

Ajvar-Quark

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 500 g Magerquark
- 1 Schale einer unbehandelten Orange
- Saft einer Orange
- 5 - 6 EL Ajvarpaste aus dem Glas
- Saft von einer halben Zitrone
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Den Quark in eine Schüssel geben. Die restlichen Zutaten dazugeben, alles verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Fladenbrot servieren!

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Basilikum-Pesto

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 1 Bund Basilikum
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL Pinienkerne
- 6 EL Olivenöl
- 3 EL Parmesan, gehobelt

Zubereitung

Basilikum mit Knoblauch und Pinienkernen in einem Gefäß mit dem Mixer pürieren. Reichlich Olivenöl zu der Masse hinzugeben, bis eine dickflüssige Masse entsteht. Den Parmesan darüber hobeln und nochmals alles fein pürieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Blattsalate mit Champignons

Vorspeise

Zutaten

verschiedene Blattsalate

Kräuterdressing nach Belieben

500 - 1000 kg frische Champignons

Öl zum Anbraten

Soße:

1 Glas Barbecue-Ketchup, fertig gekauft

200 ml süße Sahne

1 Schuss Weinbrand

Salz und Pfeffer

etwas Margarine

Zubereitung

Die Blattsalate waschen, gut abtropfen lassen, mit Kräuterdressing mischen.

Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Dann in Öl ohne Zugabe von Gewürzen anbraten.

Für die Soße alle Zutaten zusammen kurz aufkochen und in einem separaten Schälchen über die Pilze verteilen.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Bohnen-Tomaten

Vorspeise

Zutaten

400 g grüne Bohnen
4 Fleischtomaten (a ca. 350 g)
150 g Camembert
4 Stiele Bohnenkraut
Salz
Pfeffer
4 Scheiben Speck
Olivenöl

Zubereitung

Die Bohnen putzen, Enden abschneiden und in gesalzenem Wasser bissfest blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Von den Tomaten einen Deckel abschneiden, das Kerngehäuse mit einem Löffel aushöhlen und kleinhacken.

Den Camembert ebenfalls in feine Würfel schneiden, mit dem Tomatenfleisch vermengen und mit Salz, Pfeffer, Bohnenkraut und Olivenöl abschmecken.

Die ausgehöhlten Tomaten jeweils mit einer Scheibe Speck auslegen, einige Bohnen dazugeben und das Ganze mit der Tomaten-Camembert-Masse auffüllen.

Im Ofen bei 220 Grad ca. 15 Minuten garen.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Dilltomaten

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

5 mittlere Tomaten
3 Zweige Dill
1 EL Olivenöl
1 Prise Salz

Zubereitung

Die Tomaten enthäuten, vierteln und entkernen. Das Fruchtfleisch in Streifen schneiden. Dill fein schneiden.

Olivenöl in einen Topf geben und die Tomaten darin bei hoher Hitze kurz anbraten. Salzen und zuckern und mit dem Dill bestreuen.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Falafel

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 200 g getrocknete Kichererbsen
- 1 Bund Petersilie
- 3 Zweige Koriander
 - 1 rote Zwiebel, gehackt
 - 4 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 TL Kreuzkümmel, gemahlen
- 1 TL Koriander, gemahlen
- 1 TL Backpulver
- Salz
- Pfeffer
- Öl zum Frittieren

Zubereitung

Kichererbsen abspülen, in einer Schüssel mit Wasser bedecken und einen Tag einweichen lassen.

Am nächsten Tag die Erbsen abgießen, kalt abspülen und in der Küchenmaschine zerkleinern. Gehackte Kräuter und Zwiebel dazugeben und mit den Gewürzen und Backpulver pürieren. Salzen und pfeffern.

Das Öl auf 175 Grad erhitzen. Kichererbsenpüree zu kleinen Bällchen formen und im heißen Öl knusprig frittieren. Kurz abtropfen lassen und servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

French-Toasties mit Parmesan

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

2 Eier
5 EL Milch
40 g Parmesan am Stück
Salz
3 Toasties
2 EL Öl

Zubereitung

Eier in einer Schüssel mit der Milch verquirlen. Parmesan fein reiben und unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Toasties halbieren und in der Käse-Ei-Mischung wenden.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Toasties darin bei nicht zu hoher Hitze von jeder Seite 2 bis 3 Minuten braten.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Gazpacho

Vorspeise

Zutaten für 2 Personen

- 350 g reife Tomaten
- 1/2 Salatgurken, geschält, in Stücke geschnitten
- 1/2 gelbe Paprika, entkernt, in Stücke geschnitten
- 2 Scheiben Baguette ohne Rinde, in Stücke geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, geschält
- 2 EL Olivenöl
- ca. 1/4 l Gemüsebouillon
- 1 EL Weißweinessig
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Die Tomaten schälen, entkernen, in Stücke schneiden. Die Tomaten mit allen Zutaten bis und mit Olivenöl im Mixer fein pürieren, eventuell durch ein Sieb streichen.

