

„50 Shades of Green“-Party in Reutlingen

Rezepte von **Saskia Plewe**

Zutaten für 4 Personen

Vorspeise

Bohnenpasta mit Mangold-Limetten-Sahnesoße und Lachs

Feige mit Ziegenkäse

Zutaten:

Feige mit Ziegenkäse:

4 Feigen
4 dünne Scheiben
Ziegenfrischkäse
ca. ein Teelöffel Honig
getrocknete Rosenblüten nach
Geschmack

Bohnenpasta:

Edamame und Mungobohnen-
Nudeln für 4 Personen
600 g Lachs
ca. 200 ml Sahne
3 Möhren
1 Bund Mangold
1 Zwiebel
1 TL Gemüsebrühe
Limettensaft nach Geschmack
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Feigen mit Ziegenkäse

Die Feigen kreuzförmig einschneiden und mit einer dünnen Scheibe Ziegenfrischkäse befüllen. Etwas Honig darüber verteilen und in den vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Umluft für ca. 5 Minuten backen. Die Feigen aus dem Ofen nehmen und mit ein paar getrockneten Rosenblüten garnieren.

Bohnenpasta mit Mangold-Limetten-Sahnesoße und Lachs

Nudeln nach Packungshinweis kochen.

Möhren, Zwiebel, Mangold fein schneiden. Zuerst Zwiebeln und Möhren in einer Pfanne glasig dünsten, dann Mangold hinzufügen. Mit Sahne und Gemüsebrühe ablöschen. Anschließend mit Limette abschmecken. Im Anschluss den Lachs kurz anbraten und zu den Nudeln geben.

Hauptgang

Lammrückenfilet mit Rucola-Kartoffelbrei und grünem Linsensalat

Zutaten:

Lammrückenfilet:

600 g Lammrückenfilet
1 Bund Minze
Knoblauch nach Geschmack
Limettenschale einer Limette
Salz und Pfeffer

Rucola-Kartoffelbrei:

500 g Kartoffeln
1 Bund Rucola
¼ L Milch
1 EL Butter
ca. 1 EL Parmesan
Olivenöl
Wasabi Paste nach Geschmack
Salz, Pfeffer und Muskat
nach Geschmack

Linsensalat:

250 g grüne Alblinsen
200 g Champignons
2 grüne Äpfel
2 ½ Zwiebeln
etwas Rohrzucker zum
Anschwitzen
Olivenöl nach Geschmack
Balsamico Essig nach
Geschmack
Holunderblütensirup nach
Geschmack
Salz und Pfeffer nach
Geschmack

Tomatenjus:

400 g Tomaten
5 getrocknete Tomaten
½ Zwiebel
1 EL Holundersirup
1 EL Holunderlikör
Balsamico Essig nach
Geschmack
1-2 Blättchen frisches Basilikum

Zubereitung:

Lammrückenfilet:

Backofen auf 50 Grad vorheizen.

Pfefferminze fein schneiden. Limetten mit Sparschäler schälen, die Schalen fein schneiden. Knoblauch pressen. Alle Zutaten vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. In dieser Marinade die Lammrückenfilets wälzen. Die Filets anschließend in einer Pfanne scharf anbraten und je nach Dicke noch bei 50 Grad im Backofen ruhen lassen.

Rucola-Kartoffelbrei:

Kartoffeln schälen, kleinschneiden und in Salzwasser kochen. Kartoffeln durch eine Presse drücken und mit erwärmter Milch und etwas Butter zu einem geschmeidigen Brei verrühren. Mit Salz und etwas Muskat abschmecken.

Rucola waschen und trocken schleudern. Mit etwas Parmesan und Olivenöl in einem Gefäß zu einer Art Pesto pürieren. Dann das Pesto unter den Kartoffelbrei geben und mit etwas Wasabi Paste nach Geschmack verfeinern.

Linsensalat:

Linsen nach Packungshinweis kochen. Zwiebeln würfeln. Champignons in feine Scheiben schneiden. Ebenso die Äpfel. Zwiebeln mit etwas Salz und Rohrzucker anschwitzen und die Champions zugeben und kurz anbraten. Mit Balsamico Essig ablöschen. Anschließend Äpfel unter die Linsen geben und alles mit etwas Öl, Holunderblütensirup und Salz und Pfeffer abschmecken.

GARTEN & Lecker

Tomatenjus:

Tomaten waschen und würfeln. ½ Zwiebel würfeln. Getrocknete Tomaten fein hacken. Alles in der Pfanne mit etwas Holunderlikör und Holundersirup einkochen bis eine sämige Soße entsteht. Anschließend mit Basilikum, Salz und Balsamico Essig abschmecken.

Dessert

Matchaeis und Pistazienmacaron

Zutaten:

Matchaeis:

200 g Sahne
3 EL Agavendicksaft
1 EL Kräuterlikör
(z.B. Tunel aus Mallorca)
5 TL Chai Latte Pulver
2 TL Matchapulver

Macarons:

1 Schale Blaubeeren, frisch
150 g Schokolade, hell
150 g Sahne
100 g Pistazien, gemahlen
100 g Puderzucker
90 g Eiweiß
30 g Zucker
20 g Hanfmehl
2 TL Matchatee
1 Prise Salz

Zubereitung:

Matchaeis:

Matchapulver, Chai Latte Pulver und Sahne cremig schlagen. Anschließend Agavendicksaft und Kräuterlikör zugeben und im Gefrierschrank einen Tag einfrieren.

Macarons:

Pistazien, Puderzucker und Hanfmehl vermengen und nochmal sieben. Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen. Dann die Pistazienmischung vorsichtig löffelweise unterheben. Es entsteht ein luftiger Teig. Den Teig mit Hilfe eines Spritzbeutels zu ca. 2 cm großen Häufchen auf ein Backpapier spritzen. Die Macarons 20 Minuten ruhen lassen und anschließend bei 150 Grad im vorgeheizten Backofen ca. 10 bis 15 Minuten backen.

Drei Esslöffel Sahne abnehmen und das Matchapulver darin auflösen. Die übrige Sahne erhitzen und die Schokolade langsam darin schmelzen. Das Matchapulver zugeben. Die Masse im Kühlschrank kaltstellen. Wenn alles gut abgekühlt ist, mit dem Handrührgerät so lange aufschlagen bis eine geschmeidige Creme entsteht. Die Macarons mit Hilfe eines Spritzbeutels mit der Creme befüllen. Für den Fruchtspiegel, die Blaubeeren passieren und auf dem Teller hübsch verteilen.