

# Kochabend des Männerkochklub 82 Heimbürg

Küchenchef

HR. Zbinden

Menü

Avocado á la Ruedi  
Rüebli suppe mit Ingwer  
Pilz - Poulet pastetli  
Tomaten + Bohnen  
Fruchtcreme

2 Avocados

Längs halbieren, Fruchtfleisch  
in eine Schüssel geben.

120gr Poulet

fein Würfeln - anbraten - mit Streum  
würzen - kalt stellen.

4 Esl. Maishörner  
2 Esl. Rahm

mit dem Fruchtfleisch, kaltem Poulet  
u. Rahm mischen. Würzen mit Vogel u.  
Pfeffer etwas Zitronensaft.

Mischung in die Avocadoschale  
füllen, mit Peterli garnieren.

Rüebli

1/2 Zwiebeln  
1/10 Ingwer  
1 Kartoffel

Zwiebeln mit andämpfen, mit  
Gemüsebouillon ablöschen.  
Zerkleinerte Rüebli, Ingwer u.  
Kartoffel mitkochen.  
Alles pürieren - ev. würzen -  
anrichten.

2 Pouletbrust  
Waldpilze  
Rahm  
1/2 Zwiebel

Pouletfleisch klein würfeln -  
anbraten mit Streuni würzen -  
kalt stellen.

Zwiebeln andämpfen mit Gemüse-  
bouillon u. Weisswein ablöschen,  
aufkochen.

Mischpilze andämpfen.

Alle Pilze in die Gemüsebouillon  
geben. Poulet zuletzt begeben.

Sauce binden, etwas Zitronensaft  
begeben. Mit Rahm verfeinern  
u. abschmecken.

Tomaten

Tomaten halbieren auf ein  
Kuchenblech stellen - würzen  
200C ca 30 Min dämpfen.

Bohnen

Bohnen andämpfen. Mit Wasser  
u. Salz weichkochen. Wasser  
abschütten - mit Vogel würzen.

Himbeeren  
Brombeeren  
1 Meringue  
2dl Rahm

Rahm steif schlagen in grosser  
Schüssel. Meringues zer kleinern.  
Die Beerenmischung u. Meringues  
mit dem Schlagrahm mischen.  
In Liläser abfüllen u. kalt stellen  
Garnitur Himbeere u. Brombeere.