



Menue D'Amour

Apero	2
Champagner der Aphrodite mit Früchtespiessen	2
Erste Vorspeise	3
Muschelsalat mit Avocado und rosa Grapefruit	3
Zweite Vorspeise	4
Trüffelnudeln mit Salbei	4
Hauptgang.....	5
Rotzungenfischfilets an einer Champagner – Safranschaumsauce mit Fenchel und Peperoni - Gemüse	5
Dessert	6
Pavlova mit Schokoladenmuosse und Beeren	6

Apero

Champagner der Aphrodite mit Früchtespiessen

Zutaten für 12 Personen:

2-3 lt. Pfirsichsaft	in Gläser abfüllen, mit Pfirsichscheibe garnieren
4 Fl. Champagner oder Sekt	Glas mit Sekt auffüllen
6 Fl. Mineralwasser mit und ohne oder Ginger-Ale	alkoholfreie Variante
Spiesse diverse Früchte (v.a. Pfirsich , Datteln Feigen)	mundgerecht schneiden und auf Spiesse aufstecken

Anrichten wie Bild

Möglichst NICHT die gleichen Früchte verwenden wie für den Dessert!



Erste Vorspeise

Muschelsalat mit Avocado und rosa Grapefruit

Zutaten für 16 Personen:

3	12	Limetten	Saft auspressen
2	8 EL	Fischsauce oder dunkle Sojasauce	
2	8	Esslöffel flüssiger Honig	
½	2	roter Chili	in Ringe, entkernt zusammen mit dem Limettensaft, Fischsauce und Honig gut vermischen. 4 Esslöffel der Sauce für die Avocados beiseite stellen.
1	4	Pomela (rosa Grapefruits)	filetieren, Pomela unter die restliche Saucen mischen, 10 Min. ziehen lassen
1	4	Avocado	schälen, halbiert, entkernt, längs in ca. 5 mm dicken Scheiben schneiden
1	2-3	Granatäpfel	halbieren, quer halbiert Kerne ausgelöst
400g	1600 g	Venusmuscheln	unter fließendem Wasser gut bürsten, bereits offene Muscheln wegwerfen
½	2 EL	Butter	
1	4	Knoblauchzehen	
3	12 EL	Weisswein	Butter warm werden lassen. Knoblauch gequetscht andämpfen, Muscheln und Wein beigegeben, zugedeckt bei grosser Hitze ca. 5. Min. dämpfen, bis sich Muscheln öffnen, geschlossene Muscheln wegwerfen, sie sind ungeniessbar
½	2 Paket	Kressesalat	als Unterlage beim Anrichten verwenden

Anrichten: Vorschlag siehe Bild / **mit Brot servieren**



Zweite Vorspeise

Trüffelnudeln mit Salbei

Zutaten für 16 Personen:

½	2	Zwiebeln	fein gehackt
1-2	3-6 EL	Rabsoel	
3 TL	12 TL	Trüffelpaste	Zwiebeln dämpfen, Trüffelpaste dazugeben
¼	1 Lt.	Vollrahm	dazugeben, leicht köcheln und reduzieren (Sauce soll nicht zu flüssig oder zu dick sein)
		Pfeffer / Salz	abschmecken
250gr	1000gr	Nudel frisch	nach Packungsbeilage „Al Dente“ zubereiten
		Salbei	im Rabsoel leicht frittieren
		Parmesan	dünn hobeln
		Trüffel	dünn hobeln
		Trüffeloel	bereit halten

Anrichten:

Trüffelsauce über Nudeln giessen

Ringsum mit Rand Parmesanhobel und wenig Salbei dekorieren

Trüffelhobel zum Schluss locker darüberstreuen

Am Tisch auf Wunsch ein paar **Tropfen Trüffeloel** über das Gericht träufeln



Hinweis: ab dieser Vorspeise wird **Rotwein** serviert.

