

Griechische Käsekrapfen
Thonmousse
Hohrückensteak mit Zwiebelschweize
Röstitaler
Buschbohnen
Zitronendelicatesse mit frischen
Früchten

Griechische Käsekrapfen

Backofen auf 200° Ober- und Unterhitze oder 180° Umluft vorheizen.

100g Feta	} fein hacken	} alles gut vermischen und abschmecken
1 Bund Peterli		
1 Ei verquirlt		
50g Parmesan gerieben		
Salz, Pfeffer		

1 Blätterteig (320g)

ausgewallt in Quadrate von ca. 8 cm Seitenlänge schneiden, die Füllung in die Teigmitte verteilen. Den Rand mit Wasser bestreichen und den Teig zu Dreiecken überschlagen, die Ränder gut andrücken.

Kaffeerahm

die Krapfen bepinseln und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Im vorgewärmten Backofen 15-20 Min. backen.

Tipp: Als Vorspeise mit kaltem Gemüse/Salaten servieren.



Thonmousse

ergibt 8 Förmli à 1 dl. Förmli kalt ausspülen und den Boden evtl. mit Backpapier auskleiden.

300g Thon in Salzwasser
(Abtropfgewicht)
3 Esslöffel Joghurt nature

gut abtropfen und in Mixglas füllen.

zum Thon geben, mixen.

5 Blatt Gelatine
1 dl Wasser mit Bouillon

wässern
aufkochen und die gewässerte Gelatine darin auflösen.

1 dl Weisswein

beigeben, nicht mehr kochen, ebenfalls zum Thon geben und vermischen.

½ Teelöffel Essig
Aromat, Salz, Pfeffer, Maggi }

Masse (Flüssigkeit) abschmecken.

1-2 Tomaten concassé
2 Esslöffel Kapern }

auf den Förmliböden verteilen, die Thonmasse ebenfalls darüber leeren, im Kühlschrank fest werden lassen, zum Servieren stürzen.

Dill, Basilikum, Zitronenscheiben,
Salatblätter
frisches Flûte oder Brötli

zur Garnitur.
dazu servieren.

Tipp: Anstelle von Tomatenwürfeli Peperoniwürfeli verwenden.



Teller mit Thonmousse und
Sbrinzbröckli im Zucchini-mantel
(250808)

Hohrückensteak mit Zwiebelschweize

Pro Person

1 Hohrückensteak von 200-250g

Küchentemperatur annehmen lassen.

1 grosse Zwiebel

Bratbutter, Olivenöl oder Erdnussöl

schälen, halbieren und in Streifen schneiden.
in Bratpfanne mit Deckel erhitzen, die Zwiebelstreifen begeben und gut durch dämpfen. Sie dürfen golden, aber nicht schwarz werden.

wenig Weisswein oder Essig

bei Bedarf begeben, Zwiebeln zudecken und weiterdämpfen.

Salz, Pfeffer, Aromat

kräftig würzen.

Bratbutter oder Erdnussöl

erhitzen und die Hohrückensteak darin scharf anbraten, bei kleiner Hitze fertig braten.

Pfeffer, Salz, Knoblauchpulver, Aromat

Steak würzen und auf heisse Teller anrichten. Zwiebelschweize darüberggeben.



Röstitaler

siehe Verpackung (gefroren im Migros erhältlich)



Buschbohnen

250g Buschbohnen

rüsten, entfädeln.

Salzwasser }
Bohnenkraut }

aufkochen, die Bohnen begeben und sorgfältig ca. 30 Min. weichkochen. Wasser abschütten und je nach Menü mit etwas Butter abschmecken.

Zitronendelicatesse

1 Büchse ungezuckerte Kondensmilch (410g) über Nacht kühl stellen.

3 Eigelb }
100g Zucker }
Saft von 3 Zitronen }
1 Zitronenschale }

im Wasserbad unter ständigem Rühren zum Kochen bringen, leicht dicklich, sofort abkühlen.

3 Eiweiss
3 Esslöffel Zuckerzu Schnee schlagen,
begeben, weiterschlagen.

1 dl Rahm

steif schlagen,
Gekühlte Kondensmilch ebenfalls schlagen.
mit allen Zutaten sorgfältig mischen.

3-5 Esslöffel Limoncino

50g Petit Beurre

im Cutter oder in Plastiksack mit Wallholz zerkleinern. Cakeform mit Butter ausstreichen, Petit Beurre hinein streuen, Masse einfüllen und im Tiefkühler gefrieren. Cakeform kurz ins heisse Wasser tauchen, stürzen und in Tranchen schneiden, auf grossem Teller mit Früchten

Saisonfrüchte

anrichten.

Tipp: Portionen in kleine Förmchen abfüllen.

