

Sommerhits

Erdbeer Caipirinha

½ Limette	vierteln, ins Glas geben
2 TI Rohrzucker	zufügen, mit dem Stößel den Saft ausdrücken

75 g TK Erdbeeren	pürieren, zufügen
2 cl Cachaca	zufügen
5 El crushed ice	zufügen, alles mit einem langen Löffel durchrühren

Prosecco	langsam eingießen
Strohalm	mit dem Strohalm den Prosecco unterrühren

Mairübchen-Eintopf

500 g Hackfleisch	
2 El Öl	im Topf erhitzen, Hack braun anbraten

2 Zwiebeln	Zwiebeln würfeln zum Hack geben,

2 Knoblauchzehen	hacken
1 El Tomatenmark	
2 gr. Wurzeln	waschen, schälen, würfeln
3 Kartoffeln	waschen, schälen, würfeln, zum Hack geben, kurz anschwitzen
1 l Gemüsebrühe	zum Ablöschen
1 Lorbeerblatt	
1 TI Majoran	
1 Pr. Muskat	zugeben, 10 Min. auf kleiner Flamme köcheln

1 kg Mairübchen	schälen, waschen, würfeln, zugeben, weitere 10 Min. köcheln
1 El Paprikapulver	
1 Pr. Zucker	
200 g Kräuterschmelzkäse	
Salz, Pfeffer	zufügen, abschmecken
½ Bd. Petersilie	hacken, zugeben, umrühren

Bohnensalat mit Parmaschinken

600 g grüne Bohnen (Tk)	in Salzwasser gar kochen, abgießen,
250 g Makkaroni	in Salzwasser bissfest garen, abgießen,
150 g getr. Tomaten	in Streifen schneiden
250 g Cherrytomaten	waschen und halbieren
1-2 rote Zwiebeln	in dünne halbe Scheiben schneiden

Marinade:

5 El weißer Balsamico	
6-8 El Olivenöl(Tomatenöl)	
Salz, Pfeffer	
Zucker/ Honig	
Senf	tüchtig schlagen, Salatzutaten unter die Marinade heben und 30 Minuten ziehen lassen
75 g Rucola	putzen, waschen, trocken schütteln, unter den Salat heben, auf eine Platte anrichten
6 Sch. Parmaschinken	in breite Streifen schneiden,
gehobelter Parmesan	den Salat mit Schinken und Parmesan anrichten

Brotsalat mit Minze und Mozzarella

120 g Ciabatta	in dünne Scheiben schneiden
3 El Öl	das Brot mit Öl beträufeln, im Ofen 2-3 Min. grillen, dabei wenden
100 g Parmaschinken	
1 El Öl	Schinken anbraten, auf Krepppapier abtropfen lassen, Brot und Schinken in grobe Stücke brechen

Dressing:

1,5 El Senf	
2 El Honig	
2 El Zitrone	
2 El heißes Wasser	pürieren
7 El Öl	
Salz, Pfeffer	zufügen, pürieren

4 St. Minze	
1 Bd glatte Petersilie	beides fein hacken
1 P. Römersalat	in mundgerechte Stücke zupfen, auf eine Platte geben
250 g Mini- Mozzarella	abgießen
250 g Cherrytomaten	halbieren, Kräuter, Mozzarella und Tomaten auf die Platte geben, Schinken und Brot darüber geben, kurz vor dem Servieren Dressing darüber verteilen

Überbackener Schichtsalat

400 g Hackfleisch krümelig braten,
1 gewürfelte Zwiebel zufügen
Salz, Pfeffer
Kräuterpfeffer Hack gut würzen

1 Kopf Eisbergsalat putzen, halbieren, in feine Streifen schneiden
6 Tomaten in Würfel
150 g Taccos bröseln

500 ml Salsa Sauce

2 B. Crème fraiche

200 g ger. Käse

alles in einer Auflaufform geben, beginnend mit der Hälfte vom Eisberg, dann beliebig weiter einschichten und im heißen Ofen, U-luft: 180° C, 15 Min. überbacken, zerbröseln, überstreuen, dazu: Baguette

50 g Taccos

Tagliatelle verde

500 g Bandnudeln in Salzwasser bissfest garen, abgießen

1 Bd. Frühlingszwiebeln

in Ringe schneiden

2 mittlere Zucchini

in Stücke schneiden

2 El Öl

in einer Pfanne erhitzen, Zucchini darin kräftig anbraten, Frühlingszwiebeln kurz mitbraten

150 g Erbsen

zufügen

400 ml Brühe

aufgießen

1 B. Creme fraiche

zum Verfeinern

Salz, Pfeffer

200 g Räucherlachs

in Streifen schneiden, zum Gemüse geben, alles mit den Nudeln mischen, sofort servieren

Basilikum

etwas Basilikum in Streifen schneiden, überstreuen

Hähnchenbrustfilet im Tomatensugo mit Zitronenreis

Tomatensugo:

