



REZEPTE: BUNTE AUSWAHL

1 Karottensuppe mit Limette (ca. 4 Portionen)

ZUTATEN:

1 Bio-Limette
250 g Karotten
1 kleine Chili (fein gehackt)
20 g Koriander oder Petersilie
20 g Butter
750 ml Wasser
1 Schuss Milch oder Sahne
Saft einer frischgepressten Orange

ZUBEREITUNG:

Von der Limette die Schale abreiben und den Saft auspressen, Karotten und Zwiebel schälen und in kleine Stücke schneiden. Gemüse, Limettenschale, Chili und die Hälfte des Korianders oder der Petersilie in Butter anschwitzen und danach mit Wasser und Limettensaft aufgießen und weichköcheln.

Die Suppe mit dem Stabmizer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und den übrigen Zutaten verfeinern.

Zur Suppe passt sehr gut ein kross gebratenes Baguette. Baguette in etwas Butter anrösten - nach Belieben kann es danach auch mit einem frischen Knoblauch abgerieben werden, um eine Nuance von Knoblauchgeschmack darauf zu erzielen.

2 Prosciutto-Paradeis-Pizza (ca. 2-3 Portionen)

ZUTATEN:

20 g Germ (keine Trockengerm)
125 ml Wasser (lauwarm)
300 g Mehl (glatt - es gibt auch spezielles Pizzamehl. Teig wird durch das Pizzamehl geschmeidiger und feiner im Geschmack)
60 ml Olivenöl
0,25 TL Salz
500 g Paradeiser, vorzugsweise Cocktailtomaten
100 g Prosciutto
80 g Kapernbeeren
2 EL Oregano (gehackt)
1 EL Rosmarin, fein gehackt (Nadeln)
60 g Parmesan
Salz
Pfeffer (grob geschrotet)
Mehl
Olivenöl

ZUBEREITUNG:

Germ im Wasser auflösen, mit Mehl, Öl und Salz zu einem geschmeidigen Teig kneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen.

Rohr auf 220°C vorheizen.

Teig nochmal kräftig durchkneten, rechteckig ausrollen, Ränder etwas dicker lassen. Teig auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und für ca. 10 Minuten vorbacken.

Paradeiser halbieren, abwechselnd mit Prosciutto und Kapernbeeren auf den Teigboden legen, salzen, pfeffern und mit Kräutern bestreuen.

Teig nochmals 15 bis 20 Minuten aufgehen lassen und im Rohr ca. 15 Minuten backen. Vor dem Anrichten mit Parmesanspänen bestreuen.

3 Apfel-Kaiserschmarrn (ca. 4 Portionen)

ZUTATEN:

1 Apfel (mittel)
2 EL Zitronensaft
1,5 Pkg. Vanillezucker
3 Eier (mittel)
300 ml Milch
130 g Mehl (vorzugsweise glatt)
Schale von 1/2 Bio-Zitrone
40 g Kristallzucker
30-40 g Butter
Prise Salz
Prise Zimt
Staubzucker
Handvoll Mandelblättchen
Zwetschenröster fertig

ZUBEREITUNG:

Apfel schälen, vierteln und Kerngehäuse ausschneiden. Apfel in 0,5 cm dicke Stücke schneiden, mit Zitronensaft beträufeln, mit Vanillezucker (1 Pkg.) und 1 Prise Zimt vermischen.

Rohr auf 180°C vorheizen. Eier in Dotter und Klar trennen. Milch mit Mehl, übrigem Vanillezucker, Zitronenschale und 1 kleinen Prise Salz glatt rühren. Dotter einrühren. Eiklar mit Zucker zu cremigem Schnee schlagen und unter den Teig heben.

In einer Pfanne mit hitzebeständigem Griff Butter erhitzen, Teig darin verteilen, mit Apfelstücken und Mandelblättchen bestreuen und bei schwacher Hitze 30 Sekunden anbacken. Schmarrn ins Rohr (mittlerer Schiene / Gitterrost 160-180 Grad) stellen und ca. 8 Minuten backen.

Teig halbieren und jedes Stück wenden. Schmarrn auf dem Herd kurz weiterbacken, in kleine Stücke teilen, anrichten und mit Staubzucker bestreuen und mit Zwetschenröster, nach Geschmack, servieren.

Liebe Studi's, ich wünsch euch wieder gutes Gelingen bei der diesmaligen bunten Auswahl an Rezepten
Eure Martina



Allergencodes: A,C,G,H,O