So viel Bouillon dazugießen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Gazpacho zugedeckt mindestens 2 Stunden kühl stellen. In vorgekühlten Suppenschalen anrichten. Nach Belieben Gemüse und Brotwürfelchen dazu servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Gebackener Feta

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

1 Ei
gut 0,4 l Milch
150 g Zucker
45 g Honig
250 g Mohn
125 g Kuchenbrösel (oder Semmelbrösel)
Zitronenschale
Zimt
etwas Nelkenpulver
eine Prise Salz

außerdem:

1 Rolle Blätterteig aus der Kühltruhe oder selbst gemachter Mürbeteig (vgl. Rezept Zitronentörtchen)

Zubereitung

Den Fetakäse in Stücke schneiden und in eine ofenfeste Form legen.

Die getrockneten Feigen in feine Streifen schneiden. Die Zitronen waschen, längs halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden. Olivenöl erhitzen und die Zitronenscheiben darin andünsten. Die Feigen dazugeben, kurz aufkochen lassen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Minzblätter hacken und untermischen.

Den Käse mit der Marinade begießen und so lange wie möglich marinieren.

Den Käse mit Pfeffer würzen und die Semmelbrösel darüber streuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad Gas Stufe 3) auf der 2. Schiene von unten ca. 5 bis 10 Minuten goldbraun backen.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Gebratene Maultaschen

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 12 Maultaschen (aus dem Kühlregal, ca. 300 g)
- 300 g Frühlingszwiebeln
- Mineralwasser
- 4 Eier
- 2 EL Butter
- Olivenöl
- 200 g saure Sahne
- 60 g Gewürzgurken
- 8 EL vom Gurkensud
- Salz und Pfeffer
- Zucker

Zubereitung

Die Maultaschen nach Packungsanweisung kochen, abtropfen lassen. Die Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Butter zusammen mit Olivenöl in einer Pfanne heiß werden lassen. Die Frühlingszwiebeln darin anbraten. Eier mit ein wenig Mineralwasser verquirlen, salzen und pfeffern. Maultaschen zu den Frühlingszwiebeln in die Pfanne geben und mitbraten. Danach die Eimasse darüber gießen und stocken lassen.

Den Kopfsalat putzen, waschen und in mundgerechte Stücke zerpfücken. Die Gewürzgurken fein würfeln, mit der sauren Sahne vermischen, dann Gurkensud, Salz, Pfeffer und Zucker hinzufügen und alles gut miteinander vermengen. Den Kopfsalat auf einer Platte anrichten und das Dressing darüber verteilen und zusammen mit den Maultaschen servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Gebratene Ricotta-Küchlein mit kleinem

Vorspeise

Zutaten für 5 Personen

500 g Ricotta
1/2 TL Backpulver
4 EL Mehl
3 Eier
2 EL Parmesan
Pfeffer
Salz
Butter

Tomatensalat:

36 kleine Tomaten (Cherrytomaten)
2 schwarze steinlose Oliven
1 kleines Stück Chili
5 EL Olivenöl
Pfeffer
Salz
Balsamico-Essig

Deko:

Basilikum
Muskat
Parmesan

Gebratene Ricotta-Küchlein mit kleinem

Vorspeise

Zubereitung

Den Ricotta in einen Rührtopf geben, das Backpulver, 3 EL Mehl, die Eier und den Parmesan dazugeben. Alles umrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Kurz vor dem Servieren unter die fertige Ricotta-Mischung das restliche Mehl (1 EL) rühren.

In einer Pfanne großzügig Butter zerlassen. Darin 8 bis 10 Ricotta-Plätzchen hintereinander beidseitig goldbraun ausbacken. Anschließend herausnehmen und auf einem Teller bei ca. 120 Grad bis zum Verzehr in den Backofen stellen.

Für den Tomatensalat die Tomaten waschen und halbieren. Die Oliven ebenfalls halbieren. Das Stück Chili waschen, entkernen und zerkleinern. Anschließend in einer Pfanne das Olivenöl bei niedriger Temperatur erwärmen und das Gemüse hineingeben. Das Ganze ab- und zu wenden. Zum Schluss salzen, pfeffern und einen guten Schuss alten Balsamico-Essig unterrühren.

