufügen, einige Minuten köcheln lassen bis es duftet. Nun Fleisch begeben, gut verrühren bis sich Fleisch und Paste gut miteinander vermischt hat. Anschliessend mit 4 dl Kokosnussmilch und 0,5 dl Wasser ablöschen und 10 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit reduziert ist.

Pikantes Hähnchen mit Aprikosen und Mandeln

Pikantes Hähnchen mit Aprikosen und Mandeln

Zutaten:

1 Stk.	Poulet ca. 1,2 kg
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
3 EL	Öl
2	grosse Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
4 cm	Ingwer
5	getrocknete Chillis
2 TL	Garam Masala
2 EL	Tomatenpüree
½TL	Salz
2 EL	weisser Balsamico
2 EL	brauner Zucker
14	getrocknete Aprikosen
2 EL	Mandelmasse
50 g	Mandelnkerne gehobelt
½ EL	Chilistreifen fein geschnitten

Vorbereitung:

- Poulet in 8 Stücke schneiden (Siehe Kurs)
- Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden
- Knoblauch schälen und fein schneiden
- Ingwer schälen und fein schneiden
- Aprikosen halbieren
- Gehobelte Mandeln in beschichteter Bratpfanne ohne Fettstoff goldbraun rösten

Zubereitung:

Öl in Wok erhitzen und bei mittlerer Hitze die Zwiebeln goldbraun rösten. Knoblauch, Ingwer, Chillis und Garam Masala einrühren und ca. 2 Minuten weiter dünsten. Nun das mit Salz, Pfeffer aus der Mühle gewürzte Huhn begeben und unter Rühren ca. 5 Minuten bräunen. Achtung, die Zwiebeln dürfen nicht verbrennen. Anschliessend Tomatenpüree, Salz hinzufügen, mit 2,5 dl Wasser ablöschen, aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze 20 Minuten köcheln lassen.

Nun Balsamico, Zucker, Aprikosen, Mandelmasse begeben und ohne Deckel ca.15 Minuten weiter köcheln lassen, bis die Sauce die richtige Konsistenz hat.

Mit den fein geschnittenen Chilistreifen 1-2 Minuten weiter köcheln, mit den gerösteten Mandeln bestreuen und sofort servieren.



Basmati- Reis

Zutaten:

500 g Basmati- Reis

7,5 dl Wasser

Vorbereitung:

- Reis solange mit kaltem Wasser spülen, bis das Wasser klar bleibt.

Zubereitung:

Reis in Hotpan – Kasserolle geben und mit 7,5 dl Wasser (oder nach Packungsanleitung) unter ständigem Rühren aufkochen.

Anschliessend Hotpan zudecken, Hitze zuführen, sobald ein Dampfähnenchen aufsteigt, stellen wir den Hotpan für 20 Minuten in die Warmhalteschale.

Vor dem Servieren mit Gabel auflockern.



Dunkles Schokoladen Panna Cotta parfümiert mit Chili

Zutaten:

325 g	Vollrahm
30 g	Zucker
1	Vanilleschote
100 g	Dunkle Zartbitter Schokolade
2 g	Gelatine
1 rote	Chilischote

Vorbereitung:

- Vanilleschote halbieren und Mark auskratzen
- Gelatine im kalten Wasser quellen lassen
- Schokolade fein schneiden
- Chili halbieren, entkernen und sehr fein schneiden

Zubereitung:

Vollrahm, Zucker, Vanillemark, Chilistreifen und fein geschnittene Schokolade miteinander aufkochen. Gelatine aus dem Wasser nehmen, gut auspressen und in der heissen Schokoladenmilch auflösen.

Anschliessend auf Eiswasser abkühlen und lauwarm in die vorbereiteten Förmchen/Schälchen/Gläser abfüllen. Im Kühlschrank mindestens 1 Stunde gut auskühlen lassen. Am besten am Vortag vorbereiten.



Mexikanischer Kaffee mit Vanilleglace

Zutaten:

1 dl	Vollrahm
¼ TL	Chilipulver
1/8 TL	Zimt gemahlen
	Prise frisch geriebene Muskatnuss
1 EL	brauner Zucker
4 Tassen	heisser Kaffee

4 TL	Schokoladensirup
4 Kugeln	Vanilleglace

Zimt und Chilipulver zum Bestreuen

Zubereitung:

Vollrahm zu 90 % steif schlagen, mit Chili- und Zimtpulver, geriebener Muskatnuss und Zucker parfümieren.

Schokoladensirup in 4 heisse Tassen verteilen, je eine Kugel Vanilleglace begeben, mit heissem Kaffee aufgiessen, Gewürzrahm verteilen und mit Zimt- und Chilipulver bestäuben. Sofort servieren.



Vanilleglace 1 Liter

Zutaten:

6dl	Milch
1	Vanilleschote
150g	Eigelb, pasteurisiert
160g	Zucker
140g	Vollrahm

Vorbereitung:

- Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark auskratzen

Zubereitung:

Milch mit Vanillemark aufkochen. Eigelb/Zucker in einer Schüssel cremig rühren und die heisse Vanillemilch unter Rühren begeben. Alles zusammen in die Kasserolle zurückgeben und unter ständigem Rühren, bei schwacher Hitze auf 85°C erwärmen (zur Rose abkochen). Die Masse darf nicht kochen! Anschliessend durch feines Sieb passieren und sofort den kalten, flüssigen Rahm darunter rühren. Die Masse erkalten lassen und in der Glacemaschine gefrieren.

Mokkaglace/ Ableitung der Vanilleglace

90 g Instant- Kaffee mit der Milch aufkochen.

Meringues ca. 25 Stk.

Zutaten:

150g	Eiweiss
250g	Zucker

Zubereitung:

Eiweiss in der Rührmaschine sehr steif schlagen. Anschliessend den Zucker langsam unter Rühren begeben. Mit Sterntülle Meringues spritzen und im Ofen bei 50 C° bei offenem Dampfzug ca. 5 Stunden trocknen lassen.