Hauptgang

Rotzungenfischfilets an einer Champagner – Safranschaumsauce mit Fenchel und Peperoni - Gemüse

Zutaten für **16 Personen**:

Sauce

½	2	Zwiebeln	fein gehackt
		Rabsoel	
1 dl	4 dl	Champagner	
½	2 Bü.	Safranfäden	
2.5 dl	1 Lt.	Gemüsebouillon	Zwiebeln dämpfen, mit Champagner ablöschen, Safranfäden dazugeben, auf gut die ½ reduzieren
1	4 Be.	Saurer Halbrahm	
2	8 Br.	Safran	den Rahm und Safran dazugeben nochmals um die ½ reduzieren
½	2 Fl.	Creme Fresh (RAMA)	beigeben
		Pfeffer / Salz	abschmecken

Gemüse

3 Stk.	12 Stk.	Fenchel	in feine Scheiben schneiden
½	2	Zwiebeln	fein gehackt
		Rabsoel	Fenchel und Zwiebeln gemeinsam dämpfen Temperatur reduzieren und bedeckt ziehen lassen (<i>Fenchel muss noch einen leichten Biss haben</i>)
		Salz / Pfeffer	abschmecken
2	8	rote Peperoni	schälen, entkernen, in ca 1 cm breite Streifen schneiden.
		Rabsoel	Peperoni im Oel dämpfen, Temperatur reduzieren und bedeckt ziehen lassen (<i>Peperoni muss noch einen leichten Biss haben</i>)
		Pfeffer / Salz	abschmecken

Fisch

600g	1,2 kg	Rotzungenfischfilet (2 Stk. pro Person)	
		Salz / Pfeffer	
		Mehl	Filet gut abtrocknen, mit Salz und Pfeffer leicht würzen, leicht mit Mehl einpudern
		Butter	gewürzte Filet goldbraun anbraten
		Peterli flachblättrig	zur Dekoration

Hinweis: der Fisch wird „**alla Minute**“ **serviert**: wir machen 2 Gänge, er wird NICHT im Backofen warm gehalten.

Anrichten:

mit der Sauce einen **See bilden**, **Fischfilet darauf legen** und Gemüse daneben anrichten mit **Peterli** dekorieren. Restliche Sauce in Saucieren abfüllen.

Dessert

Pavlova mit Schokoladenmousse und Beeren

Zutaten für 12 Personen:

5 10 Eiweiss
1 2 Prise Salz
200 gr. 400 gr. Zucker
1 TL 2 TL heller Essig

Backofen **auf 200 Grad vorheizen**
(jedes Ei in eine separate Schüssel aufschlagen und dann erst zur Eiweissmasse dazugeben) zusammen sehr steif schlagen
die ½ davon begeben und so lange weiter schlagen, bis die Masse glänzt
mit dem restlichen Zucker begeben und so lange weiterschlagen, bis sie feinporig, glänzend und sehr steif schlagen

Formen:

4 grosse Backbleche mit Backpapier auslegen, Masse mit einem Spachtel einen Kuchen mit ca 20 cm Durchmesser bilden. Siehe Bild



anschliessend Temperatur des Backofen **auf 150 Grad reduzieren** und die Torte in der untersten Rille einschieben. **Nach 15-20 Min.** – die Torte muss leicht braun sein. Die Hitze auf 120 Grad reduzieren, die Ofentür leicht offen halten (Zahnstocher) **1 ½ - 1 ¾ Stunden weiterbacken.** Die Pavlova muss aussen knusprig und innen feucht sein

Gourmet 12

Kochabend vom 13. August 2007

Garnitur

2	4 dl	Vollrahm	steif schlagen
1	2 TL	Vanillinzucker	beigeben, mischen, erst kurz vor dem Servieren über die Pavlova verteilen
		Schokoladenmousse	wird fertig geliefert
		Erdbeeren und diverse Beeren	in Scheiben
		Minze Puderzucker	zum Dekorieren
		Wunderkerzen und Schirmchen	zum Garnieren

Phantasievoll anrichten (siehe Bild), mit Minze und Puderzucker fertig dekorieren



Hinweis: auf Wunsch [Kafi servieren](#). Wer's perfekt mag, gibt etwas Kardamon dazu

Einkaufsliste für 16 Personen

Dekoration

weisse Tischtücher (vorhanden)
rosa Tischset
weisse Servietten
rote Rosen (Blätter für Tischdekoration)
8 Blumensträusschen
8 Kerzen