Zum Anrichten auf einen Teller den warmen Tomatensalat und jeweils 2 Ricotta-Plätzchen geben. Soße aus der Pfanne dem Tomatensalat und den Plätzchen zufügen. Auf den fertigen Teller als Dekoration ein Basilikumröschen stecken.

Zum Schluss den angerichteten Teller grob mit Parmesan und danach ganz leicht aus großer Höhe mit etwas Muskat überraspeln.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Gefüllte Champignons

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 50 g Feldsalat
- 8 Riesen-Champignons
- 5 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 150 g Kirschtomaten
- 4 Scheiben Toastbrot
- 40 g Parmesankäse
- 4 TL Haselnuss-Petersilien-Pesto
- 1 - 2 TL weißer Aceto Balsamico

Zubereitung

Den Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Die Champignons putzen. Die Stiele heraus brechen, mit einem Löffel vorsichtig aushöhlen, würfeln und in einem Esslöffel Öl 3 bis 5 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Das Toastbrot goldbraun rösten und in 1 cm große Würfel schneiden. Parmesan mit der Küchenreibe grob raspeln. Pilzstiele, Tomaten, Toastwürfel, Pesto, 2 EL Öl und 2/3 des Parmesans vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. In die Pilze füllen.

Den Feldsalat, 2 EL Öl und 1-2 TL Aceto Balsamico vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat und die Champignons anrichten, mit dem restlichem Parmesan bestreuen und servieren.

Tipp: Servieren mit Haselnuss-Petersilien-Pesto

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Gefülltes Baguette mit Tunfischsalat, roten

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 2 Dosen Tunfisch in Wasser
- 1 - 2 rote Zwiebeln
- 40 g Kapern in Salz eingelegt
- Zitronensaft von einer Zitrone
- 1 - 2 EL Schnittlauch
- 1 Baguette oder Meterbrot
- 75 g Cheddar-Käse
- Olivenöl
- 1/2 TL Orangenschale
- 1 Glas in Lake eingelegte Paprika

Zubereitung

Tunfisch abtropfen lassen, Kapern ein wenig vom Salz befreien. Rote Zwiebeln fein würfeln, Kapern hacken. Alles in einer Schüssel vermischen und mit Zitronensaft und der Orangenschale würzen. Olivenöl hinzugeben.

Das Baguette der Länge nach so aufschneiden dass ein Deckel entsteht. Das Innere des Brotes ein wenig aushöhlen, die Paprika auf den Boden geben und den Tunfischsalat darauf verteilen.

Den Käse in Scheiben schneiden und auf das Baguette legen. Den Brotdeckel wieder aufsetzen und das Brot im heißen Ofen bei 210 Grad 7-8 Minuten backen. In Stücke geschnitten servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Geschmorte Tomaten

Vorspeise
Tim Mälzer
zu Gefüllter

Zutaten

- 5 Tomaten
- Zucker
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Olivenöl

Zubereitung

Tomaten halbieren, mit Salz, Pfeffer und Zucker bestreuen und ein paar Tropfen Olivenöl darauf verteilen. Die Tomatenhälften kurz vor Ende der Garzeit des Hackbratens mit in den Ofen auf das Backblech geben und mit dem Braten servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Griechische Käsecreme

Vorspeise

Zutaten

- 300 g Schafskäse (weiche Sorte)
- 150 g Joghurt (10% Fett)
- 50 g weiche Butter
- 3 Knoblauchzehen
- 30 g getrocknete ein gelegte Tomaten
- 1 TL Tomatenmark
- Paprikapulver (nach Geschmack süß oder scharf)
- 3 EL Sesamsamen

Zubereitung

Tomaten aus dem Öl nehmen, abtropfen lassen und halbieren. Knoblauch pellen. Schafskäse und Butter grob zerkleinern und in die Küchenmaschine geben.

