



# Kochclub Pot-au-Feu

## Menü für den Monat November

vom Freitag, 07.11.2025

### **zum Apéro**

Blätterteig-Gipfeli  
mit Feigen-Chutney

\*\*\*

### **Vorspeise:**

Süsskartoffelsuppe

\*\*\*

### **Salat:**

Randen-Orangen-Salat mit Baumnüssen

\*\*\*

### **Hauptgang:**

Spaghetti alla Puttanesca

\*\*\*

### **Dessert:**

Schokoladenkuss  
Mit Vanilleglace



# Blätterteig-Gipfeli mit Feigen-Chutney

## Zutaten (für 20 Stück)

- Eckig ausgewallter Blätterteig, 42x26cm
- 2 Eier, getrennt
- Feigen-Chutney,  
(ersatzweise frische Feigen oder  
Birnschnitze



## Und so wird`s gemacht:

- Blätterteig der Länge nach halbieren
- Die Teighälften in gleich grosse Dreiecke schneiden (ergibt etwa 20 Stück)
- Teigdreiecke mit ca. 1 TL Feigen-Chutney belegen
- Teigländer mit wenig Eiweiss bestreichen
- Ecken leicht einklappen und Teigdreiecke zu einem Gipfeli formen.
- Blätterteig-Gipfeli mit Eigelb bepinseln
- Gipfeli auf ein mit Backtrennpapier belegtes Blech legen und in der Mitte des auf 220°C vorgeheizten Ofen 12-15 Minuten backen.



# Süsskartoffelsuppe

Für 8 Personen

Vorbereitung: 15 Minuten

Zubereitung: 35 Minuten

## Zutaten:

- 800g Süsskartoffel
- 2EL Butter
- 2 Zwiebel, gehackt
- 5dl Apfelwein
- 1.2Lt Gemüsebouillon
- 2 Messerspitzen Cayennepfeffer
- Salz und Pfeffer nach Bedarf
- Öl zum frittieren
- 4EL Rahm, steif geschlagen



## Zubereitung:

- Von einer Kartoffel mit dem Sparschäler längs dünne Streifen abschälen, beiseitestellen
- Restliche Kartoffeln in ca. 1cm grosse Würfel schneiden
- Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebeln andämpfen
- Kartoffelwürfel begeben, ca. 5Min mitdämpfen-
- Apfelwein dazu giessen, ca. 5 Min kochen.
- Bouillon dazu giessen, aufkochen, Hitze reduzieren.
- Kartoffeln zugedeckt ca. 25 Min weich köcheln.
- Kartoffeln mit der Flüssigkeit pürieren, durch ein Sieb streichen und in die Pfanne zurückgiessen.
- Das Öl in einer kleinen Chromstahlpfanne auf 160° erhitzen.
- Die Kartoffelstreifen mit Haushaltspapier trockentupfen und portionenweise ca. 1 Minute frittieren, bis sie knusprig sind. Auf Haushaltspapier abtropfen.
- Suppe in vorgewärmte Tassen oder Teller verteilen, mit Rahm und Kartoffelstreifen garnieren.



## Randen- Orangen – Salat mit Baumnüssen

Für 8 Personen

### Zutaten:

#### Für den Salat

- 1kg Randen, gekocht
- 4 Orangen
- 2 Blutorange
- 2 rote Zwiebel
- 100 g Baumnüsse
- 4EL Ahornsirup
- Sprossen oder Micro Greens

#### Fürs Dressing

- 2 EL Saft einer Zitrone
- 2 TL Senf
- 0.5dl Olivenöl extra vergine
- 2 EL Ahornsirup
- 4 EL Wasser
- 1 Knoblauchzehe, s. Spaghetti
- Salz und Pfeffer



### Salat:

- Randen in mundgerechte Scheiben schneiden
- Baumnüsse mit einer Tasse auf dem Schneidebrett zerdrücken und in einer kleinen Pfanne mit 2 EL Ahornsirup caramolisieren
- Orangen schälen, weisse Häutchen entfernen und filetieren
- Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden
- Sprossen oder Micro Greens waschen
- Alle Zutaten auf einem Teller anrichten, mit Sprossen oder Micro Greens und Baumnüssen dekorieren

### Dressing:

1. Alle flüssigen Zutaten vermengen, Knoblauchzehe hineinpressen und gut mischen
2. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und gut umrühren
3. Salat mit Dressing beträufeln



# Spaghetti alla Puttanesca

Vorbereitung: 15 Min

Zubereitung: 25 Min

für 8 Portionen

## Zutaten:

- 2x500g Spaghetti
- 2dl Olivenöl
- 5 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 8 Sardellenfilets
- 2 rote Peperoncini, entkernt und fein gehackt
- 2EL fein gehackter Oregano
- 800g (2 Dosen) Tomaten, geschält und gehackt
- 4EL Tomatenmark
- 200g schwarze Oliven
- 3EL eingelegt Kapern
- frisch geriebener Parmesan



## Zubereitung:

### Pasta:

- Salzwasser in einem grossen Topf zum Kochen bringen.

### Sauce:

- Das Öl auf mittlerer Stufe in einer grossen Pfanne erhitzen.
- Knoblauch, Sardellen und Peperoncini zufügen und 2-3 Minuten dünsten, bis die Sardellen zerfallen und der Knoblauch hellbraun ist.
- Oregano, Tomaten, Tomatenmark, Oliven und Kapern zugeben und unter häufigem Rühren bei mittlerer Hitze 15 – 20 Minuten köcheln.
- Die Pasta 10–12 Minuten im sprudelnd kochenden Salzwasser al-dente garen.
- Abgiessen und in die Pfanne zur Sauce geben. Dann bei starker Hitze 1-2 Minuten rühren. Mit Käse bestreut heiss servieren



# Schokoladekuss mit Vanille Glace

für 8 Personen

## Zutaten:

- 200g Zartbitter-Schokolade
- 2TL Vanillepaste
- 200g Butter
- 4 Eier
- 180g Zucker
- 2 Prise Salz
- 30g Maisstärke



## Zubereitung:

- 4 Muffinförmchen (Silikonförmchen sehr gut geeignet) mit Butter sehr gut ausstreichen
- Backofen auf 180° vorheizen
- Schokolade über einem heissen Wasserbad langsam schmelzen
- Schüssel vom Wasserbad nehmen, Vanillepaste und Butter dazugeben und glatt rühren
- Eigelb und Eiweiss trennen
- Die Hälfte des Zuckers mit dem Eigelb cremig aufschlagen
- Schokolademasse nach und nach darunter mischen
- Eiweiss und Salz schaumig schlagen
- restlichen Zucker einrieseln lassen und weiterschlagen bis eine glänzende, luftige Masse entstanden ist
- mit der Maisstärke im 2 Portionen unter die Schokoladecreme heben
- in die vorbereiteten Förmchen verteilen.
- In der Ofenmitte ca. 25 Minuten backen und Backprobe machen
- Die Küchlein aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten stehen lassen
- Mit Vanille Glace servieren