Schirmchen
Wunderkerzen (vorhanden)

Mitnehmen

Kaimaschine, Kafi, Rahm (Stephan)
Wok

Getränke

Weiss und Rotwein (Stephan)
6 Fl. Mineral mit / ohne
5 Fl. Prosecco

Apero für die Köche

Bier und Surre Most (Urs Wettstein)
[Selleriebrötli](#)
Trockenfleisch
4-5 Parisette (inkl. Brot zur ersten Vorspeise)

Gourmet 12

Kochabend vom 13. August 2007

Essen

- 2 Gläschen Trüffelcreme (plus Rest vom Vorkochen)
1 Gläschen eingelegte Sommertrüffel (plus Rest vom Vorkochen)
1 Fl. Trüffelöl (vorhanden)
- 1FL Honig flüssig
12 Limetten
2 rote Chilli
- Früchte für Aperospiesse (1 mittlere Frucht pro Person rechnen)
Beeren für Dessert (1 Schale für 2-3 Personen rechnen)
- 4 Pomelas
4 Avocados
3 Granatäpfel
2 Pack Kresse
12 Fenchel
8 rote Peperoni
1 Knobli
6 Zwiebeln
- 2 Bund Salbei
1 Bund Peterli flachblättrig
1 Bund Minze
- 10 Eier
1 Parmesan
1.4 lt. Rahm
4 Be sauerer Halbrahm
2 Fl. Saucenrahm von Rama
- 4-5 Pack frische Teigwaren
- 4-5 Pack Muscheln
36 Muscheln mit Schale
1,2 kg Rotzungenfilets
- 1 lt. Rapsöl
1 Kochbutter
1 Fl. Fischsauce
Gemüsebouillon
2 Bü Safranfäden
8 Br. Safran
2 Be Vanillin
400 g Zucker
- Etwas Mehl (abfüllen)
Etwas Essig (abfüllen)
- Meersalz fein und grob (vorhanden)
Pfeffer schwarz (Pfeffermühle) (vorhanden)

Wirkungsweise

Apero der Köche

Sellerie gesund - aber auch potenzfördernd?



Im Volksglauben hat der Sellerie einen guten Ruf als Aphrodisiakum. **Besonders potenzsteigernd soll übrigens Selleriesalat sein** - ein Gericht das Du leicht ausprobieren könntest. Bereits **im 15. Jahrhundert riet man dem Manne seinen Penis mit Selleriesaft einzureiben**, damit der Partner "ihn für allemal lieb hat". Doch **die Wissenschaft sucht nach wie vor den Beweis für die potenzsteigernde Wirkung**. Gesund ist Sellerie wegen der in ihm enthaltenen lebenswichtige Mineralstoffe aber auf jedem Fall.

Weizen



Weizen hat als Mittel gegen Impotenz keine Tradition und doch ist er eines der wenigen Nahrungsmittel, dem die moderne Medizin zumindest **in geringem Maß positive Auswirkungen** auf das Geschlechtsleben zubilligt. **Er enthält nämlich sehr viel Vitamin E und das wirkt leistungssteigernd, anregend und kräftigend** auf die Sexualorgane. Vitamin E wirkt leistungssteigernd. Besonders Weizenkeimöl hat, sofern es über längere Zeit angewandt wird, einen positiven Einfluß auf die Liebesfähigkeit. Auch die Fruchtbarkeit der Samenzellen wird dadurch angeblich verbessert. Allerdings würde man den Weizen sehr überfordern, würde man ihn als Mittel gegen Potenzstörungen empfehlen. Die Einbeziehung von Vitamin E-haltiger Nahrung in den täglichen Speiseplan kann aber eine andere Therapie durchaus unterstützen

