

Eingelegte Radieschen

passt prima zum Grillen



Zutaten für 2 Einmachgläser á 300 ml: 2 Bund Radieschen, 400 ml Condimento Bianco, 300 ml Wasser, 2 EL Salz, 60 g Zucker, 2 Beutel Fenchel-Anis-Kümmel Tee, 2 EL Senfhörner, 4 EL ganzer Pfeffer, 4 Nelken

Zubereitung: Grün entfernen und Radieschen waschen und in Scheiben schneiden. Radieschen, Gewürze und den Inhalt von 2 Teebeuteln Fenchel-Anis-Kümmel Tee in die Einmachgläser verteilen. Wasser, Essig, Salz und Zucker in einem Topf zum Kochen bringen. Sobald Zucker und Salz aufgelöst sind, die Flüssigkeit auf die Gläser verteilen, diese anschließend gut verschließen und auf dem Kopf abkühlen lassen. Zum Abendessen oder beim Grillfest genießen. (Ideegebung von Iris @sprinzeminze)

Reisbratlinge

auf leicht warmem Spitzkohl-Salat



Zutaten für die Bratlinge: 80 g Basmatireis, 1 Ei, 60 g junger Gouda, Salz, 1 TL Kurkuma Gewürz; Für den Salat: 1 kleiner Spitzkohl, 1 Zucchini, 200 ml Joghurt natur 3,5 %, 1 Bund Dill, 1 TL Honig, ½ Zitrone, Salz und Pfeffer

Zubereitung: Den Reis in der doppelten Menge gesalzenem Wasser kochen. Anschließend die Hälfte Reis in eine Schale geben, etwas abkühlen lassen und mit einem Ei, sowie Gewürzen und dem geriebenen Käse pürieren. Den restlichen Reis hinzugeben und alles mischen. Den Reis zu Bällchen formen, diese leicht flach drücken und in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten. Die Bratlinge auf einem Küchenpapier ablegen und den Spitzkohl zubereiten. Das Gemüse waschen. Die Zucchini raspeln, den Spitzkohl in dünne Streifen schneiden. Beides in der Pfanne kurz erwärmen und mit einem Dressing aus Joghurt, Honig, Zitronensaft, fein gehacktem Dill, Salz und Pfeffer anmachen. Die Reisbratlinge auf dem Salat drapieren und servieren.

Zucchini mit Feta und Minze



Zutaten für 2 Personen: 2 Zucchini, 150 g Feta (Art.-Nr. 150616), Olivenöl, Pfeffer, Salz, 2-3 Zweige Minze, 1 Zitrone, 2 TL Honig

Zubereitung: die Zucchini in dünne Scheiben schneiden, mit Olivenöl und Honig beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz von beiden Seiten grillen. Anschließend den Feta über die Zucchini-Scheiben bräseln und mit frischer Minze garnieren.

Voilà, ein einfaches und köstliches Gericht für den Sommer!

Sellerie-Apfel-Salat



Zutaten für 2 Personen: 1 Staud Sellerie, 1 Apfel, 1 Zitrone, Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 Handvoll Walnüsse, 1 Handvoll Rosinen

Zubereitung: Den Staudensellerie in dünne Scheiben schneiden und ihn mit den gewürfelten Äpfeln mischen. Für das Dressing etwas Zitronensaft, Olivenöl, Honig, Salz und Pfeffer mischen und über den Salat geben. Walnüsse kurz rösten, etwas hacken und ebenso wie die Rosinen hinzufügen. Ein leichter und gesunder Salat!!

Viele weitere
Rezepte auch
auf unserem
Foodblog -
by Kim Liza



Rezept der Woche: Italienische Baguettes mit Catalogna Aurelia



Für den italienischen Blattzichorie: (Catalogna Aurelia, Art.-Nr. 18857) 1 Staud (ca. 300 g), 1 Zitrone, 2 Knoblauchzehen, 3-4 EL Olivenöl, Salz; **Sonstiges:** 2 Baguettes zum Aufbacken (Art.-Nr. 49661) wahlweise Ciabatta (Art.-Nr. 49669), 2 Tomaten, 2 Mozzarella di Bufala (Art.-Nr. 3456), 1 Glas getrocknete Tomaten (Art.-Nr. 38853)

Zubereitung: Den Blattzichorie waschen und die Stängel abschneiden. Öl mit geschälten, halbierten Knoblauchzehen in einer großen Pfanne erhitzen. Dann den Blattzichorie hinzugeben und für 10 Min dünsten. Hierfür Salz hinzufügen und mit einem Deckel abdecken. Nach dem Blanchieren mit Zitronensaft ablöschen. Die Baguettes nach Packungsanleitung aufbacken, anschließend kurz abkühlen lassen, aufschneiden und die Innenseiten mit dem Öl der eingelegten Tomaten beträufeln. Nach Belieben den Knoblauch aus der Pfanne nehmen, mit einer Gabel grob zerdrücken und auf dem Baguette verteilen. Den Blattzichorie auf den Baguette-Hälften platzieren und beliebig mit Mozzarella, frischen Tomaten- und Mozzarellascheiben belegen.