



## **Kochen vom**

01. Juni 2022

## **Kreation von**

Joel und Sergio

## **Menu**

### **Vorspeise:**

Sushi

### **Hauptgang:**

Gebratene Nudeln

### **Dessert:**

Karibisches Tiramisu

## 1 Vorspeise: Sushi Rolle (Maki)

### 1.1 Zutaten

Für 10 Personen:

- 2 Rüebli
- 1 Gurke
- 300 g Rauchlachs
- 750 g Sushi Reis
- 7 EL Sushi (Reis-) Essig
- 2 TL Zucker
- 10 Blatt Nori-Algen-Blätter



### 1.2 Zubereitung

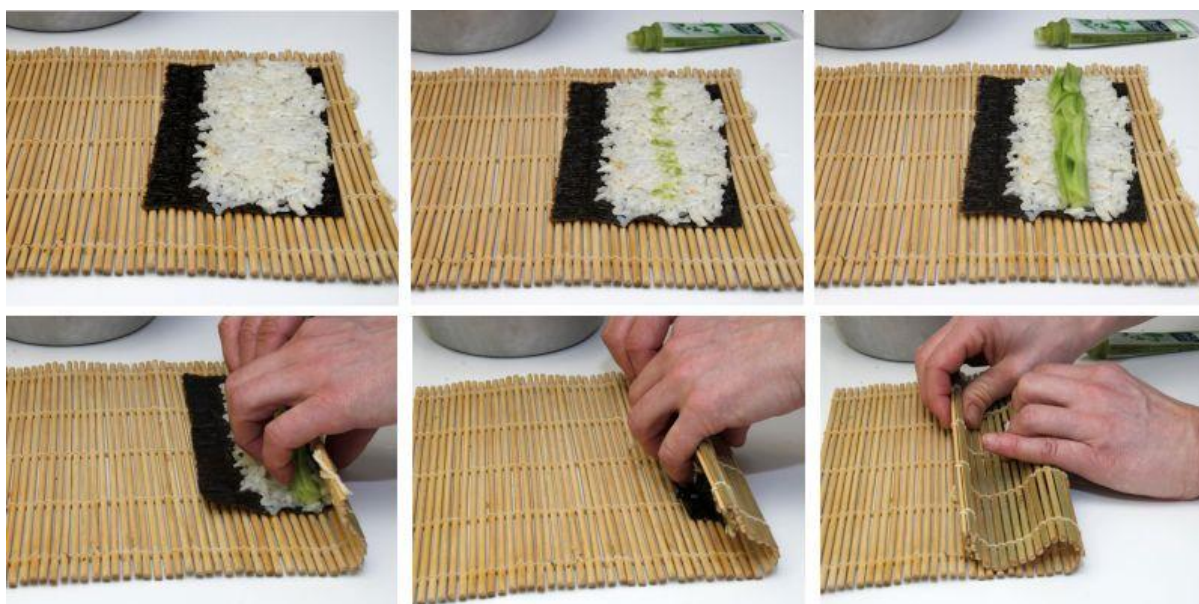
#### 1.2.1 Mise en Place

Reis waschen und anschliessend gemäss Angaben auf der Packung oder im Reiskocher kochen und abkühlen lassen. Essig und Zucker zugeben und vermengen. Mit Essig abschmecken.

Gemüse und Lachs in lange Stücke (Bâtonnets) schneiden

#### 1.2.2 Sushi Rollen

Auf einer Bambus-Rollmatte ein Nori-Algen-Blatt mit Reis belegen Gemüse oder/und Lachs mittig drauflegen. Freie Stelle des Nori-Algen-Blatts befeuchten und gemäss Anleitung Rollen:



## 2 Hauptgang: Gebratene Nudeln

### 2.1 Zutaten

Für 10 Personen

- 1 Kg Wocknudeln
- 4 Rüebli
- 4 Lauch
- 500 g Sojasprossen
- 2 Zwiebeln (gross)
- 1.2 kg Pouletgeschnezeltes
- 10 Eier
- 2 TL Zucker
- 20 EL Sojasauce
- Etwas Sesamöl
- Etwas Pfeffer
- Etwas Salz

### 2.2 Zubereitung

#### 2.2.1 Mise en Place

Wocknudeln al dente kochen, abgiessen, abschrecken und zur Seite stellen.

Poulet in gesalzenem Wasser gar kochen, abgiessen und zur Seite stellen.

Rüebli in Streifen (Julienne) schneiden, Lauch schnetzeln (Emincé) und Zwiebeln Hacken.  
Rüebli und Lauch gemeinsam, Zwiebeln separat zur Seite stellen

Die Eier verquirlen.

#### 2.2.2 Braten

Zwiebeln mit Sesamöl anbraten, Ei zugeben kurz weiter braten.

Gemüse und Nudeln beifügen und etwas anbraten.

Poulet und Sojasprossen dazugeben und kurze Zeit anbraten.

Mit Sojasauce Zucker und Pfeffer würzen und abschmecken.



### 3 Dessert: Karibisches Tiramisu

#### 3.1 Zutaten

Für 10 Personen (2 Formen)

- 480 ml Kokosmilch (min. 60% Kokosanteil)
- 640 ml Ananassaft
- 40 g Zucker
- 2 Pck. Puddingpulver
- 500 ml Sahne
- 2 EL Malibu
- 2 Pck. Löffelbiskuits
- 1 Pck. Kokosraspeln
- Etwas Minzblätter

#### 3.2 Zubereitung

400 ml Kokosmilch, 600 ml Ananassaft und Zucker vermischen. 1/3 mit dem Puddingpulver verrühren, 2/3 in einem Topf zum Kochen bringen. Anschließend das restliche Drittel einrühren und nochmals kurz aufkochen. Auf die Seite stellen, zudecken und auskühlen lassen. Nach dem Auskühlen die geschlagene Sahne unterheben.

2 EL Malibu, 80 ml Kokosmilch, 40 ml Ananassaft verrühren.

Die Biskotten einzeln kurz in diese Flüssigkeit eintauchen und in einer geeigneten Form den Boden damit belegen. Anschließend eine Schicht Creme darauf geben. Diesen Vorgang wiederholen. Mit einer Schicht Creme abschließen und mit Kokosraspeln bestreuen. In Portionen schneiden und mit Minzblätter garnieren.