Apero der Damen

Pfirsich



Angeblich soll der Pfirsichbaum einst gepflanzt worden sein, um Venus persönlich zu erfreuen. Und ein Dichter des Mittelalters pries die Frucht dieses Baumes: "...denn sie reizt uns zur Lust an..." In China und Indien war der süße Pfirsichsaft **Symbol für die ausfließenden Lustsäfte** des Penis und ihr bepelzter Einschnitt wurde zu einem der Sinnbilder des männlichen Geschlechtsteiles. **Im alten England hieß ein Bordell mit jungen Prostituierten "Peach house" (Pfirsich-Haus).** Der **hohe Vitamingehalt** des

Pfirsichs macht ihn nicht nur zu einer gesunden, sondern auch zu einer **vitalisierenden Frucht.**

Feigen

Symbolisch wegen Aussehen und Duft

Datteln

Schon vor tausenden Jahren wurde aus den Früchten Saft gezapft der vergoren ein berauschendes, aphrodisierendes Getränk ergab. Dattelwein wurde zu erotischen Ritualen reichlich getrunken, vermutlich wurde er noch mit Hanf oder Opium verstärkt

Ingwer



Ein Liebesgewürz mit einem angenehmen Ruf - vielseitig verwendbar, da es sowohl in kräftigen Speisen als auch in süßen Desserts oder anderen Leckereien Verwendung finden kann. In kandierter Form gilt es als absolute Köstlichkeit. Liebeserfahrene Männer mischen im Sommer kühle Milch mit Sahne, Zucker und einer starken Prise gemahlener Ingwer. Kommt der Geliebte am Abend verschwitzt und müde von seiner Arbeit heim, so wird ihn dieses Getränk beleben und erfreuen, und schnell wird er seine Aufmerksamkeit auf seinen Partner konzentrieren

Erste Vorspeise

Muscheln



Seit jeher haftet der Muschel ein Geheimnis an. **Etwas Sündhaftes geht von ihr aus**, sagen die Kenner. Unter einer harten Schale, die nur mühsam zu öffnen ist, befindet sich weiches und feuchtes Fleisch. Die Muschel besitzt nicht nur wohlschmeckendes Fleisch, sondern ist auch **reich an Kalzium, Jod und Eisen**. Da sie obendrein recht kalorienarm ist, ist sie - ähnlich wie die Auster - die ideale Speise für Liebende, die noch eine lange Nacht vor sich haben. Ihr salziges, unbeschreibliches Aroma drängt die Gedanken bald in eine bestimmte Richtung ...

Chili



Chili hat eine **feurige Natur**, und schon eine kleine Prise davon kann hohe Flammen der Lust entfachen, sagen Kenner. Doch **Vorsicht bei übermäßigem Gebrauch! Dann ist die Wirkung oft entgegengesetzt**, und es kann zu Streit und Hader kommen. Frische oder getrocknete Chilis, die man zusammen mit einer Speise kocht, sollten anschließend entfernt und nicht etwa mitgegessen werden.

Knoblauch



"Knoblauch ist gesund, aber er macht einsam", lautet ein alter östlicher Spruch. Doch er trifft nicht immer zu. Zwar verbreiten Knoblauchesser oft einen abstoßenden Mundgeruch, aber dieser soll sich angeblich durch den Verzehr einer trockenen Brotscheibe oder einer Gurke verflüchtigen. Schon **seit schier unendlicher Zeit gilt Knoblauch im Osten wie im Westen als starkes Aphrodisiakum**. Die alten Griechen und sogar die Römer haben endlose Gedichte und Hymnen über diese kleine Knolle geschrieben. Die Männer Arabiens und des gesamten Orients sollen sich in sexuelle Kraftprotze verwandelt haben, sobald sie Knoblauch gegessen hatten. - **Da ist viel Wahres dran, denn die moderne Medizin hat herausgefunden: Knoblauch stärkt fast alle Organe**, reinigt das Blut und erhöht die Vitalität, was zweifellos auch aphrodisische Wirkung hat. Außerdem soll er sogar das Leben verlängern können

Kochabend vom 13. August 2007

Gartenkresse



In manchen Ländern des Orients verwendet man die Samen der Gartenkresse als aphrodisisches und vitalisierendes Mittel. Die **Gartenkresse soll Männer freundlich stimmen** und sogar liebesbereiter machen.

