



Masgonzola-Blinis

Delikat und super schnell zubereitet! Diese Häppchen sind besonders raffiniert dank den gebrannten Mandeln. Unbedingt probieren!

Vor- und Zubereiten
10 min

Zutaten

4 Personen

Und so wird's gemacht

1. Blinis

16

Pesto

2 EL

Masgonzola (Gorgonzola und Mascarpone)

150 g

Kerbel 3

Zweiglein

gebrannte **Mandeln** oder Rauchmandeln (ca. 20 g)

16

Blinis toasten oder in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett heiss werden lassen. Pesto auf den Blinis verteilen, Käse in Stücke schneiden, darauflegen. Kerbelblättchen abzupfen, mit den Mandeln darauf verteilen.



JACK HONEY MULE

Das brauchts für 4 Personen

Cocktail

2 Apfel, halbiert, in Stücken
20 cl Whiskey Jack Daniels Honey
12 cl Süssmost einige
Eiswürfel
80 cl Ginger Beer

Anrichten

4 Apfel, in dünnen Scheiben

Utensilien

Für ein Glas (ca. 3 dl)

Und so wirds gemacht

Cocktail

Apfel in den Shaker geben, zerstampfen. Whiskey, Süssmost und einige Eiswürfel begeben, ca. 30 Sek. gut schütteln. Einige Eiswürfel in ein Glas geben, Cocktail durch ein feines Sieb dazugiessen, mit Ginger Beer auffüllen.

Anrichten

Den Cocktail mit Apfelscheibe dekorieren.

Gut zu wissen

Die Cocktails können auch gut mit einem Esslöffel oder Teelöffel abgemessen
Hinweis: werden. 1½ cl entsprechen 1 EL und ½ cl entspricht 1 TL.



SPARGELN MIT HUMMUS

Das braucht für 4 Personen

Spargeln

3 dl Weissweinessig
2 dl Wasser
60 g Zucker
1 EL Senfkörner
1 TL Salz
1 TL schwarzer Pfeffer
500 g weisse Spargeln, geschält 1
Zwiebel, in feinen Streifen

Hummus

1 Dose Kichererbsen (ca. 400 g), abgewaschen, abgetropft
50 g Tahina (Sesampaste)
1 Knoblauchzehe
1 roter Peperoncino, entkernt, in Stücken
2 EL Zitronensaft
2 EL Wasser
2 EL Olivenöl
1 TL milder Paprika
½ TL Kreuzkümmel ¾
TL Salz

Anrichten

4 Zweiglein Basilikum, Blätter abgezapft

Und so wirds gemacht

Spargeln

Essig und alle Zutaten bis und mit Pfeffer in eine weite Pfanne geben, aufkochen. Spargeln und Zwiebel begeben, ca. 3 Min. kochen. Pfanne von der Platte nehmen, Spargeln zugedeckt im Sud auskühlen.

Hummus

Kichererbsen und alle Zutaten bis und mit Salz in einen Messbecher geben, pürieren.

Anrichten

Hummus auf einer Platte verteilen. Spargeln gut abtropfen, auf dem Hummus anrichten, Basilikum darauf verteilen.



Kohlrabi-Morchel-Suppe

Zutaten

4 Portionen

4 Portionen

Menge	Zutaten
	Suppe:
1	Zwiebel, fein gehackt
	Butter zum Dämpfen
400 g	Kohlrabi, geschält, in Stücken
300 g	mehligkochende Kartoffeln, geschält, in Stücken
ca. 6 dl	Gemüsebouillon
1 dl	Rahm
	einige Kohlrabiblättchen, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Garnitur:
200 g	Morcheln, geputzt
	Bratbutter oder Bratcrème
1	Knoblauchzehe, gepresst
	Salz, Pfeffer

wenig Kerbel, fein gehackt
Kerbel oder Kohlrabiblättchen zum Garnieren

Zubereitung

Rezeptinfos

- Zubereiten 40min
- Auf dem Tisch in 40min

Ansicht wechseln

1. Zwiebel in der Butter andämpfen. Kohlrabi und Kartoffeln beifügen, mit der Bouillon ablöschen, zugedeckt weich kochen. Rahm und Kohlrabiblättchen beifügen, alles fein pürieren, würzen, warm halten.
2. Garnitur: Morcheln in der heissen Bratbutter anbraten, Knoblauch mitdämpfen, würzen, Kerbel daruntermischen.
3. Suppe in vorgewärmte Teller geben, Morcheln dazugeben, garnieren.

Statt frische Morcheln 20 g getrocknete Morcheln (gemäss Anleitung auf der Verpackung eingeweicht) verwenden.

1 Portion enthält:

Energie: 871kJ / 208kcal, Fett: 14g, Kohlenhydrate: 15g, Eiweiss: 6g



BUTTERMILCH-CURRY MIT POULET

Das brauchts für 4 Personen

Marinieren

5 dl Buttermilch

1 EL gemahlene Koriandersamen

1 EL Kreuzkümmelpulver

1 TL Kurkuma

2 cm Ingwer, fein gerieben

1 Knoblauchzehe, gepresst

2 rote Chilis, entkernt, fein gehackt 800 g Poulet-Steaks ohne
Haut

Poulet

Öl zum Braten 1
TL Salz

Curry

Öl zum Braten
1 Zwiebel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, gepresst
200 g tiefgekühlte Erbsli, angetaut
200 g Blattspinat
½ TL Salz
30 g Kokosraspel, geröstet

Und so wirds gemacht

Marinieren

Buttermilch und alle Zutaten bis und mit Chilli in eine Schüssel geben, verrühren. ca. 4 dl davon beiseitestellen. Poulet in die restliche Marinade geben, mischen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 1 Std. marinieren.

Poulet

Wenig Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Poulet aus der Marinade nehmen, Marinade abstreifen. Poulet portionenweise in die Pfanne geben, beidseitig je ca. 4 Min. anbraten. Herausnehmen, salzen, beiseitestellen.

Curry

Bratfett auftupfen. Zwiebel und Knoblauch in dieselbe Bratpfanne geben, ca. 3 Min. andämpfen. Beiseitegestellte Marinade dazugiessen, aufkochen. Hitze reduzieren. Erbsli beigeben, Spinat portionenweise beigeben, zusammenfallen lassen, salzen. Poulet wieder beigeben, ca. 5 Min. köcheln, Curry anrichten, Kokosraspeln darauf verteilen.

Gut zu wissen

Dazu passt:

Basmatireis



Erdbeeren mit Mascarpone-Crème

Zutaten

4 Portionen

4 Portionen

Menge	Zutaten
	Erdbeeren:
500 g	Erdbeeren, gerüstet, geviertelt
2 EL	flüssiger Honig
1 TL	Zitronensaft
	Zitronenmelissen-Crème:
125 g	Schweizer Mascarpone
4 EL	Milch
2 EL	Zucker
½ Päckchen	Vanillezucker
2 EL	fein geschnittene Zitronenmelisse
	Zitronenmelisseblättchen zum Garnieren

Zubereitung

Rezeptinfos

- Zubereiten 30min
- Auf dem Tisch in 30min

Ansicht wechseln

1. Erdbeeren mit Honig und Zitronensaft mischen, zugedeckt kühl stellen.
2. Crème: Mascarpone mit Milch glatt rühren. Zucker, Vanillezucker und Zitronenmelisse darunterühren.
3. Erdbeeren in Gläser füllen. Zitronenmelissen-Mascarpone darübergeben, garnieren.

Die Crème lässt sich 1 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt kühl stellen. Erdbeeren 1-2 Stunden im Voraus marinieren, zugedeckt kühl stellen.