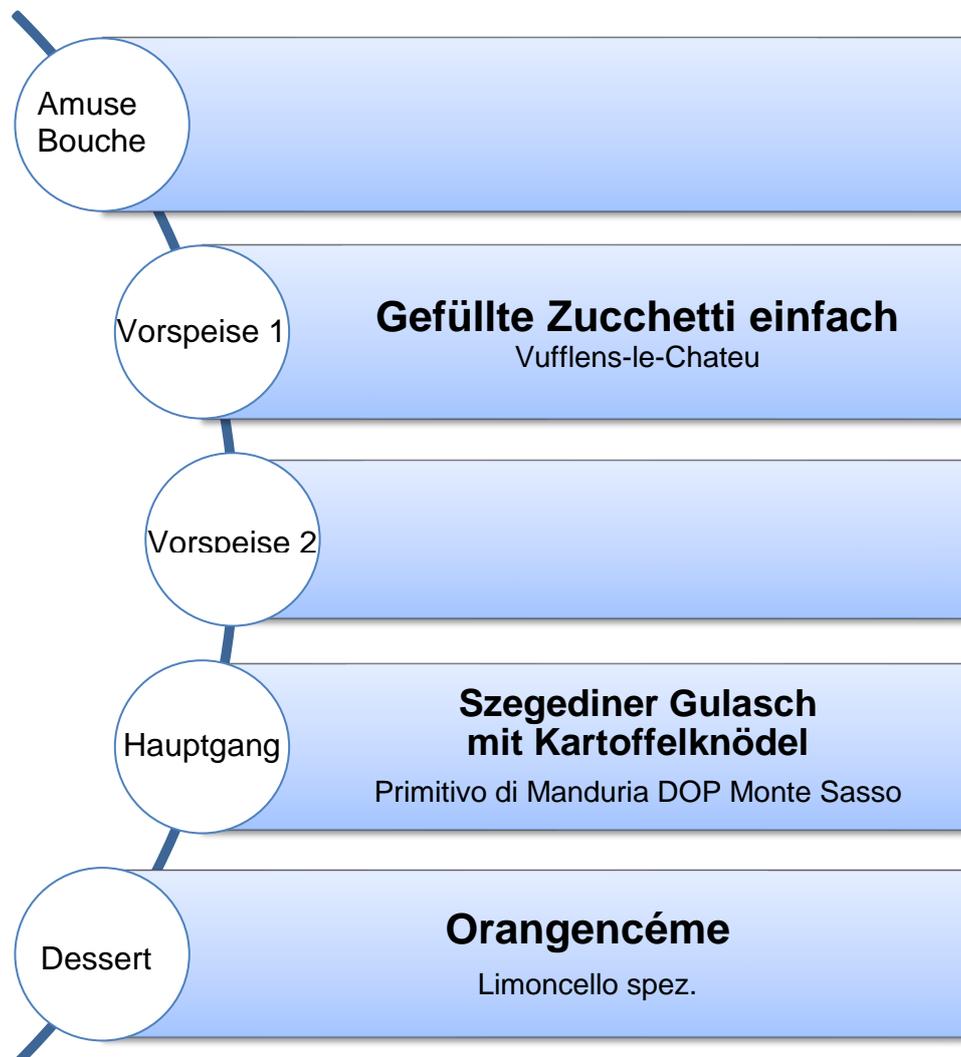




## Chochete vom 10.03.2022

nach Rezept von Röbi



# Chochclub Pfanneschmöcker

www.pfanneschmöcker.ch



## Vorspeise 1: Gefüllte Zucchini einfach

### Zutaten:

2 grosse Zucchini  
1 Frühlingszwiebel  
80 g getrocknete Tomaten, in Öl  
4 EL Sbrinz oder Parmesan 1 EL pro halbe Zucchini  
4 EL Sbrinz oder Parmesan für das Topping  
2 dl Boullion  
wenig Olivenöl  
Kräutersalz

1. Die Zucchini halbieren und mit dem Melonenausstecher aushöhlen. Den Inhalt fein hacken
2. Tomaten fein hacken, die Frühlingszwiebeln in dünne Scheibchen schneiden und mit den Zucchini vermischen. Etwas Olivenöl dazu geben, würzen und den Käse darunter mischen
3. Die Mischung in die ausgehöhlten Zucchini geben, nochmal pro Hälfte je 1 EL Käse darüber streuen, Boullion dazu giessen und bei 200° 30 Minuten backen.