2 Zwiebeln würfeln
1-2 Knoblauchzehen
(oder 3 Sardellenfilets) fein hacken
2 El Öl erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch andünsten

8 getr. Aprikosen würfeln
800 g Tomaten fein würfeln, zusammen mit den Aprikosen zu den Zwiebeln geben, verrühren

1 Tl Majoran würzen
Pfeffer dazu geben, alles offen etwas einkochen lassen
100 ml Rotwein(Hühnerbrühe)

Kräutersalz
Zucker zum Abschmecken, in eine Auflaufform verteilen

750 g Hähnchenbrustfilet halbieren oder dritteln
Öl erhitzen, Fleisch anbraten

Salz, Pfeffer
Kräuterpfeffer das Fleisch würzen, nebeneinander auf das Tomatensugo legen
150 g Cambozola in Scheiben schneiden, auf dem Fleisch verteilen
40 g Mandelblättchen über den Käse streuen,
im heißen Ofen, 225° C, 15-20 Min. backen

einige Salbeiblätter
Öl etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, Salbeiblätter frittieren, auf Küchenkrepp abtropfen lassen, über den fertigen Auflauf zerbröckelt verteilen

Zitronenreis:

50 g Butter
Saft und Abrieb ½ Zitrone Butter mit Schale und Saft vermengen

1 Bd. Petersilie hacken

250 g Reis
Kräutersalz Reis mit Wasser und Kräutersalz garen, kurz vor dem Servieren die Zitronenbutter und die Petersilie unter den Reis rühren

Himbeer-Cheesecake

300 g Tk-Himbeeren
100 g Gelierzucker 2:1 beides in einem Topf auftauen lassen, dann aufkochen und unter Rühren 3 Min. kochen lassen, abkühlen lassen,

100 g Butter zerlassen
200 g Vollkornbutterkekse zermahlen, mit der Butter mischen, in eine gefettete Springform geben, im heißen Ofen, U-Luft: 180° C, 6-8 Min. vorbacken

600 g Frischkäse
250 g Quark
200 g Zucker
1 P. Vanillepuddingpulver
1 P. Vanillezucker 5 Min. in einer Schüssel auf langsamer Stufe cremig rühren,

2 Eier

160 ml Sahne

2-3 El Zitronensaft

zugeben, auf langsamer Stufeiterrühren, damit die Creme schön glatt wird, die Hälfte der Creme auf den Teig geben, die Hälfte der Himbeermasse wie Klekse auf die Creme verteilen, mit einer Gabel durch die Creme ziehen, den Vorgang wiederholen, im heißen Ofen, 30-40 Min. backen, 10 Min. im ausgeschalteten Ofen stehen lassen, in der Form über Nacht abkühlen lassen

200 g saure Sahne

3 El Puderzucker

125 g Himbeeren

glatt rühren, Kuchen auf eine Tortenplatte geben, mit der sauren Sahne bestreichen
zum Dekorieren, mit Puderzucker bestreuen

Erdbeerquark mit Cantuccini

400 g Erdbeeren

waschen, putzen, in Scheiben schneiden, in eine Schüssel geben und mit den Händen ruhig etwas andrücken

¼ l Orangensaft

1 El Zucker

2 Scheiben Ingwer

aufkochen, um 2/3 einkochen lassen, zu den Erdbeeren geben,

500 g Quark

1-2 El Zucker

1 Vanilleschote

Etwas Milch

250 g Sahne

auskratzen

Quark, Vanillemark, Zucker und Milch verrühren steif schlagen, vorsichtig unter den Quark heben

14 Cantuccini

grob zerkleinern

½ T. Zartbitterschokolade

hobeln, jetzt eine Schicht Quark, Erdbeeren, Cantuccini und gehobelte Schokolade in eine Schüssel verteilen, wieder eine Schicht Quark und Erdbeeren, mit Schokolade abschließen

Minzeblätter

zum Schluss in Streifen schneiden, überstreuen

Putenstreifen mit Gemüse in Kokossoße

100 g Erdnüsse

im Wok ohne Fett anrösten und umfüllen

2 Wurzeln

in feine Stifte schneiden

500 g Putenbrustfilet

in Streifen schneiden

1 El Erdnussöl

im Wok erhitzen, Fleisch von allen Seiten anbraten

1-2 cm Ingwer

schälen, fein hacken, zum Fleisch geben

½ Tl Kurkuma

½ Tl Cayennepfeffer

zugeben, kurz weiter braten,

200 g Kokossahne

mit den Wurzeln zugeben

200 ml Brühe

3 El Creme fraiche

unterrühren

1 Stg Porree

waschen, putzen, in feine Ringe schneiden

1 gr. rote Paprikaschote

putzen, waschen, in Streifen schneiden, Gemüse zugeben,
5 Min. köcheln lassen

Saft von ½ Limette

Salz, Pfeffer

zum Abschmecken, Erdnüsse unterheben
dazu: Basmatireis