



Apéro

Holunderblüten-Bowle mit Erdbeeren
Sbrinz-Bröckli im Zucchetti-Mantel

Vorspeise

Avocado-Erdbeersalat

Hauptspeise

Medaillons mit Rucola-Pesto
Blattsalat und Weissbrot

Dessert

Rhabarberkompott und Holundermousse

Holunderblüten-Bowle mit Erdbeeren

6 grosse	Holunderblütendolden
1	Limette bio, feine Scheiben
1 Flasche	Weisswein
250g	Erdbeeren
2 EL	Vanillezucker (Bourbon)
1 Flasche	Sekt oder Prosecco, gekühlt

Am Vortag die Holunderblütendolden mit dem Wein übergiessen und die feinen Scheiben geschnittene Limette zugeben. Diesen Ansatz für ca. 24 Stunden bei Zimmertemperatur stehen lassen.

Die Flüssigkeit am nächsten Tag absieben und kalt stellen. Die Erdbeeren putzen und grosse Früchte ggfs. zerteilen. Mit dem Vanillezucker vorsichtig vermischen und ca. 30 Minuten im Kühlschrank marinieren lassen.

Zum Servieren die Erdbeeren mit dem gekühlten, aromatisierten Wein und dem Sekt oder Prosecco aufgiessen.

Anmerkung:

Diese Bowle kann man auch mit Holunderblütensirup herstellen. Dann bitte auf einen trockenen Weisswein achten, damit es nicht zu süss wird.



Sbrinz-Bröckli im Zucchetti-Mantel

Ergibt 16 Stück

1	Knoblauchzehe
4 EL	Rapsöl
2 EL	Kräuter z.B. Petersilie, Thymian, Basilikum, Rosmarin
Salz, Pfeffer	
3	schmale Zucchetti
1 Schale	Sbrinz-Bröckli (100 g)

Knoblauch zum Öl pressen. Kräuter hacken, dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zucchetti beidseitig 5 mm dick anschneiden. Das Gemüse in 2-3 mm dünne Zungen schneiden. In einer Grillpfanne ohne Fett beidseitig rösten. Noch heiss mit dem Kräuter-Knoblauch-Öl bestreichen.

Je 1-2 Sbrinz-Bröckli auf die marinierten Zucchetti geben, aufrollen und mit Zahnstochern fixieren. Mit Kräutern garnieren.

Sbrinz lässt sich mit (fast) allem kombinieren: als Apérohäppchen mit Oliven, Cherrytomaten und Nüssen oder beträufelt mit Aceto Balsamico

Avocado-Erdbeersalat

Salatsauce

3 EL	Crema di Balsamico bianco al limone
2 EL	Olivenöl
1/3 TL	Meersalz
wenig	schwarzer Pfeffer
300g	Erdbeeren in Stücken

2	Avocados, halbiert, entkernt
1	unbehandelte Zitrone <i>½ dünn abgeschälte Schale in feinen Streifen beiseite gestellt, wenig Saft</i>

Crema di Balsamico und Öl in einer Schüssel gut verrühren, würzen.
Erdbeeren mit der Sauce mischen.

Avocados in feine Schnitze schneiden, sofort mit Zitronensaft
bestreichen, fächerartig auf Tellern anrichten, Erdbeersalat darauf
anrichten, mit den Zitronenzesten garnieren.



Fleisch

je 4 Rinder- und Schweinemedallions (je ca. 80g)
1 Bio-Zitrone
5 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Für das Pesto

30 g Pinienkernen
1 Bund Rucola
1 Knoblauchzehe
30g frisch geriebener Parmesan
3-4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer



Ausserdem

Nach Belieben Rucolablätter und Zitronenscheiben zum Garnieren

1. Am Vortag Fleisch waschen und trockentupfen. Die Zitrone heiss abwaschen, trockenreiben und in Scheiben schneiden. Das Öl mit etwas Pfeffer verrühren, die Medallions damit rundum einreiben. Mit der Zitrone und dem übrigen Öl in eine Schüssel geben und abgedeckt über Nacht im Kühlschrank marinieren.
2. Am nächsten Tag für das Pesto die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hellgelb rösten. Rucola waschen, trockenschütteln, putzen und grob hacken. Den Knoblauch schälen, grob hacken.
3. Pinienkerne mit Rucola, Knoblauch, Parmesan und 2 EL Öl pürieren oder im Mörser zerstampfen. Noch so viel Öl untermischen, bis eine sämige Paste entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Das Fleisch Zimmertemperatur annehmen lassen. Medallions salzen und mit dem anhaftenden Öl in der Grillpfanne von jeder Seite etwa 3 Minuten braten, auf Küchenpapier entfetten.
5. Die Medallions auf Tellern anrichten und jeweils etwas Rucola-Pesto obenauf geben. Nach Belieben mit Rucolablättern und Zitronenscheiben garniert servieren.

Dazu knuspriges Weissbrot und einen Blattsalat servieren.

Zubereitung

alles in einer Schüssel gut mischen, zugedeckt ca. 15 Min. stehen lassen
nach Bedarf mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen

Rhabarberkompott und Holundermousse

200 g	Rhabarber
40g	Rohzucker
3 EL	Orangensaft
1,5 dl	Holunderblütensirup
1 Beutel	Agar-Agar à 8g
180g	M-Dessert
2 EL	Zitronensaft
1,5 dl	Rahm
essbare Blüten	für die Garnitur



1. Rhabarber schälen. In Würfelchen schneiden. Mit dem Zucker und Orangensaft aufkochen. Halb zugedeckt weich kochen. Rhabarberkompott in die Gläser verteilen und auskühlen lassen.
2. Inzwischen Sirup und Agar-Agar in einer Pfanne verrühren. Aufkochen und 2 Min. köcheln lassen. Flüssigkeit etwas abkühlen lassen. M-Dessert und Zitronensaft darunterühren. Mischung kühl stellen, bis sie den Rand entlang fest zu werden beginnt. Rahm steif schlagen und unterheben. Holundermousse auf das Kompott in die Gläser füllen. Ca. 1 Stunde kühl stellen. Mit Blüten garnieren und servieren.