Joghurt, gepressten Knoblauch, Tomaten, Tomatenmark, Paprikapulver zufügen und pürieren lassen, bis eine Creme entsteht. Evtl. nochmals mit Paprikapulver abschmecken. Sesamsamen in einer beschichteten Pfanne ohne Fett leicht rösten und abkühlen lassen. Creme in eine Schüssel geben, Sesam darauf verteilen und 2 Stunden kühlen. 1 Stunde vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen, damit die Creme streichfähig wird.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Hähnchenspieße an einem Soßenduo und

Vorspeise

Zutaten

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- etwas Öl zum Bestreichen der Holzspieße
- Holzspieße
- Marinade:
 - 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer (haselnussgroß)
- 1 Bund Zitronengras
- 1/4 TL gemahlener Cumin (Kreuzkümmel)
- 350 ml Kokosmilch (ungesüßt)
- 3 TL Zucker
- 2 TL Currypulver
- Salz
- Süß-Sauer-Dip:
 - 1/2 Bund Frühlingszwiebeln
 - 1/2 Salatgurke
 - 150 g Aprikosenmarmelade
 - 1 TL Sambal Oelek
 - 1 EL helle Sojasoße
 - 2 EL Limettensaft
 - 50 ml Gemüsebrühe
 - Salz
- Erdnusssoße:
 - 125 g Erdnussbutter
 - 1 Knoblauchzehe
 - 1/2 EL frischer, geriebener Ingwer
 - 1/2 EL Kurkuma (Gelbwurzel)
 - 1/2 EL Tabasco
 - 1/2 EL Sesamöl
 - 2 EL Sojasoße
 - 1 EL Honig
 - Saft einer halben Zitrone
- 60 ml Kokosmilch (ungesüßt)
- Thaisalat:
 - 1 Hand voll Sojasprossen
 - 1 Chicorée
 - 15 Blätter Koriander
 - 1 Bündel Ruccola
 - je nach Bedarf noch ein paar Blätter Eichblattsalat
- Thaisalat-Soße:

Hähnchenspieße an einem Soßenduo und

Vorspeise

- 1/2 scharfe Chilischoten
- 1 Knoblauchzehe
- 2 - 3 EL Zucker
- 5 EL Limettensaft
- 100 ml thailändische Fischsoße
- 3 - 4 EL Wasser mit 1 Schuss Sesamöl verrührt

Zubereitung

Für die Hähnchenspieße das Hähnchenbrustfilet der Länge nach in Streifen schneiden. Holzspieße in kaltem Wasser einweichen und mit Öl bepinseln. Die Fleischstreifen auf die Holzspieße fädeln, so dass ein Wellenmuster entsteht.

Für die Marinade den Knoblauch schälen und mit einer Knoblauchpresse zerdrücken. Den Ingwer zerreiben und das Zitronengras klein hacken. Anschließend alles mit dem Cumin, der Kokosmilch, dem Zucker und dem Currypulver gut vermischen. Zum Schluss mit Salz abschmecken.

Dann die Hähnchenspieße für ca. 2 Stunden in der Marinade ziehen lassen und kurz vor dem Servieren in geschmacksneutralem Öl von allen Seiten anbraten.

Für den Süß-Sauer-Dip die Frühlingszwiebeln und die Gurke klein würfeln. Anschließend mit der Aprikosenmarmelade, dem Sambal Oelek, der Sojasoße, dem Limettensaft und der Gemüsebrühe gut vermischen. Dann mit Salz abschmecken. Danach alles mit einem Mixer pürieren.

Für die Erdnusssoße alle Zutaten zusammen pürieren und kalt stellen. Die Erdnusssoße am besten bis zu 3 Tage vorher zubereiten, damit sie gut durchzieht.

Für den Thaisalat den Chicorée in dünne Streifen schneiden und den Ruccola waschen und die Blätter jeweils zweimal durchschneiden. Dann den Chicorée und den Ruccola mit den Sojasprossen, dem Koriander und den Eichblattsalatblättern mischen.

Für die Thaisalat-Soße die Knoblauchzehe schälen und mit einer Knoblauchpresse zerdrücken. Die Chilischote(n) klein schneiden. Nun den Knoblauch und die Chili(s) mit dem Rest der Zutaten gut verrühren und zum Servieren das Dressing über den Salat geben.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Honig-Lachs

Vorspeise

Zutaten

- 4 TL Honig
- 6 EL Olivenöl
- Salz
- Saft von 2 Zitronen
- 4 EL Teriyakisauce
- 2 Lachsfilets ohne Haut à 200 g
- 2 Bund grüner Spargel

Zubereitung

Den Honig mit Zitronensaft und der Teriyakisauce in einer Schüssel verrühren.

Die Lachsfilets in Stücke schneiden und in einer Auflaufform in der Marinade wenden und 10 Minuten ziehen lassen.

Den Spargel putzen, halbieren und auf ein Backblech geben. Olivenöl hinzufügen, salzen und den Lachs auf den Spargel geben. Die Marinade darüber verteilen und alles ca. 12 Minuten in den Ofen geben.

