

Rezepte für Donnerstag, den 20.10.22

Vorspeise Garnelencocktail

Zutaten für 4 Personen:

200 g Eismeer Garnelen, 1 Dose Mandarinen, 150 g Chicoree 0.5 Bund Dill 150 g Joghurt 50 g Mayonnaise Salz weißer Pfeffer, 3 TL Zitronensaft

Die Garnelen abspülen und abtropfen lassen. Von dem Saft der Mandarinen 2 EL abnehmen und beiseite stellen, den Rest abgießen.

Den Chicoree waschen und alles bis auf 4 Blätter in feine Streifen schneiden. Dill waschen und hacken. Joghurt mit Mayonnaise, Mandarinenensaft und dem übrigen Zitronensaft verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Garnelen, Mandarinen, Salat und Dill mit der Soße vermischen. In 4 Gläser je ein Chicoreeblatt stellen und mit dem Garnelencocktail auffüllen. Mit Dill garnieren und servieren.

Hauptspeise Labskaus

Zutaten für 4 Personen

- 200 g Corned Beef aus der Dose
- 800 g Kartoffeln, mehlig kochend
- 400 g Rote Beete, eingelegt
- 200 ml Gemüsebrühe
- 3 Zwiebeln
- 4 Gewürzgurken
- 2 EL Gurkenflüssigkeit, von den Gewürzgurken
- Rapsöl
- Salz und Pfeffer
- 4 Eier
- 4 Matjesfilets
- 4 Bismarkheringe

Zubereitung:

- Die geschälten und in kleine Stücke geschnittenen Kartoffeln mit den Lorbeerblättern in Salzwasser garen.
- Fein gewürfelte Zwiebeln ca. 10 Minuten auf mittlerer Flamme in Öl dünsten, das Corned Beef dazu geben, zerteilen und erhitzen. Die Hälfte der eingelegten Rote Beete ebenfalls würfeln und mitdünsten sowie etwas Gurkenflüssigkeit angiessen. Lasse alles 5 Minuten lang köcheln.
- In einem separaten Topf die Gemüsebrühe erhitzen und die gegarten Kartoffeln hinzugeben. Alles grob zu einem Kartoffelbrei zerstampfen. Dann die Fleisch-Beete-Zwiebelmasse unterrühren, alles mit den Gewürzen abschmecken und warmhalten.
- Jetzt die vier Spiegeleier braten.
- Zum Servieren den Labskaus-Brei mit jeweils einem Spiegelei, einem Matjesfilet, einem Bismarkhering etwas roter Beete und Gewürzgurke anrichten.

Dessert: Weintraubenbecher

Zutaten für 4 Personen:

400g weiße Weintrauben
400g blaue Weintrauben
500g Sahnequark
Saft von 1 Zitrone
2 Päckchen Vanillezucker
1-2 EL geriebene Zitronenschale
Zucker nach Bedarf
2-3 EL Butter oder Margarine
2 Tassen kernige Haferflocken
2-3 EL Zucker

Zubereitung:

1. Die weißen und blauen Weintrauben waschen, gut abtropfen lassen, halbieren und je nach Bedarf entkernen.
2. Sahnequark mit dem Zitronensaft, dem Vanillezucker in eine Schüssel geben, glattrühren und mit Zucker nach Geschmack süßen.
3. Die Butter oder Margarine in einer Pfanne erhitzen und die kernigen Haferflocken darin kurz rösten. Mit Zucker bestreuen und erneut kurz rösten und bereitstellen.
4. Schichtweise weißen und blaue Weintrauben und Sahnequark sowie Haferflocken in Gläser füllen.
5. Den Weintraubenbecher ausgarnieren und sofort servieren.