

Hasselback Potatoes



4–6 mehlige Kartoffeln, mittelgroß (ca. 800 g)
3–4 EL Olivenöl
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
40 g gemischte Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Kresse ...)
50 g Parmesan

Kartoffeln waschen, trocknen und im Abstand von ca. einem halben Zentimeter einschneiden – aber nicht durchschneiden! Mit Olivenöl einpinseln, mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln bei geschlossenem Deckel ca. 20 Minuten grillen. Kartoffeln mit unterschiedlichen Kräutern oder Parmesan garnieren und weitere zehn Minuten grillen. Mit Toppings warm servieren.

Tipp: Mithilfe von zwei Hölzchen die Kartoffel aufbocken, dann gelingt es leicht, nicht bis nach unten zu schneiden.

Die besten Toppings:
Halloumi, Zucchini und Balsamico-Zwiebeln
Con Pebre mit Petersilie, Tomate, Kapern, Schalotte, Olivenöl und Limettensaft
Crème fraîche & Kaviar oder Lachs
Pico de Gallo mit Korander, Avocado, Oliven, Limettensaft und Chili

Rezepttipp

von Christoph Mayrhofer,
Küchenleiter am Klinikum
Standort Wels



Gefüllte Auberginen



3 Auberginen
grobtes Meersalz, Olivenöl
Knoblauch
150 g Feta
15 g Petersilie, glatt
50 g Johannisbeeren
50 g Hüttenkäse
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Olivenöl

Auberginen längs halbieren, Fruchtfleisch in Rauten einschneiden, Rand aussparen. Schnittflächen mit grobem Meersalz einreiben, auf Backblech legen, mit Frischhaltefolie abdecken und 15 Minuten ziehen lassen. Überschüssiges Salz abstreifen und mit Olivenöl beträufeln. Für ca. zehn Minuten bei geschlossenem Deckel grillen, dabei einmal wenden. Für die Fülle Knoblauch hacken, Feta würfeln. Beides mit gehackter Petersilie, Johannisbeeren und Hüttenkäse in eine Schüssel geben. Fruchtfleisch aus den Auberginen lösen, mit restlichen Zutaten mischen und würzen. Auberginenhälften füllen und nochmals für ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel grillen.

Rezepttipp

von Christoph Mayrhofer,
Küchenleiter am Klinikum
Standort Wels



Ketchup, Senf & Mayo ohne Ei



Ketchup

200 g Tomatenmark, eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe in Öl kurz anrösten. Mit 150 ml Wasser ablöschen und aufkochen. 1 EL Apfelessig, 2 EL Ahornsirup (optional Zucker) und 1 TL Salz hinzufügen und einkochen lassen. Im Anschluss fein pürieren und noch heiß in sauberen Gläsern verschließen. Kann optional mit Chili oder Curry verfeinert werden.

Senf

Jeweils 100 g helle und dunkle Senfkörner im Mixer fein mahlen. Achtung: Pausen einlegen, damit das Mehr nicht heiß wird und bitter schmeckt! 280 ml Apfelessig mit 100 ml Wasser in einem Topf erhitzen und wieder abkühlen lassen. Senfmehl mit 2 TL Salz und 70 g Zucker unterrühren. Mit 1 TL Kurkuma erhält der Senf eine schöne Farbe. Zehn Minuten ziehen lassen. Bis zur gewünschten Konsistenz pürieren und in sterilen Gläsern lagern.

Majo ohne Ei

100 ml Sojamilch ungesüßt mit halbem TL Senf mittelscharf und ein wenig Salz mit Stabmixer glattrühren. Auf höchster Stufe mixen und 220 g Raps- oder Sonnenblumenöl langsam hinzugeben, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Halben EL Zitronensaft untermixen.

Rezepttipp

von Christoph Mayrhofer,
Küchenleiter am Klinikum
Standort Wels

