

DENNER

**KITCHEN
CASE**

Lorste Jöh



SAT.1

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

Rezept aus der Sendung vom 11.03.2018
KitchenCase bei Copro

Kürbiscremesuppe mit Speck/Zwiebel/Croûtons Pouletbrust mit Wasabi – Kartoffelpüree und Petersilienwurzel (für 4 Personen)



Kürbis Crème Suppe:

ca. 30 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 1 EL Pflanzenöl
- ★ 150 g Kürbis
- ★ 1 Zwiebel
- ★ 10 g Ingwer
- ★ 2 Zitronengras
- ★ 1 Knoblauch Zehe
- ★ 1 Kafir Limettenblatt
- ★ 100 ml Orangensaft
- ★ 200 ml Gemüse Brühe
- ★ 500 ml Kokosmilch
- ★ ½ EL Curry
- ★ Muscat, Pfeffer
- ★ 3 EL Herbamare Spicy

Zubereitung:

Kürbis schälen, entkernen und in ca. 1 cm Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Knoblauch schälen.
Pflanzenöl in einem Topf erhitzen. Kürbis, Zwiebeln, Ingwer, Zitronengras, Limettenblatt andünsten. Mit Muskat, Pfeffer, Herbamare und Curry würzen.
Mit Orangensaft und Brühe ablöschen, aufkochen und ca. 5 Minuten kochen lassen. Rahm zugeben und die Suppe ca. 20 Minuten auf mittlerer Stufe kochen lassen.

DENNER

**KITCHEN
CASE**

Horst Jöh



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

Rezept aus der Sendung vom 11.03.2018
KitchenCase bei Copro

Kürbiscremesuppe mit Speck/Zwiebel/Croûtons Pouletbrust mit Wasabi – Kartoffelpüree und Petersilienwurzel (für 4 Personen)



Speck/Zwiebeln & Croûtons:

ca. 10 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 1 EL Pflanzenöl
- ★ 6 Sch Speck
- ★ 1 Zwiebel
- ★ 2 Sch Toast
- ★ 1 EL Butter
- ★ ½ EL Petersilie

Zubereitung:

Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen.
Speck in feine Streifen schneiden und in der Pfanne hell – knusprig braten. Parallel dazu die Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden und dem Speck zugeben. Toast in kleine Würfel schneiden. Butter in die Pfanne geben und in der aufgeschäumten Butter – Speck/Zwiebel Mischung nun die Croûtons hellbraun und kross mitbraten.
Zum Schluss die Petersilie fein hacken und zugeben.

DENNER

**KITCHEN
CASE**

Lorste Jöh



SAT.1

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

Rezept aus der Sendung vom 11.03.2018
KitchenCase bei Copro

Kürbiscremesuppe mit Speck/Zwiebel/Croûtons Pouletbrust mit Wasabi – Kartoffelpüree und Petersilienwurzel (für 4 Personen)



Pouletbrust:

ca. 20 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 4 Pouletbrüste
- ★ Pfeffer
- ★ Graham Masala
- ★ Curry
- ★ Herbamare Spicy
- ★ 1 EL Pflanzenöl
- ★ 2 EL Butter
- ★ 10 Cherry Tomaten
- ★ 1 TL Kapern
- ★ 2 EL Kräuter – je nach Saison

Zubereitung:

Pouletbrüste mit allen Gewürzen gut und rundherum würzen. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Brüste scharf von beiden Seiten anbraten. Pouletbrüste aus der Pfanne nehmen und in einer Schale im Backofen bei 120 Grad ca. 8 Minuten fertig garen. Die Cherry Tomaten vierteln. Die Kräuter fein hacken. Die Kapern sehr fein kacken. Die Butter in derselben Pfanne erhitzen und wenn die Butter heiss ist, die Tomaten, Kräuter und Kapern zugeben. Kurz durchschwenken. Mit Curry und Herbamare Spicy würzen. Zum Schluss als Saucenmarinade über die Pouletbrüste geben.

DENNER

KITCHEN
CASE

Torste Jöh



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

Rezept aus der Sendung vom 11.03.2018
KitchenCase bei Copro

Kürbiscremesuppe mit Speck/Zwiebel/Croûtons Pouletbrust mit Wasabi - Kartoffelpüree und Petersilienwurzel (für 4 Personen)



Wasabi - Kartoffel Püree:

ca. 35 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 3 Kartoffeln
- ★ 2-3 TL Wasabi Paste
- ★ 100 ml Milch
- ★ 1 EL Butter
- ★ Herbamare Spicy
- ★ Muskat

Zubereitung:

Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Anschließend auf ein Sieb giessen und etwas ausdämpfen/abtropfen lassen. Zurück in den Topf geben und stampfen oder pressen. Mit Milch, Butter, Herbamare Spicy, Muskat und der Wasabi-Paste kräftig abschmecken.

DENNER

KITCHEN
CASE

Lorste Jöh



SAT.1

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

Rezept aus der Sendung vom 11.03.2018
KitchenCase bei Copro

Kürbiscremesuppe mit Speck/Zwiebel/Croûtons Pouletbrust mit Wasabi - Kartoffelpüree und Petersilienwurzel

(für 4 Personen)



Petersilien Wurzel:

ca. 30 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 4 Petersilienwurzeln
- ★ 1 EL Butter
- ★ Herbamare Original
- ★ Muskat
- ★ 100 ml Rahm
- ★ 1 TL Petersilie

Zubereitung:

Petersilienwurzel schälen und in Stücke oder Scheiben schneiden. Die Schalen in Wasser aufkochen und ca. 10 Minuten ziehen lassen.
Butter in einem Topf erhitzen. Petersilienwurzel zugeben und würzen mit Herbamare und Muskat.
Mit dem Petersilienwasser knapp bedecken und ca. 12-15 Minuten weichdünsten. Dabei verdunstet die Flüssigkeit. Dann mit Rahm auffüllen und erneut weich- und einkochen.
Zum Schluss die feingehackte Petersilie zugeben.