



Pfirsich - Ginger - Mojito
Brötchen mit roter Pesto

Salat mit Zitronencrevetten

Cashew - Chicken
Basmati Reis

Kokoscreme mit Ananas



Pfirsich - Ginger - Mojito

Personen: 6

Zutaten:

- 12 Pfefferminzblätter
- 1 Limette
- 9 EL Pfirsichsirup
- 24 EL Crushed Ice (zerstossenes Eis)
- 3 dl Ginger Ale
- 3 dl Mineralwasser mit Kohlensäure



Brötchen mit roter Pesto



Salat mit Zitronencrevetten Für 4 Personen

Vor- und zubereitung: ca. 25 Min.



Vinaigrette

- 2 EL Aceto balsamico bianco
- 3 EL Olivenöl
- 1 kleine Schalotte
- 1 EL glattblättrige Petersilie,
fein gehackt

alles in einer Schüssel gut mischen

nach Bedarf Salz, Pfeffer

würzen

Zitronencrevetten

- 1 EL Olivenöl
- unbehandelte Zitrone,
nur 1/2 abgeriebene Schale
- 12 rohe, bis auf das Schwanzende
geschälte Crevettenschwänze
(ca. 300g)

in einer Schüssel verrühren

längs bis zum Schwanzende aufschneiden,
begeben, mischen

- 1/2 EL Olivenöl

in einer grossen beschichteten Bratpfanne
heiss werden lassen

Crevettenschwänze

am Schwanzende fassen, so in die Pfanne
setzen, dass die beiden Hälften V-förmig auf
dem Pfannenboden liegen, bei mittlerer Hitze
ca. 3 Min. braten, Pfanne von der Platte
ziehen

- 2 Prisen Salz, wenig Pfeffer

würzen

- 200g Blattsalat
- 150 g Cheery - Tomaten, halbiert

mit der Vinaigrette mischen, auf den Teller
verteilen, mit je 3 Crevetten garnieren

Cashew - Chicken

Für 4 Personen

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Marinieren: ca. 30 Min.

Chicken

2 EL Maizena

2 EL pikante Sojasauce

1 EL Reiswein oder trockener Sherry

450 g Pouletbrüstli, längs halbiert, quer in ca. 1 1/2 cm grossen Stücken

Gemüse

100 g Cashewnüsse, grob gehackt

Erdnussöl zum Rührbraten

100 g Shiitakepilze, evtl. halbiert oder geviertelt

100 g Schlangenbohnen, in ca. 5 cm grossen Stücken

125 g Mini - Zuckermais, längs halbiert

230 g Bambussprossen

3 cm Ingwer, fein gerieben

1 - 2 rote Chilis, entkernt, fein gehackt

Erdnussöl zum Rührbraten

2 KL Maizena

3 EL Sojasauce

2 EL Reiswein oder trockener Sheery

2 dl Hühnerbouillon

20 g Schnittknoblauch, in 5 mm breiten Stücken



Zubereitung

Chicken: Für die Marinade Maizena mit Sojasauce und Reiswein verrühren. Pouletstücke darin wenden, zugedeckt im Kühlschrank ca. 30 Min. marinieren.

Gemüse: Nüsse im Wok bei mittlerer Hitze unter Rühren rösten, herausnehmen, beiseitestellen. Erdnussöl in derselben Pfanne heiss werden lassen. Shiitakepilze und alle Zutaten bis und mit Ingwer begeben, ca. 5 Min. rührbraten. Chili darunter mischen, Gemüse herausnehmen, beiseitestellen.

Wenig Erdnussöl in derselben Pfanne heiss werden lassen, Poulet portionenweise je ca. 3 Min. rührbraten. Gemüse wieder begeben, mischen. Für die Sauce Maizena mit allen Zutaten bis und mit Bouillon gut verrühren, dazugiessen, bei kleiner Hitze ca. 5 Min. köcheln. Schnittknoblauch und beiseitegestellte Cashewnüsse kurz vor dem Servieren darunter mischen.

Dazu passt: Basmati-Reis

Kokoscreme mit Ananas

Zutaten für 4 Personen

1 Dose	Kokosmilch (ca. 400ml)	
1/2 EL	Limettensaft	
3 EL	Zucker	
2 EL	Maizena	alles in einer Pfanne mit dem Schwingbesen Verrühren, unter Rühren aufkochen, in eine Schüssel giessen, auskühlen
1 dl	saurer Halbrahm	darunter mischen, zugedeckt kühl stellen
1 dl	Rahm, steif geschlagen	kurz vor dem servieren sorgfältig darunter-Mischen
1	Baby-Ananas	waschen, längs halbieren, dann vierteln, bei Jedem Schnitz Strunk wegschneiden, Fruchtfleisch mit flach gehaltenem Messer von der Schale lösen, auf der Schale in Scheiben schneiden und versetzt anordnen, zur Creme servieren
2 EL	Kokos-Chips, geröstet	zum verzieren