### Anrichten:

Je 1 Zucchettihälfte auf den Teller anrichten und einem Tomatenfächer dazu legen.



**Hauptspeise:**

## Szegediner Gulasch mit Kartoffelknödel



### Zutaten Gulasch:

- 800 g Sauerkraut
- 2 Zwiebeln gross
- 1 Knoblauchzehe
- 800 g Schweinsragout mager
- Salz, schwarzer Pfeffer
- 3 Esslöffel Bratbutter
- 2 Esslöffel Paprika edelsüss
- 1 dl Weisswein
- 2 dl Hühnerbouillon
- 1 Teelöffel Kümmel
- 1 dl Rahm
- 250 g Crème fraîche
- 1 Ei Mehl gestrichen

Paprika edelsüss, zum Bestreuen  
Pfeffer, Muskat

### Zutaten Kartoffelknödel:

- 2 Eier
- 1 kg Kartoffeln
- 130 g Mehl
- 1 Prise Salt

### Zubereitung Knödel

Gewaschene Kartoffeln in der Schale kochen. Danach sofort schälen, durch eine Kartoffelpresse drücken und gut auskühlen lassen.

Kartoffelmasse salzen und Mehl darüberstreuen. Verschlagene Eier einmengen. Teig kurz durchkneten, Hände bemehlen und Knödel formen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und Knödel einlegen. Erst wenn das Wasser wieder kocht, Knödel etwa 25 Minuten ziehen lassen.

### Zubereitung Gulasch:

Das Sauerkraut in ein Sieb geben und unter fließendem kaltem Wasser gründlich spülen, dann gut ausdrücken. Die Zwiebeln und die Knoblauchzehe schälen und klein würfeln.

Das Schweinsragout mit Salz und Pfeffer würzen. In einer grossen Pfanne die Hälfte der Bratbutter erhitzen. Das Fleisch in 2 Portionen rundum kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen.

Restliche Bratbutter zum Bratensatz geben. Die Zwiebeln und den Knoblauch darin unter häufigem Wenden etwa 5 Minuten dünsten. Dann den Paprika darüber stäuben und kurz mitdünsten. Mit dem Weisswein ablöschen und kräftig aufkochen. Das Fleisch wieder beifügen, das Sauerkraut und die Bouillon dazugeben und alles mit Kümmel, Salz und Pfeffer würzen. Das Gulasch zugedeckt auf kleinem Feuer etwa 1¼ Stunden weich schmoren. Von Zeit zu Zeit die Flüssigkeit kontrollieren und wenn nötig wenig Bouillon nachgiessen.

Vor dem Servieren den Rahm, die Crème fraîche und das Mehl in ein kleines Pfännchen geben und mit dem Stabmixer gut durchmischen; damit wird ein Ausflocken des Sauerrahms beim Erwärmen vermieden. In ein Pfännchen geben und erhitzen, aber nicht kochen lassen.

Das Szegediner Gulasch wenn nötig mit Salz und Pfeffer nachwürzen. In einer tiefen Schüssel anrichten und die heisse Rahmmischung über das Gulasch giessen. Mit Paprika bestäuben und sofort servieren. Beim Schöpfen mischt sich der Sauerrahm mit dem Gericht.

# Chochclub Pfanneschmöcker

www.pfanneschmöcker.ch



## *Dessert:* **Orangencrème**

### Zutaten:

100	ml	Milch
180	g	griechischer Joghurt
2	Stk	Orangen
250	g	Rahmquark
1	Pk	Vanillezucker
3	EL	Zucker
2	Blatt	Gelatine

### Zubereitung Creme:

Die Orange heiss waschen, Schale abreiben und Saft auspressen.

Orangensaft mit Naturjoghurt, Quark, Vanillezucker, geriebene Orangenschale, Zucker verrühren.

Gelatine in der leicht erwärmten Milch auflösen und mit der Masse verrühren.

Orangencrème in Schüsselchen abfüllen und zugedeckt mindestens 1 Stunde kaltstellen.

Zweite Orange vorsichtig schälen und filetieren. Damit die vorbereiteten Schüsselchen dekorieren und servieren.