

## Bunter Salat mit Joghurt-Dressing

**Zutaten für 4 - 6 Portionen:** ½ Kopf Lollo Rosso, ½ Kopfsalat (Blattsalate können je nach Geschmack und Anzahl der Gäste variieren), Radieschen, Cherry-Tomaten, 1 rote Zwiebel

Zutaten für das Joghurt-Dressing: 300 ml Natur-Joghurt (2 Becher), 6 EL Essig (oder Zitronensaft), 5 EL neutrales Öl (z.B. Rapsöl), 2 TL Senf, Salz, weißer Pfeffer, Zucker (Menge nach Geschmack)

### Zubereitung:

Salate putzen und waschen, trockenschleudern.

Radieschen vierteln, Cherry-Tomaten halbieren. Rote Zwiebel in dünne Scheiben hobeln.

Blattsalate auf einem großen Teller trocken anrichten. Tomaten, Radieschen und Zwiebel darüber verteilen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer und etwas Salz die Tomaten und die Radieschen bestäuben.

Joghurt, Senf und Essig bzw. Zitrone in einen Becher geben, mit Salz, weißem Pfeffer und etwas Zucker würzen. Mit dem Mixer gut verrühren und nach und nach das Öl dazugeben. Nochmals mit Salz und Pfeffer bzw. Zucker abschmecken.

Etwas Dressing über den Salat verteilen. Restliches Dressing dazustellen und nach Bedarf nachholen.

## Bruschetta

**Zutaten für 4 - 5 Portionen:** 5 Fleischtomaten oder Strauchtomaten, 2 Knoblauchzehe, 5 EL Olivenöl, Extra Vergine, Ciabatta, ½ Bund Basilikum, 1 TL Gewürzmischung (Tomatengewürzsalz), ersatzweise Salz und Pfeffer

### Zubereitung:

Zuerst die Tomaten waschen, vom Grün befreien, halbieren und dann in kleine Würfel schneiden. Basilikum grob hacken und zu den Tomatenstücken geben würzen und gut durchmischen. Etwas ziehen lassen.

In der Zwischenzeit das Ciabatta in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Die Brotscheiben in der Pfanne, Toaster oder im Backofen rösten. Nach dem Rösten die Brotscheiben mit Knoblauch einreiben. Die Tomaten-Basilikum-Mischung darauf verteilen und mit reichlich Olivenöl beträufeln.

## Pizza - Hackbraten

Zutaten für 6 Portionen: 1 Brötchen (vom Vortag), 3-5 Tomaten (je nach Größe), je 1 rote und gelbe Paprikaschote, 2 rote Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 700 g Hackfleisch, (Halb + Halb), 2 Eier, 1 TL Thymian, (getrocknet), 1 TL Oregano, (getrocknet), Salz und Pfeffer, 2 EL Olivenöl, Öl, für das Backblech oder

Backpapier, 200 g Käse (gerieben) Emmentaler oder Gouda, ½ Bund Basilikum

### **Zubereitung:**

Brötchen in Wasser einweichen. Die Tomaten waschen und putzen und in Spalten schneiden. Paprika putzen, vierteln und entkernen und in Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Knoblauch ebenfalls abziehen und sehr fein hacken.

Hackfleisch mit dem gut ausgedrückten Brötchen, Knoblauch, Eiern und Gewürzen verkneten. Mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Den Backofen auf 225°C vorheizen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln, Paprika und Tomaten kurz darin andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Hackteig zu einem länglichen Laib geformt auf das Backblech geben. Den Hackteig etwas flach drücken dabei rundum einen kleinen Rand stehen lassen.

Darauf achten, dass man die Mulde nicht zu tief eindrückt wird. Die Gemüsemischung darauf verteilen.

Im heißen Ofen bei 225°C in ca. 30 Minuten garen.

Den Hackbraten aus dem Backofen holen, einige Basilikumblättchen und den Käse darüber geben. Nochmals für 10 – 15 Minuten bei 200°C in den Backofen geben.

Den fertig gegarten Pizza-Braten in Portionsstücke schneiden und mit frisch gehacktem Basilikum bestreuen.

### **Kartoffelspalten mediterran**

Rezept für 4 Personen: Kartoffeln, mittelgroß bis klein, festkochend (ca. 2 Kartoffeln p.P.), 2 EL Olivenöl, evtl. auch etwas mehr, 1 TL Rosmarin, frisch (gehackt) oder getrocknet, 2 TL Kräuter, italienische oder französische Mischung, 1 TL Paprikapulver (edelsüß), Pfeffer (weiß, gemahlen), Salz

### **Zubereitung:**

Neue Kartoffeln (Menge nach Bedarf) evtl. mit Schale längs vierteln, andere vorher schälen und in Wasser legen. Noch einmal abspülen, damit die Stärke von der Oberfläche geht, dann gut abtropfen lassen und mit Küchentuch noch etwas nachtrocknen. Die Kartoffeln in einen Gefrierbeutel füllen. Das Olivenöl und die Gewürze, bis auf das Salz zufügen. Den Beutel verschließen und alles darin gut vermengen.

Wenn man möchte, kann man die Mischung eine Weile ziehen lassen (gut vorzubereiten).

Kartoffelspalten bei 200°C Umluft im Backofen auf Backpapier auf dem Rost 30 - 45 Minuten garen, zwischendurch wenden.

Die fertigen Kartoffelspalten in eine Servierschüssel füllen, leicht salzen und servieren.

## **Schnelle Tomatensoße**

**Zutaten für ca. 4 Portionen:** 1 Zwiebel, etwa 2 EL Speiseöl, z. B. Olivenöl, 1 EL Tomatenmark, 1 Dose stückige Tomaten (400 g), 4 EL Gemüsebrühe, etwas gehackter Thymian, 1 Becher Crème fraîche, Salz, Pfeffer

### **Zubereitung:**

Zwiebel abziehen und fein würfeln.

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel darin andünsten.

Tomatenmark zugeben und verrühren.

Die stückigen Tomatenwürfel, Gemüsebrühe und Thymian hinzufügen, alles unter Rühren zum Kochen bringen.

Crème fraîche unterrühren.

Mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken

## **Vanillepudding mit Rumtopf**

**Zutaten für 4-5 Portionen:** 2 P. Vanillepuddingpulver, 1 l Milch, 80 g Zucker, Rumtopf

### **Zubereitung:**

Den Vanillepudding nach Angabe des Herstellers zubereiten und abkühlen lassen.

Rumtopf, der im Vorjahr angesetzt wurde, je nach Geschmack und Vorliebe über den abgekühlten Pudding geben.