Avocado

In der indianischen Medizin verwendet man die Blätter gegen Fieber, das Fruchtlöl gegen Flechten, die Rinde gegen Frauenleiden und der Kern und das Fruchtfleisch gelten als Aphrodisiaka.

Es soll das **sexuelle Interesse wecken und Kraft geben**.

Grapefruit

entspannend, stimmungsaufhellend bis euphorisierend, angstlösend, antidepressiv, appetitfördernd.

Granatapfel



Im Altertum galt die Frucht als **Liebesapfel und war ein Symbol der Liebesgöttin Astarte- Aphrodite- Venus**. Der Fruchtsaft enthält Eiweiß, Zucker, Fett und Fruchtsäuren. Der Genuß der Frucht **soll hohe aphrodisische Wirkungen zeigen**

Honig

Inhaltsstoffe (Duft und Geschmack) des Honigs hängen von den Blüten ab, die von den Bienen besucht werden. Wenn sich Bienen an giftigen Pflanzen, wie etwa dem Oleander gütlich tun, so können die Giftstoffe- auch die Psychoaktiva- in den Honig übergehen. In der Antike wurde fleissig mit "Gifthonig" experimentiert. Achten Sie bitte darauf, woher der Honig stammt. Als Liebes-.Honig gilt seit altersher der Lindenblütenhonig, da man dem **Duft der Lindenblüten an sich eine liebesfördernde Wirkung** zuschreibt.

Kochabend vom 13. August 2007

Zweite Vorspeise

Trüffel



Eine Dichterin beschrieb diesen edlen unterirdischen Pilz als "Juwel der nackten Erde". Schon die Babylonier ließen die kostbaren Erdfrüchte von Schweinen aus der Erde graben, und von den **römischen Kaisern, besonders von Claudius, der ein sagenumwobener Liebhaber gewesen sein soll, wurden Trüffeln in großen Mengen verzehrt.** Die Trüffel ist reich an Proteinen und Mineralstoffen, doch ist es wohl eher ihre geheimnisvolle

Herkunft aus dem Schoße der dunklen Erde, ihre Seltenheit und der markante Geschmack, die die Begehrlichkeit anstachelt. Der Marquis de Sade war ebenso wie Napoleon I., Ludwig XIX. und George Sand fest von der aphrodisischen Wirkung der Trüffel überzeugt. **Ein altes französisches Sprichwort lautet: "Wer Trüffel liebt, liebt gut."**

Salbei



Salbei soll die männliche Potenz steigern, die Nerven beruhigen und die Sinne freundlicher stimmen können. Auch in der Medizin findet es häufig Anwendung als Mittel gegen allerlei Leiden, zum Beispiel Husten oder Asthma. Als Würzmittel kann es in vielerlei Speisen eine **eher unauffällige, aber erotisch nachhaltige Wirkung ausüben.**

Nudeln

Symbolisch

Rotwein

Rotwein erweitert die Adern und **regt dadurch den Blutkreislauf an. gleichzeitig wirkt er auch entspannend.** Diese Kombination macht den Rotwein zum klassischen Aphrodisiakum.

Wenn Sie die Flasche Rotwein in den Vollmond stellen, wecken Sie zusätzlich seine magischen Kräfte (was Stephan natürlich gemacht hat)

Hauptspeise

Fisch & Meeresfrüchte.

In allen Kulturen, die dem Meer verbunden sind, erlebt man den Genuß von Fisch, vor allem aber von Meeresfrüchten, als aphrodisisch **obwohl er- außer bei der Auster und beim Aal- nicht nachweisbar die Liebeslust fördert**

Safran

Safran sind die Blütengriffel einer Krokusart, die aus dem Orient stammt. Es ist eine sehr alte Kulturpflanze, die immer wieder in Medizinbüchern als heilend beschrieben wird. Heute ist Safran eines der teuersten Gewürze.