Alles auf einer Platte anrichten.

Tipp: Wer mag, kann den Teller zusätzlich mit Ketchup Manis beträufeln.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Käse-Wurst-Salat

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 6 EL Apfelessig
- 6 - 8 EL Sonnenblumenöl
- 1 Prise Zucker
- 2 EL scharfer Senf
- 2 EL süßer bayrischer Senf
- Salz
- Pfeffer
- 2 - 3 rote Zwiebeln
- 500 g Fleischwurst oder Leberkäse
- 300 g Emmentaler oder Bergkäse in Scheiben
- 1/2 Bund Schnittlauch
- 250 g weißer Rettich

Zubereitung

Essig, Öl, Zucker und beide Senfsorten mit etwas Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren.

Die Zwiebeln schälen und in dünne Halbringe schneiden. Wurst und Käse in feine Streifen schneiden. Den Schnittlauch in sehr feine Röllchen schneiden und alles zusammen zum Dressing geben.

Alles mindestens 15 Minuten marinieren und erneut mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rettich schälen, in sehr dünne Scheiben hobeln und beim Servieren unter den Salat heben.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Kokos-Couscous-Salat

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 2 EL Currypulver
- 4 EL Olivenöl
- 400 g Instant-Couscous
- 400 g Ananasfruchtfleisch
- 450 g Salatgurke
- 1 - 2 Chilischoten
- 100 g Kokosraspel
- 1 Grillhähnchen (fertig gebraten)
- 4 EL Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Frische Minze

Zubereitung

Wasser mit Currypulver, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und 2 EL Olivenöl aufkochen. Couscous einstreuen, kurz aufkochen lassen, vom Herd nehmen und zugedeckt 5 Min ziehen lassen.

Ananasfruchtfleisch würfeln (so fein, wie möglich) und in einer beschichteten Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten bei hoher Hitze stark anbraten. Das Kerngehäuse der Gurke entfernen und in kleine Würfel schneiden. Chilischoten hacken und zu der Ananas geben. Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Fleisch des Grillhähnchens vom Knochen lösen, die Haut entfernen, würfeln und zum Couscous geben.

Alles mit dem Zitronensaft vermischen und unter den Couscous heben. Mit frischer Minze sofort servieren, da die Kokosraspel sonst weich werden.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Mit Thunfisch gefüllte Zitronen

Vorspeise

Zutaten

- 500 g Thunfisch mariniert
- 2 Bund frische und glatte Petersilie
- 6 große Zitronen
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Schuss Olivenöl
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Glas Mayonnaise
- 3 blaue Zwiebeln

Zubereitung

Zitronen waschen und halbieren. Zitronenfleisch herauslösen und den Saft sowie das Fleisch in einer Schale separat aufheben.

Leere Zitronenhälften weglegen. Petersilie waschen und sehr fein hacken. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Anschließend Petersilie, Zwiebeln, Knoblauch und Thunfisch in eine Schüssel geben. Nach und nach das Zitronenfleisch und -saft hinzugeben, immer wieder abschmecken, sonst wird es zu sauer. Mayonnaise dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nun eine leere Zitronenhälfte mit der Thunfischmasse füllen.

Für den Fall, dass die gefüllten Zitronen länger stehen, bitte kurz vor dem Servieren noch einen Schuss Olivenöl über die Füllung geben, sonst wird es zu trocken.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Porree-Lachspastetchen auf Salat mit

Vorspeise

Zutaten

Porree-Lachspastetchen

1 Packung Tiefkühl-Blätterteig

1 Stange Porree (Lauch)

1 EL Öl

400 g Lachsfilet

1 - 2 EL Zitronensaft

100 g Emmentaler

4 Eier (Gr. M)

1/4 l Milch

Salz

Pfeffer

Muskatnuss

etwas Mehl

Feldsalat

1/2 kg Feldsalat

Warmes Kartoffeldressing

3 Kartoffeln

etwas Milch

2 EL Balsamico-Essig

2 EL Olivenöl

Salz

Pfeffer

Porree-Lachspastetchen auf Salat mit

Vorspeise

Zubereitung

Für die Porree-Lauchpastetchen den Blätterteig auftauen lassen. Porree putzen, waschen und fein schneiden. Im heißen Öl ca. 3 Minuten dünsten. Lachs waschen, würfeln und mit Zitronensaft beträufeln. Eier, Milch, Salz, Pfeffer und Muskatnuss verquirlen. Mulden eines Muffin-Blechs (für 12 Stück) kalt ausspülen. Teigscheiben aufeinander legen, auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche rechteckig (ca. 30 x 40 cm) ausrollen. In 12 Quadrate (ca. 10 x 10 cm) schneiden, Teig in die Mulden legen und etwas andrücken.

