

Menü des Monats Juli 2010

Carpaccio vom Lamm mit Pesto
Rucola Risotto
Broccoli mit Tomaten
Apfelkuchen „Elke R.“

Rezepte und Zubereitung für 4 Personen

Carpaccio vom Lamm mit Pesto

150 g Lammrücken ohne Knochen rose angebraten
danach leicht angefroren
40 g Walnusskerne fein gehackt
½ Knoblauchzehe fein gehackt
Salz
½ Bund Basilikum fein gehackt
50 g geriebenen Parmesan
4 El Olivenöl
2 Kartoffel mittelgroß geschält und in feine Streifen geschnitten
zusammen mit den
100 g Prinzessbohnen in Gemüsebrühe kurz blanchieren

Für das Pesto die Walnusskerne, Basilikum und Knoblauch vermischen und salzen
Parmesan und Olivenöl untermischen nochmals abschmecken
Lammrücken in sehr dünne Scheiben aufschneiden
auf einem Teller fächerförmig anrichten leicht salzen und pfeffern
Pesto über die Lammscheiben verteilen und mit den Kartoffelstreifen und Bohnen garnieren.

Risotto mit Rucola

150 g Frühlingszwiebel gewaschen und in feine Röllchen schneiden
50 g Butter
250 g Rundkornreis
1 l Gemüsebouillon
140 geputzter Rucolasalat
1 El Butter
Salz und Pfeffer
100 g geriebener Bergkäse
2 El Rahm

Zwiebel in Butter andünsten
Reis mitdünsten
Gemüsebouillon zügig unterrühren
Den Reis bissfest kochen
Den Rucola in etwas Butter andünsten kurz vor dem Servieren unter den Reis mischen
Rahm und geriebener Bergkäse unterziehen und nochmals abschmecken

Broccoli mit Tomaten

500 g Broccoli in kleine Röschen geteilt und gewaschen
1 große Zwiebel geschält und gewürfelt
1 Knoblauchzehe geschält gehackt
3 Sardellenfilet ohne Öl fein gehackt
1 El Schnittlauchröllchen
1 El Rotweinessig
2 El Olivenöl
1 Tl Senf
1 Tl Zucker
Salz und Pfeffer
250 gewürfelte Tomaten aus der Dose

Brocolliröschen 5 Minuten in Salzwasser kochen

Warm stellen
Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl andünsten
Essig dazu geben
Sardellenfilet, Senf, Zucker Tomatenwürfel dazu geben
Leicht einkochen lassen und nachwürzen
Tomatensauce über den Broccoli geben und mit Schnittlauch bestreuen.
Heiß servieren

Apfelkuchen „Elke S.“ 4-6 Personen

80 g Zucker
200 g Wasser
1TI abgeriebene Zitronenschale
3 El Orangensaft
1 Zimtstange
500 g säuerliche Äpfel geschält und in Spalten geschnitten

Teig

150 g Butter weich
150 Zucker
200 g Mehl
etwas abgeriebene Zitronenschale
3 Eier
Puderzucker und Semmelbrösel

Wasser mit Zucker, Zitronenschale, Orangensaft und Zimtstange aufkochen,
Apfelspalten dazu geben nochmals 1-2 Minuten kochen lassen
Abkühlen und gut abtropfen lassen, Zimtstange entfernen
Weiche Butter und Zucker schaumig rühren
Eier, Zitronenschale und Mehl unterrühren
Backofen auf 170 Grad vorheizen
Eine Springform (24cm Durchmesser) ausbuttern
Mit etwas Semmelbrösel ausstreuen
Die Hälfte vom Teig in die Form geben
Apfelspalten darauf verteilen
Den restlichen Teig darüber streichen
35-40 Minuten auf der unteren Schiene backen
zum Schluss mit etwas Puderzucker bestreuen