



# Menü-Empfehlung Aus Grossmutter`s Küche

Sehen • Erleben • Geniessen

Der Männer-Kochclub „Kochfreunde zum Thurm“ wurde in Olten im Jahre 1998 gegründet. Seit 2011 begrüßen wir regelmäßig einmal im Monat die leidenschaftlichen Hobbyköche in unserem Küchenstudio in Schönenwerd.

Hier gehen die aktuell 12 Mitglieder jeden Alters Ihrer Passion nach, zelebrieren gemeinsam das Zubereiten von Speisen, denken sich neue Gerichte passend zum Jahresmotto aus, verbringen gesellige Stunden.

Das schult nicht nur die Kochkenntnisse, die Mitglieder pflegen so auch Ihre Freundschaft und Kameradschaft. Mit Ihren Familien veranstalten die Kochfreunde im Sommer einen Grillabend und am Ende des Jahres treffen sich die passionierten Hobbyköche zum grossen Abschlussdinner.

Haben Sie Interesse und möchten Kontakt mit den Kochfreunden aufnehmen? Herr Berchtold steht gerne für Ihre Anfragen zur Verfügung. [fritzberchtold@bluewin.ch](mailto:fritzberchtold@bluewin.ch)

*Kochfreunde zum Thurm*

## MENÜ

**Apéro**

ANTIPASTI

AUS ITALIEN

INSALATA

A LA GIORGIO



**Dick Küchen**



**Der Kochclub empfiehlt:**  
Weisswein - „Grillo“ und  
„EVA Spumante Bianco“, Cantina Dario &  
Antonino Foderà, Marsala  
Rotwein - „Bayamore“ aus der Cantina  
Firriato, Paceco

## Aus Grossmutter`s Küche

### THUNFISCHBÄLLCHEN

#### Zutaten (für vier Personen)

500g Thunfischfilet • 150g altbackendes Weißbrot •  
1 Zwiebel • 3-4 Knoblauchzehen • 2-3 EL Olivenöl •  
Petersilie • 50g Parmesan • Salz • Pfeffer

#### Zutaten (frische Tomatensauce)

1 Zwiebel • 2-3 Knoblauchzehen • 3 EL Olivenöl •  
1 kg reife Tomaten • einige Petersilienstiele • Salz •  
Pfeffer • Basilikum

Den Thunfisch durch den Fleischwolf drehen, das eingeweichte Brot zusammen mit der gedünsteten Zwiebel, Knoblauch und Petersilie ebenfalls durchlaufen lassen. Diese Masse durchmischen, dabei den Käse einarbeiten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas ausquellen lassen, dann mit angefeuchteten Händen tischtennisballkleine Bällchen formen. In Salzwasser (besser noch Fischfond) unter dem Siedepunkt etwa fünf bis sechs Minuten gar ziehen lassen.

Für die Sauce die Zwiebel und Knoblauch würfeln, im heißen Öl andünsten. Gehackte Petersilie und die groberschnittenen Tomaten zufügen. Salzen, pfeffern, die Basilikumstiele einlegen. zugedeckt etwa 20 Minuten köcheln.

## MENÜ

### Hauptgang

GEMÜSEEINTOPF  
RAHMLAUCH

BALSAMICO  
RINDSRAGOUT

THUNFISCHBÄLLCHEN  
AN TOMATENSAUCE  
NACH SIZILIANERART  
MIT REIS ODER PASTA



**Dick Küchen**



Dann alles durch die Gemüsemühle passieren. Die Sauce nochmals abschmecken, die Thunfischbällchen einlegen und neben dem Feuer noch eine Weile durchziehen lassen. Man kann sie lauwarm essen; wenn man sie aufwärmen möchte, auf keinen Fall richtig kochen, sonst werden sie hart. Mit zerzupften Basilikum blättern bestreut servieren. Tipp: Nach Geschmack mit je einer Messerspitze gemahlenem Kreuzkümmel und Koriander. eventuell auch einer Prise Chilipulver oder Harissa würzen.

## QUARK-BEEREN-DESSERT

### Zutaten für zwei Auflaufformen

2½ Pk. Beeren 750 g • 100g Puderzucker • 1250g Speisequark (20 %) • 3 Pk. Vanillezucker • 625 ml Schlagsahne • 375g Schokoladencookies

Beerenmischung und 50 g Puderzucker mischen, in eine Form geben. Speisequark, 50 g Puderzucker und 3 Pack Vanillezucker mit den Quirlen des Handrührers 5 Min. cremig aufschlagen. Schlagsahne steif schlagen und unter den Quark heben. Alles auf die Beeren streichen. Schokoladencookies in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Rollholz fein zerstoßen. Auf den Quark streuen. Dessert abgedeckt 5 Std. im Kühlschrank durchziehen lassen. DANN DAS GANZE NOCH EINMAL MIT DEN ANDEREN 2 AUFLAUFFORMEN.

## MENÜ

### Dessert

QUARK-BEEREN



SEHEN

ERLEBEN

GENIESSEN



Dick Küchen