Lachs mit Salz und Pfeffer würzen und mit Porree mischen. Auf dem Teig verteilen.

Eiermilch darüber gießen. Mit dem Emmentaler bestreuen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 Grad / Umluft: 175 Grad / Gas: Stufe 3) ca. 30 Minuten backen. Etwas abkühlen lassen und anschließend herauslösen.

Den Feldsalat waschen und in 5 Portionen aufteilen.

Für das warme Kartoffeldressing die Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser ca. 20 Minuten kochen. Anschließend abgießen und zerstampfen. Nun etwas Milch hinzugeben und alles gut vermischen. Zum Schluss das Olivenöl und den Balsamico-Essig hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Porree-Lachspastetchen mit dem Feldsalat und dem Kartoffeldressing lauwarm servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Putenbrust im Pfannkuchenmantel

Vorspeise

Zutaten

- 3 Eier
- 200 g Mehl
- 200 ml Milch
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Bund Petersilie
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Rapsöl

- 200 g Joghurt
- 3 Rote Zwiebeln
- Salz, Pfeffer
- 150 g Putenbraten dünn geschnitten

- 2 EL Creme fraiche
- 50 g Allgäuer Bergkäse, gerieben

Zubereitung

Eier, Mehl, Milch und eine Prise Salz gut verrühren. Die eine Hälfte der Masse mit der Petersilie und dem Rosmarin fein pürieren, die andere Hälfte natur belassen. Aus beiden Massen dünne Pfannkuchen backen. Zwiebeln fein würfeln, mit Joghurt vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pfannkuchen damit bestreichen und mit Putenbraten belegen. Die belegten Pfannkuchen einrollen, in 4 cm dicke Stücke schneiden und in eine Auflaufform geben. Mit wenig Crème Fraîche beträufeln und mit geriebenem Käse bestreuen 10 Minuten bei 200 Grad Heißluft backen.

Tipp:

Eignet sich - mit einer Salatdekoration - bestens als kleine Häppchen, wenn Gäste kommen.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Ricotta-Plätzchen mit Tomaten-Peperoni

Vorspeise

Zutaten für 5 Personen

- 450 g krümeliger Ricotta
- 2 EL frisch geriebener Parmesan
- 1 1/2 EL Mehl
- Meersalz
- schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 großes Bio-Ei
- 1 große Hand voll reifer Tomaten, verschiedene Sorten
- 2 Stängel frischer Basilikum
- 1 frische rote Chilischote, (Samen entfernt, fein gehackt)
- bestes Olivenöl
- guter Rotweinessig
- Muskatnuss

Zubereitung

Ricotta und Parmesan mit dem Mehl und einer kräftigen Prise Salz und dem Ei vermengen. Die Mischung mit ein wenig Pfeffer würzen und in den Kühlschrank stellen.

Die Tomaten halbieren und die Samen entfernen. Das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden, abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. Die Basilikumblätter abzupfen und grob zerplücken, die Stängel feinhacken und beides mit dem Chili zu den Tomaten geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem Schuss bestem Olivenöl sowie einem Spritzer Rotweinessig anmachen.

In einer beschichteten Pfanne einen Schuss Olivenöl bei mittlerer Temperatur erhitzen. Einige Löffel der Ricotta-Mischung mit etwas Abstand zueinander hineingeben. Die Ricotta-Küchlein ein paar Minuten braten, bis sie auf der Unterseite goldbraun sind. Mit einem Pfannenwender behutsam wenden und 1 Minute fertig braten.

Jetzt ganz schnell auf die Teller damit und die Küchlein noch mit ein wenig Salz bestreuen, einen Hauch Muskatnuss darüber mahlen, mit ein paar Tropfen bestem Olivenöl beträufeln und mit etwas geriebenen Parmesan garnieren. Zum Schluss 1 großen Löffel Tomatensalat daneben anrichten und servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Seehaseltoast

Vorspeise

Zutaten für 5 Personen

- 5 geräucherte Forellenfilets
- 800 g frischer Blattspinat oder Tiefkühl-Blattspinat
- 2 1/2 Toastscheiben (5 halbe Toastscheiben)
- Butter
- frischer Knoblauch, in dünne Scheiben geschnitten
- Salz
- Pfeffer
- Käse zum Gratinieren (z.B. halb Mozzarella, halb Pecorino)