Safran **soll den Geschlechtstrieb junger Männer anregen** und wurde von der Medizin bei Frauen mit Regelstörungen angewendet. **Die alten Griechen sagen, das Safran die sinnliche Begierde des weiblichen Geschlechts anregt.** Das ätherische Öl, welches gewonnen wurde, setzte man **oft als Opiumersatz** ein, da es psychoaktive und erregende Wirkung hat und lange, eigentümliche Orgasmusgefühle bereiten soll. Safran hat ein unvergleichliches Aroma, aber man sollte auch nicht zuviel davon verwenden. **Eine Dosis ab 15g kann tödlich wirken!**

Fenchel



Das Öl des wildwachsenden **Fenchels enthält die geheimnisvolle Substanz Estragol. Eine genügend starke Dosierung davon erzeugt einen ganz leichten, angenehmen Rausch**, der mit Euphorien verbunden ist. In der Vergangenheit galt Fenchel daher als ausgezeichnetes Aphrodisiakum, das **besonders bei älteren Männern Wirkung zeigte.**

Pfeffer



Pfeffer ist uns als wohlbekanntes Küchengewürz heute so vertraut, daß wir vergessen haben, daß es **einst - als exotisches Aphrodisiakum - in reinem Gold aufgewogen wurde.** Seine Wirkung ist ähnlich wie bei der Spanischen Fliege (jedoch weitaus schwächer): **die Harnwege werden gereizt und irritiert**, und dabei werden sexuelle Empfindungen hervorgerufen und die Libido gestärkt.

Peterli



Petersilie regt den Appetit an und wirkt verdauungsfördernd. Die krampflösenden Eigenschaften können Menstruationsbeschwerden lindern. **Das Öl führt zu kräftiger Durchblutung der Organe des kleinen Beckens.** Es kann sexuell stimulierend wirken, reizt aber auch die Harnwege, auch die Gebärmutter, deshalb: bei Schwangerschaft sollte Petersilie gemieden werden!

Dessert

Vanille



Vanillestangen gehören zu den Gewürzen, die in keiner Küche fehlen sollten. In etwas höherer Dosierung kann Vanille (am besten die rohen Stangen reiben) als belebendes Aphrodisiakum Verwendung finden, wobei die **Wirkungsweise im Grunde noch unerforscht ist**. Man vermutet, daß die Vanillestoffe ähnlich wie bei Capsium oder der Spanischen Fliege durch Irritation der Genitalien wirken. Man sagt, daß zwei kleine Stangen Vanille täglich für die Zubereitung eines hervorragenden Liebeselixiers ausreichen.

Vanille wird in seinem Herkunftsland Mexiko schon lange als Mittel zur Steigerung der Liebeskraft eingesetzt. Besonders jugendliche Romeos verwenden das Gewürz gerne zur Verbesserung ihrer Ausdauer. Ob die berichteten Erfolge mehr auf die Prahlereien mittelamerikanischer Machos oder tatsächlich auf die Wunderkraft der Pflanze zurückgehen, vermochte die Wissenschaft bis heute nicht zu klären.

Minze (Grüne)



Die Grüne Minze fand in früheren Zeiten häufig Verwendung als Aphrodisiakum und **soll äußerst wirkungsvoll auf die Gemütslage besonders von jungen Männern** gewirkt haben. Heute ist der Gebrauch zur erotischen Anregung seltener geworden, obwohl es in jeder Apotheke Pfefferminzöl zu kaufen gibt. Man benutzt Minze hauptsächlich als Geschmackszugabe bei der Zubereitung bestimmter Speisen. **Minze enthält die stark stimulierenden Stoffe Carvon und Phellandrin.**

Erdbeere

Symbolisch wegen Aussehen und Duft

Kakao-Schokolade

Die Indianer mischten die gemahlene Kakaobohnen mit Maismehl, Honig, Vanille, Piment, Kürbissamen und Chili und tranken den dicken Brei zu rituellen Anlässen. Neben Koffein und Theobromin, die auch im Tee enthalten sind, gibt es im Kakao das Anandamid, **einen psychoaktiven Stoff, der ein Glücksgefühl erzeugt**. Genießt man Schokolade gemeinsam mit Stimulantien, z.B. mit einem starken Kaffee, so verstärkt sich dieses Gefühl.

Kaffee

Der Muntermacher soll stark, süß und schwarz getrunken werden. **Aphrodisisch wird er durch Gewürze, etwa durch eine Prise Kardamom.**