

Bruschetto von Auberginen und marinierten Tomaten



Angaben für 4 Personen

So wird's gemacht!

0,5 kg Auberginen in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden und in 1cl Olivenöl braten. Danach mit Salz, Pfeffer und wenig gehacktem Knoblauch würzen. 5 Tomaten schälen und Kerne entfernen, Fruchtfleisch in Würfel von 0,5 cm schneiden. Aus frischem Basilikum und Petersilie, Olivenöl und 50 g Pinienkernen ein Pesto zubereiten. Tomatenwürfel mit Pesto und Limettensaft marinieren und die gebratenen Auberginen damit bestreichen.

Tipp! Tomaten schälen leicht gemacht

Strunk ausschneiden, Haut kreuzförmig einritzen. Geben Sie die Tomaten für ca. 30 Sekunden in kochendes Wasser. Dann legen Sie die Tomaten mit einer Schöpfkelle vorsichtig in Eiswasser. Nun löst sich die Haut fast wie von alleine von der Tomate!

Rezepttipp

von Christoph Mayrhofer und Michael Cervek, Küchenchefs am Klinikum-Standort Wels



Pastinaken- Rote-Rüben- Suppe

Rezept für 4 Personen



So wird's gemacht!

100 g Zwiebel in 25 g pflanzlicher Margarine (milchfrei!) anziehen lassen, 100 g geschälte Äpfel, 0,5 kg geschnittene Pastinaken und 12,5 g rohe geschälte Rote Rüben mitsautieren, mit Wasser aufgießen, salzen, Pfeffer, Kümmel, Lorbeerblätter und Koriander in einen Teefilter geben und mitdünsten. Gemüse weichkochen und Suppe fein mixen. 12,5 g kleine Rote-Rüben-Würfel und Pastinaken-Chips (feine Pastinaken-Scheiben einfach in Öl frittieren) als Einlage begeben.

Rezepttipp

von Christoph Mayrhofer und Michael Cervek, Küchenchefs am Klinikum-Standort Wels



Rosa gebratene Lammkronen

auf Caponata-Muntagnola, Thymianjus
und feiner Polenta



So wird's gemacht!

Thymianjus

Karrees aus 1 kg ganzem Lammrücken auslösen (oder vom Fachmann auslösen lassen), restliche ausgelöste Knochen, 1 Karotte, 1 Zwiebel und 1 Petersilienwurzel Nuss-groß hacken. Gehackte Knochen gut anrösten, später Gemüse mitrösten, 1 Esslöffel Tomatenmark begeben und mit Wasser mehrmals ablöschen. Frischen Thymian, Salz, Pfefferkörner, Wacholderbeeren und Lorbeerblatt hinzufügen, danach Ansatz einige Stunden köcheln lassen, abseihen und einkochen lassen (eventuell mit etwas Maizena binden), abschmecken.

Caponata-Muntagnola

1 Paprika rot, 1 Paprika gelb, 1 Zucchini und 1 Zwiebel in grobe Würfel schneiden, Oliven halbieren, 2 Knoblauchzehen in feine Scheiben schneiden. Chilischote und Blattpetersilie und Ingwer in feine Streifen schneiden, Paprika und Zwiebel in 1 cl Olivenöl sautieren, 50g Oliven und 50g Kapern begeben. Kernig dünsten, 1 Esslöffel Tomatenmark hinzufügen und mit Salz, Pfeffer, Petersilie, Ingwer und Chilischote würzen

Polenta

0,5 l Wasser aufkochen, salzen, 250g Maisgrieß einrühren, 20 Minuten ziehen lassen, mit 1cl Trauben-Kernöl verfeinern, mit Salz, Kardamom und Pfeffer abschmecken.

Rosa gebratene Lammkronen

Ganzes Lammkarree in Olivenöl anbraten, 1 frischen Thymianzweig begeben und mitbraten, mit Salz und frisch gemahlene Pfefferkörnern würzen, im Backrohr bei 130°C zur gewünschte Garstufe fertigziehen lassen. Zum Anrichten aufschneiden.



Reistag- Apfeltasche

Angaben für 4 Personen



So wird's gemacht!

5 Äpfel schälen, Kerne entfernen und in Würfel schneiden, mit etwas Piment oder Zimt würzen. 3 EL Honig in einer Pfanne erhitzen und mit etwas Apfelsaft verdünnen, Äpfel beimengen, kurz dünsten und etwas eindicken und abkühlen lassen. Äpfel auf 4 Blätter befeuchtetem Reisteig (gibt es fertig in fast jedem Supermarkt zu kaufen) verteilen und zu einer Tasche zusammenschlagen. In 0,5l heißem Rapsöl goldgelb backen. Abtropfen lassen und mit Staubzucker anrichten.

Rezepttipp

von Christoph Mayrhofer und
Michael Cervek, Küchenchefs
am Klinikum-Standort Wels