Zubereitung

Den Blattspinat kochen und mit Knoblauch, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Toastbrot toasten, halbieren und buttern. Anschließend mit den Forellenfilets belegen, den Blattspinat darauf verteilen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Mit dem Grill gratinieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Souffle-Tomaten

Vorspeise

Zutaten

- 4 - 6 Fleischtomaten
- 30 g Butter
- 35 g Mehl
- 1/4 l Milch
- 100 g Gouda
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Eigelb
- 2 Eiweiß
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Thymian
- Semmelbrösel

Zubereitung

Die Butter erhitzen und das Mehl darin anschwitzen. Die Milch dazugießen und 5 Minuten köcheln lassen. Dann abkühlen lassen.

Von den Tomaten eine Kappe abschneiden, aushöhlen und den Boden mehrmals mit einem Zahnstocher einstechen. Dann von innen leicht mit Pfeffer und Thymian würzen und mit Semmelbrösel ausstreuen.

Den Käse fein reiben und die Zwiebel sehr fein hacken. Zusammen mit dem Eigelb unter die kühle Soufflemasse mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat nachwürzen.

Das Eiweiß sehr steif schlagen und unterheben. Dann die Masse in die Tomaten füllen. Bei 180 Grad in einer gebutterten Form 30 Minuten backen. Sofort servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Zutaten für 4 Personen

- 25 g Hefe
- 1/4 l lauwarme Milch
- 2 EL Butter
- 1 Prise Salz
- 500 g Mehl
- 4 Tomaten
- 1 kleine Zwiebel
- 1 grüne Paprikaschote
- 100 g roher Schinken
- 300 g gegartes Hühnerfleisch
- 1 EL Öl
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Ei
- Margarine zum Einfetten

Zubereitung

Ein Backblech einfetten. Die Hefe mit Milch, Salz, Mehl und der geschmolzenen Butter zu einem Teig verarbeiten. So lange schlagen, bis der Teig Blasen wirft. Zugedeckt 20 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Die Tomaten enthäuten und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel klein würfeln, ebenso die Paprikaschote, den Schinken und das Hühnerfleisch.

Zwiebel-, Paprika-, Schinken und Hühnerfleischwürfel in dem Öl anbraten. Die Tomatenstücke mitgeben und solange mitbraten, bis alle Flüssigkeit eingekocht ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Hefeteig zu zwei runden Platten von 26 cm ausrollen. Den Rand der einen Teigplatte mit Wasser befeuchten.

Die Füllung in die Mitte geben und die zweite Teigplatte darüber legen. Die Ränder gut zusammendrücken.

Die Pastete mit dem verquirltem Eigelb bestreichen, auf das Backblech legen und weitere 15 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Pastete auf der zweiten Schiene von unten 45 Minuten backen.

Heiß servieren.

Spinat-Lachsrolle

Vorspeise
Eugen Bauder

Zutaten für 4 Personen

- 2 Eier
- 250 g Spinat
- 250 g geriebener Gouda
- 200 g Kräuterfrischkäse
- 1 Päckchen Räucherlachs
- 1 Päckchen Ruccola

Zubereitung

Eier mit Spinat vermengen. Die Masse gleichmäßig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen. Mit dem geriebenen Gouda bestreuen, 20 Minuten bei 200 Grad backen.

Auskühlen lassen, mit Kräuterfrischkäse bestreichen, mit dem Lachs belegen. Zusammenrollen, in Alufolie einpacken und im Kühlschrank bis zum Servieren lagern (ideal: 8 Stunden).

Ruccola putzen und auf den Tellern als Nest anrichten.

Die Spinat-Lachsrolle aus dem Kühlschrank nehmen und in daumendicke Scheiben schneiden. Auf dem Ruccola platzieren und servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Tims Croque

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 3 Fleischtomaten
- 3 Bananen
- 2 Baguettebrote à ca. 200 g
- 8 EL dänische Remouladensauce
- 300 g gekochter Schinken
- 250 g Allgäuer Emmentaler in Scheiben

Zubereitung

Die Tomaten in Scheiben schneiden. Die Bananen schälen und längs dritteln. Die Baguettes erst quer, dann längs halbieren. Die unteren Hälften mit der Remoulade bestreichen und mit Tomatenscheiben, Bananen, Schinken und Käse belegen.

Die Oberteile wieder aufsetzen, die Croques halbieren und in Alufolie wickeln.

Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf der 2. Schiene von unten 12 Minuten backen.

