

Gebackener Myzithra / Feigen / Rucola / Röstkarotten / Ingwer-Honig-Dressing

4 Personen

Gebackener Myzithra

400 g Myzithra (griechischer Ricotta)

1 TL Zitronensaft

Thymian

4 EL Olivenöl

4 TL Honig

Pfeffer

Myzithra mithilfe eines Esslöffels in Nocken auf einem Teller verteilen, mit den restlichen Zutaten würzen und bei 180 Grad 5 Minuten im Ofen backen.

Olivenöl und Honig in einer Pfanne leicht erhitzen. Feigen in Scheiben schneiden und kurz sautieren. Mit Salz abschmecken.

Frekeeh in reichlich gesalzenem Wasser für 30 Minuten weich kochen. Anschließend abseihen und kalt abspülen. Mit Olivenöl und Salz marinieren.

4 Feigen

1 EL Olivenöl

1 TL Honig

Salz

Die Karotten schälen und in lange Streifen schneiden. Aus den restlichen Zutaten eine Marinade herstellen und mit den Karotten vermengen.

In einem Schmortopf im Ofen bei 200 Grad 20 Minuten rösten. Einmal während des Garprozesses wenden.

400 g Frekeeh (Grünkern)

30 ml Olivenöl

Alle Zutaten für das Honig-Ingwer-Dressing in einem hohen Gefäß mixen und abschmecken.

Röstkarotten

200 g gemischte Karotten

Salz

Pfeffer

3 EL Olivenöl

2 TL brauner Zucker

1 Zweig Rosmarin

Honig-Ingwer-Dressing

200 ml Rapsöl

80 g Honig

90 ml Honigessig

2 TL Senf

2 TL Ingwerpüree

Salz, Pfeffer

Tipp: Myzithra ist ein griechischer Ricotta. Sie können diesen auch durch jeden anderen Frischkäse ersetzen. Anstelle des Honig-Ingwer-Dressings können Sie auch nur Olivenöl und Zitronensaft verwenden.



Gefüllte Calamari / Feta / Tomaten- Basilikum-Risotto / Sautierte Karotten

4 Personen

12 geputzte Calamari
100 g Feta, in Streifen
getrocknete Tomaten
Basilikum

Calamari putzen (wichtig dabei: innen den Schild entfernen). Den Feta in Streifen schneiden. Die Calamari mit Feta, Tomaten und Basilikum füllen, salzen und pfeffern. Die gefüllten Calamari bei mittlerer Hitze rund 5 Minuten mit Knoblauch grillen.

320 g Risottoreis
1 große Zwiebel
50 g Tomatenmark
250 ml Weißwein
1 l Gemüsefond
1 TL Oregano
1 Lorbeerblatt
1 Bund Basilikum
Salz
300 g Tomaten, gewürfelt
1 Chili, klein geschnitten
120 g Parmesan
80 g Butter

Die Zwiebel klein würfeln und mit Lorbeerblatt glasig anschwitzen, Risottoreis hinzufügen und salzen, Tomatenmark hinzugeben, alles gemeinsam rösten und mit Weißwein ablöschen. Bei kleiner Flamme immer wieder mit dem heißen Gemüsefond aufgießen und rühren. Die Tomaten würfelig schneiden. Sobald der Reis al dente ist, Kräuter, Chili und die gewürfelten Tomaten hinzugeben. Die Flamme ausschalten, kalte Butter und Parmesan einrühren und abschmecken.

240 g Karotten
40 g Butter
2 TL Zucker
Salz

Karotten schälen und schneiden, in gesalzenem Wasser bissfest blanchieren. In einer Pfanne die Butter schmelzen, Zucker hinzugeben. Wenn die Butter geschmolzen ist, die Karotten darin glasieren, würzen und abschmecken.

Um dem Gericht eine besondere Note zu verleihen, garnieren Sie es mit Basilikum-Pesto.

Tipp: Geübten Köchen natürlich bekannt, aber man kann es nicht oft genug sagen: Je mehr man das Risotto rührt, desto cremiger wird es.



Pistazien-Crème brûlée

Himbeerragout / Tonkabohne



Pistazien-Crème brûlée

Himbeerragout / Tonkabohne

4 Personen

Crème brûlée

250 ml Milch

500 ml Obers

125 g Zucker

2 g Tonkabohnen, gemahlen

1 EL Pistazienpaste

175 g Eigelb

Himbeerragout

500 g Himbeeren

100 g Gelierzucker 1:3

1 Vanilleschote, ausgekratzt

1 Prise Salz

Die Milch, Obers und Zucker mit zwei Prisen Tonkabohnen einmal aufkochen lassen, dann die Pistazienpaste hinzufügen.

Anschließend das Eigelb mit einem Schneebesen einrühren und unter ständigem Rühren bis auf 90 Grad erhitzen. Die Masse darf aber nicht zu kochen beginnen.

Nun die Masse in Formen mit 150 ml füllen und mit Dampf bei 100 Grad 30 Minuten pochieren. Sollte Ihr Ofen keine Dampffunktion haben, können Sie die Formen auch in ein Wasserbad stellen.

Nach dem Backen die Formen für 2 Stunden kalt stellen, dann mit weißem Zucker bestreuen und mit einem Bunsenbrenner abflämmen.

Die Himbeeren und den Zucker einmal aufkochen lassen, dann mit Vanille und Salz abschmecken.

Servieren Sie das Gericht mit italienischem Mandelgebäck (Cantuccini) und Himbeerragout.