

Nº 26

REZEPTE DER WOCHE

Herausgeber: **märkische kiste**, 06/2019



Staudensellerie-Salat

~



ZUTATEN FÜR 3-4 PERSONEN 500 g Staudensellerie, ½ Salatkopf, 1 Apfel, 100 g gekochter Schinken, 3 EL Weinessig, 1 TL Senf, 2 EL Mayonaise, 4 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG Staudensellerie am Wurzelende abschneiden. Die Sellerieblätter abschneiden, waschen und in Streifen schneiden.

Selleriestangen waschen, abtrocknen und in Stücke schneiden. Endivienblätter gründlich waschen, trockenschleudern und in sehr feine Streifen schneiden. Aus Essig, Öl, Senf und Mayonaise eine Salatsoße rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Schinken in Würfel schneiden. Apfel schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden.

Apfel und Schinken mit Sellerie und Salat vermischen, die Soße darübergeben und durchziehen lassen.

Passt gut als Beilage zum Grillen.



Sommergemüse mit schwarzen Oliven

~

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN 800 g kleine Kartoffeln, 500 g Tomaten, 8 kl. Schalotten, 1 Knoblauchzehe, 400 g Möhren, 200 g Zucchini, 200 g Paprika, 20 schwarze Oliven, Rosmarin, Thymian 4 TL Olivenöl

ZUBEREITUNG Das Gemüse waschen. Möhren, Zucchini, Paprika und Tomaten in kleine Stücke schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen. Oliven entsteinen.

Den Backofen auf 180° C vorheizen. In einem Topf Zucchini, Paprika und Knoblauch in 3 TL Öl bei mittlerer Hitze andünsten. Mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Thymian würzen und zugedeckt bei schwacher Hitze 8 Minuten garen.

Derweil die Kartoffeln in Salzwasser kochen.

Das Gemüse mit den Tomaten und den Oliven in eine Auflaufform geben, salzen, pfeffern und im Backofen (Mitte) 15 Min. backen.

Mit den Kartoffeln servieren.

Tomatenbutter

~

ZUTATEN 30 g getrocknete Tomaten, 10 Cherrytomaten, 250 g Butter, 40 g Tomatenmark, frischer Thymian, frische Petersilie, Zitronensaft, Rohrzucker, Pfeffer, Salz

ZUBEREITUNG Die getrockneten Tomaten klein schneiden. Die Cherrytomaten vierteln, entkernen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden.

Die weiche Butter mit dem Tomatenmark, den Tomatenstückchen und den klein gehackten Kräutern mischen. Mit den Gewürzen und etwas Zitronensaft abschmecken.

Gefrorenes Gurken-Gazpacho

~

ZUTATEN ½ Gurke, 1 Zehe Knoblauch, 1 Paprika, grün, einige Blätter Minze und Petersilie, 100 g Joghurt, 10% Fett oder Schafsjoghurt, einen Spritzer Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Rohrzucker, einige Eisstiele

ZUBEREITUNG Die Gurke schälen und klein schneiden, Paprika in Stücke schneiden und den Knoblauch putzen. Minz- und Petersilienblätter zugeben und alles fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Rohrzucker und Zitronensaft abschmecken.

Den Joghurt mit Salz und Pfeffer würzen und als untere Schicht in Eisförmchen oder Schnapsgläschen füllen, darauf das Gurken-Gazpacho geben, einen Stiel (z.B. Holzstäbchen oder dicken Zahnstocher) hineinstecken und für mind. 6 Stunden einfrieren.

Erdbeer-Wraps

~

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN 2 Wraps, 250 g Erdbeeren, einige Blätter Minze, 1 Becher Mascarpone oder Quark, eventuell etwas Milch, 2 EL Kokosraspel, 2 EL Rohrzucker, etwas Zitronenabrieb, 100-150 g Erdbeer-crunchy (oder anderes Crunchy)

ZUBEREITUNG Die Erdbeeren klein schneiden, Minzblätter hacken. Mascarpone oder Quark mit ggf. etwas Milch, Kokosraspeln, Zucker und Zitronenabrieb zu einer Creme verrühren. Erdbeeren, Crunchy und Minze unterrühren. In die Wraps einrollen – fertig!