Croques aus dem Ofen holen, aus der Alufolie nehmen und servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Tomatenbrot

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 2 feste Tomaten
- Salz
- Pfeffer
- 3 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Baguette

Zubereitung

Tomaten mit Hilfe einer Reibe abreiben, sodass nur noch die Schale übrig bleibt, diese weggeben. Den Rest in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer, Öl und Knoblauch vermengen.

Das Baguette in Scheiben schneiden, auf einem Teller anrichten und die Masse darauf verteilen, dies für ca. 10 Minuten zu dem Huhn in den Ofen geben.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Türkischer Tomatensalat

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 1 kg Eiertomaten
- Salz
- Pfeffer
- 1 Gemüsezwiebel
- 3 - 4 EL Zitronensaft
- 6 EL Olivenöl
- 1 - 2 TL Pulbiber
- Zucker
- 125 g Schafskäse
- 1 Bund glatte Petersilie

Zubereitung

Zwiebel in feine Scheiben schneiden. Salz, Pfeffer, Prise Zucker, Zitronensaft und Olivenöl dazugeben und alles vermengen.

Die Tomaten achteln und zu den Zwiebeln geben, den Pulbiber dazu und alles auf einer Platte dekorativ anrichten.

Den Schafskäse darüber zerbröseln. Petersilie grob schneiden und kurz vor dem Servieren über den Salat streuen.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Zigarrenröllchen

Vorspeise

Zutaten 25 Stück

Füllung pikant

½ Bund glatte Petersilie

½ Bund Dill

200 g Schafskäse

2 Eier

1 Packung (25 Stück) dreieckige Yufka-Teigblätter

Außerdem:

2 Eigelb zum Einpinseln

Pflanzenöl zum Wenden

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Backblech mit Backpapier auslegen.
2. Die Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blättchen von den Stängeln zupfen und hacken. Den Schafskäse zerbröseln und gut mit den Eiern und den Kräutern mischen.
3. Die Teigblätter mit Eigelb einpinseln. Ungefähr 1 gehäuften EL Masse auf die Teigblätter verteilen, die Seiten einschlagen und zur Spitze hin fest aufrollen.
4. Etwas Öl auf das vorbereitete Backblech gießen und die Zigarrenröllchen darin wenden. Im Backofen auf mittlerer Schiene ca. 10 Min. knusprig backen. Herausnehmen und warm oder kalt genießen.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Zucciniröllchen mit Büffelmozzarella und

Vorspeise

Zutaten

- 2 lange Zucchini á 500 Gramm
- 1 Prise Meersalz
- 1 Prise Pfeffer aus der Mühle
- 120 g Parmaschinken
- 400 g Büffelmozzarella
- 1 Bund glatte, frisch Petersilie
- 1 Bund Thymian
- 60 g Parmesan gerieben
- 2 EL Semmelbrösel
- 60 g Butter weich
- 1 Schuss Olivenöl

Zubereitung

Die Zucchini putzen und jeweils der Länge nach in 8 dünne Scheiben schneiden. In Salzwasser 2 Minuten blanchieren, abschrecken und trocken tupfen. Die Scheiben nebeneinander aufreihen, mit Parmaschinken belegen, salzen und pfeffern. Den Mozzarella aufschneiden und auf dem Parmaschinken verteilen.

Dann die Zuccinischeiben aufrollen, wenn nötig mit Holzspießchen feststecken und nebeneinander in eine, mit Olivenöl leicht gefettete, Auflaufform legen. Thymian und Petersilie hacken und mit Parmesan, Semmelbrösel und der weichen Butter verkneten. Die Kräutermischung über die Röllchen bröseln und im heißen Ofen bei 200 Grad auf der zweiten Schiene von unten 10 bis 15 Minuten überbacken.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer

Zucchini Salat

Vorspeise
Tim Mälzer

Zutaten

- 3 Zucchini
- Salz
- 1/2 Bund Dill
- 1 rote Zwiebel
- 250 g saure Sahne (cremig)
- 2 - 3 EL Apfelessig
- Pfeffer
- Zucker

Zubereitung

Die Zucchini waschen und der Länge nach auf einem Gurkenhobel in feine Scheiben schneiden. In kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren und abgießen. Kalt abschrecken und zum Abtropfen in ein Sieb geben.

Dill fein schneiden. Rote Zwiebel fein würfeln. In einer Schüssel mit der sauren Sahne, Essig, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. Mit den Zucchini vermischen und servieren.

Guten Appetit!

gesammelt von Gerlinde Fischer