

Mediterrane Brettljausn



Zur mediterranen Brettljausn passen Salami, Parmaschinken, Lachsschinken, Lardo mit Käferbohnen, getrocknete Tomaten, Oliven, frischer Parmesan, Rot-schmierkäse, Tomatenaufstrich, gebratene Zucchini, Paprika und Auberginen.

Tomatenaufstrich

0,25 kg Landfrischkäse
0,10 kg getrocknete Tomaten
Olivenöl
Walnüsse
Zwiebel
Knoblauch
Basilikum
Salz, Pfeffer

Getrocknete Tomaten, Zwiebel, Knoblauch und Walnüsse fein hacken, mit dem Landfrischkäse vermischen, mit Olivenöl verfeinern und abschmecken.

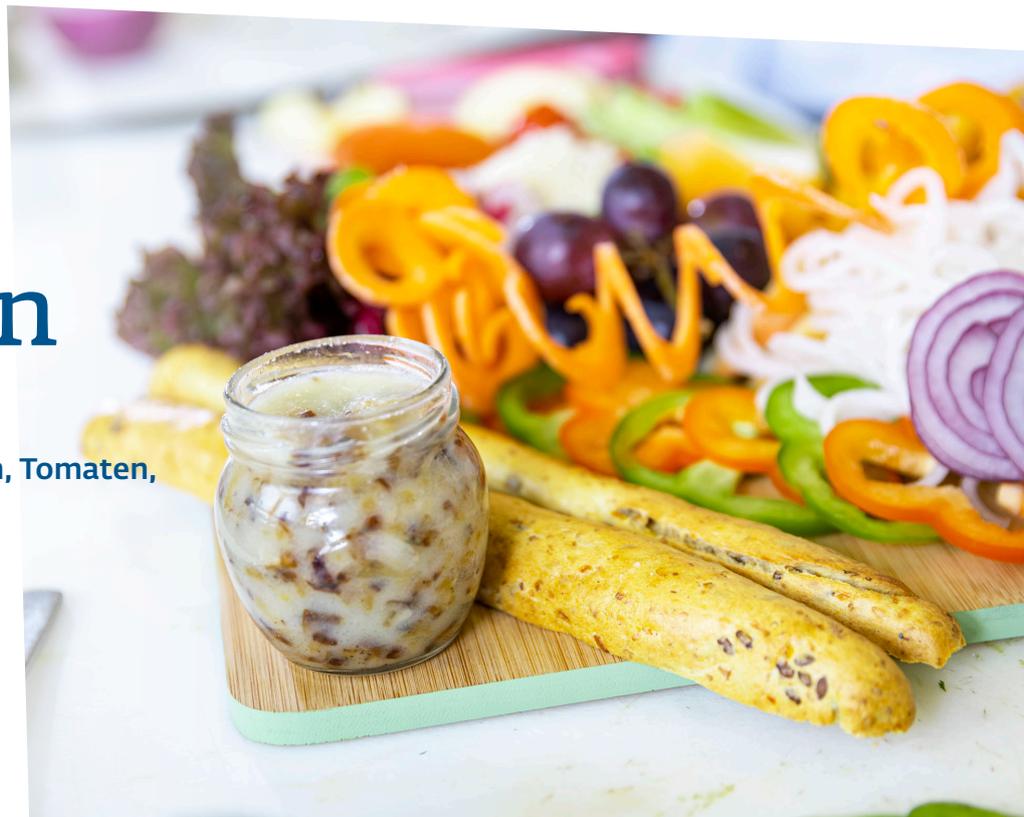
Vegetarische Jause

Vegetarische Brettljausn mit verschiedenen Käsesorten: Traungold, Schlossdamer, Emmentaler, Liptauer, Kartoffelkäse, Walnüssen, Schlierbacher, Brie, Weintrauben, Äpfeln, Butter und Zucchini-Chutney



Vegane Brettljausn

mit Äpfeln, Weintrauben, Gurken, Tomaten,
Paprika und Fenchel



Veganes Apfel-Zwiebel-Schmalz

200 g Kokosfett und 90 ml Sonnenblumenöl
1 Zwiebel, 1 Apfel, 1 Knoblauchzehe
Salz, Majoran, Bohnenkraut,
Kümmel, Paprikapulver

Zwiebel und Apfel schälen, klein würfeln. Zwiebelwürfel in Pfanne in etwas Öl anbraten, bis sie goldbraun werden. Apfelwürfel hinzufügen und kurz mitbraten. Etwas abkühlen lassen. Kokosfett bei schwacher Hitze in einem Topf schmelzen, Sonnenblumenöl hinzufügen und vom Herd nehmen. Achtung: Kokosfett schmilzt relativ schnell! Währenddessen kann man sich den Gewürzen widmen: Salz, Majoran, Bohnenkraut, Kümmel und Paprikapulver im Mörser zermahlen. Wer mag, kann zusätzlich andere getrocknete Kräuter verwenden oder am Mischverhältnis etwas ändern – ganz nach eigenem Geschmack. Das Zwiebel-Apfel-Gemisch und die Gewürze in das noch flüssige Fett rühren und in Schraubverschlussgläser abfüllen.

Tipp vom Küchenchef:

Ca. vier Stunden in den Kühlschrank stellen und zwischendurch immer wieder wenden, damit sich die Apfel-Zwiebel-Würfel gleichmäßig verteilen. Gut gekühlt hält das Zwiebelschmalz ein paar Monate.

Rezepttipp

von Christoph Mayrhofer,
Küchenchef am Klinikum-
Standort Wels



Vegane Brettljausn

mit Äpfeln, Weintrauben, Gurken, Tomaten,
Paprika und Fenchel



Käferbohnen Tartar

400 g gekochte Käferbohnen, Salz, Pfeffer, 1 rote Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, Petersilie, 1 halbe Zitrone, Zucker, Apfelsaft

Käferbohnen über Nacht einweichen und am nächsten Tag kochen. Etwa zwei Drittel davon mit dem Messer zerkleinern, das restliche Drittel pürieren. Die gehackten Bohnen mit einer fein geschnittenen Zwiebel sowie mit Knoblauch, Petersilie und den pürierten Bohnen verrühren, mit Apfelsaft und etwas Öl (Oliven- oder Kernöl) in die richtige Konsistenz bringen.

Kürbiskernhummus

1 Dose Kichererbsen abseihen. Mit 1 EL Tahin (Sesammus), 50 ml Wasser, Saft einer halben Limette, 1 EL Kürbiskernöl, 3 EL gehackte Kürbiskerne, Salz und Pfeffer in einen Mixer geben und fein pürieren.

Rezepttipp

von Christoph Mayrhofer,
Küchenchef am Klinikum-
Standort Wels

