KITCHEN CASE
Norsk Fish

Rezept aus der Sendung vom 13.02.2022
KitchenCase im Fiechter Lungenfachzentrum

Pouletbrust Steaks mit Erdnusssauce & Reis
Orangenmousse (für 4 Personen)

Pouletbrust Steaks:

ca. 30 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

3 EL	Sweet Chili Sauce
2 EL	Erdnussbutter (Crunchy)
2 EL	Sojasauce
600 g	Pouletbrust o. Schnitzel
	Pfeffer
	Herbamare Spicy
	Öl zum braten
1 dl	Gemüsefond
½ TL	Maizena

Zubereitung:

Chili Sauce, Erdnussbutter und Sojasauce in einer Schüssel verrühren. Die Pouletschnitzel/Steaks mit einem Teil der Marinade einstreichen.
Die restliche Marinade beiseitestellen.
Die Pouletschnitzel/Steaks würzen mit Pfeffer und Herbamare Spicy und in einer heissen Pfanne mit etwas Öl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten gut anbraten. Die restliche Marinade und den Gemüsefond zugeben und kurz aufkochen lassen.
Sofort mit dem Maizena abbinden und bis zum Servieren warm stellen.

Koch TIPP:
Aus etwas Weisskohl, Koriandergrün, Erdnussöl und einem Spitzer Balsamico einen kleinen Salat erstellen und beim anrichten auf das Fleisch geben.

A.Vogel Herbamare® Meersalz mit Gemüse und Kräutern
TOYOTA Toyota-Zürich, Schlieren
Emil Frey
Schwob textiles of Switzerland

DENNER

KITCHEN CASE

Horst Lüthi

SAT.1

Immer sonntags, dienstags und freitags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 13.02.2022
KitchenCase im Fiechter Lungenfachzentrum

Pouletbrust Steaks mit Erdnusssauce & Reis
Orangenmousse (für 4 Personen)

Reis:

ca. 25 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

300 g	Basmati Reis
450 g	Wasser
2 St.	Zitronengras
½ TL	Sesamöl
2-3	Kafir Limetten Blätter
	Herbamare Original
1 EL	Curry
1 EL	Rosinen
1 EL	Mandelblättchen

Zubereitung:

Alle Zutaten in einen Reiskocher geben, gut umrühren und einschalten. Wenn der Reis fertig ist, schaltet sich die Maschine auf Warmhalten ein.

Koch Tipp:
Wenn Sie keinen Reiskocher besitzen können Sie den Reis nach dem gleichen Rezept auch in einer GN Schale im Dampf (100 Grad) für ca. 12 Minuten garen.

A.Vogel Herbamare® Meersalz mit Gemüse und Kräutern
TOYOTA Toyota-Zürich, Schlieren
Emil Frey
Schwob textiles of Switzerland

DENNER

KITCHEN CASE Horst Lüthi

SAT.1

Immer sonntags, dienstags und freitags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 13.02.2022
KitchenCase im Fiechter Lungenfachzentrum

Pouletbrust Steaks mit Erdnusssauce & Reis
Orangenmousse (für 4 Personen)

Orangenmousse:

ca. 30 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- 100 g Güetzli – Crunch
- 1-2 Orangen – Filets

- 2 Eier
- 3 EL Zucker
- 1 Orange
- 2 Blatt Gelatine
- 1 ½ dl Rahm

Zubereitung:

Die 1-2 Orangen filieren und unten (Boden) in die Gläser verteilen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
Die Güetzli crunchen und auf die Orangenfilets streuen.
1 Ei, 1 Eigelb (Achtung das Eiweiss beiseitestellen!), und 2 EL Zucker verrühren und den Abrieb und Saft der Orange zugeben. Auf dem Wasserbad schaumig schlagen und vom Herd nehmen.
Die Gelatine ausdrücken und unter die warme Masse rühren. Das Eiweiss mit 1 EL Zucker steif schlagen.
Den Rahm steif schlagen.
Zuerst den Rahm und dann das Eiweiss unter die Masse heben.

In die Gläser füllen und kaltstellen.
Nach Wunsch vor dem Servieren garnieren.

A.Vogel Herbamare® Meersalz mit Gemüse und Kräutern
TOYOTA Toyota-Zürich, Schlieren
Emil Frey
Schwob textiles of Switzerland