



**Mint Julep Mocktail
Spargel - Flammkuchen**

Rucola - Melonen - Salat mit Chili-Dressing

**Scaloppine al limone
Blattspinat**

Erdbeer - Trifle



Mint Julep Mocktail

Vor- und Zubereiten: ca. 30 Min.

Ergibt ca. 4 Gläser von je 2 1/2 dl

1/2 dl	Wasser
50 g	Zucker
1 EL	Zitronensaft
2 Zweiglein	Pfefferminze (für den Zuckersirup)

4 Zweiglein	Pfefferminze (für den Mocktail)
Eiswürfel	Crushed
5 dl	Ginger Ale
1/2 dl	Zitronensaft

Zuckersirup:

Wasser mit dem Zucker und Zitronensaft in einer Pfanne aufkochen. Pfefferminz begeben und köcheln, bis sich der Zucker aufgelöst hat, auskühlen. Pfefferminz herausnehmen.

Mocktail:

Zuckersirup, Pfefferminze und Crushed Ice in die Gläser verteilen. Ginger Ale und Zitronensaft dazugießen.



Spargel - Flammkuchen

Vor- und Zubereiten: ca. 30 Min.

Für 4 Personen



Flammkuchen

2 ausgewählte	Flammkuchenteige
200 g	Crème fraîche
2 EL	Senf
1 EL	Honig
¼ TL	Salz
wenig	Pfeffer
500 g	grüne Spargeln, ca. 5 cm abschneiden, längs halbiert und in 4 cm grosse Stücke geschnitten
2 EL	Olivenöl
¼ TL	Salz

Vinaigrette

3 EL	Kräuteressig
1 EL	grobkörniger Senf
2 EL	Olivenöl
½ EL	Honig
¼ TL	Salz
wenig	Pfeffer
1	Bundzwiebeln, mit dem Grün, fein gehackt
½ Bund	Peterli

Flammkuchen

Teig entrollen, mit dem Backpapier auf zwei Blech ziehen.

Crème fraîche, Senf, Honig, Salz und Pfeffer verrühren. Teig damit bestreichen.

Spargeln und Olivenöl mischen, salzen. Spargeln auf den Teigen verteilen.

Backen

Ca. 20 Min. auf der untersten Rille des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Zweiten Flammkuchen gleich backen.

Vinaigrette

Essig, Senf, Öl und Honig verrühren, würzen. Bundzwiebeln und Peterli daruntermischen. Vinaigrette über die Flammkuchen träufeln.

Rucola - Melonen - Salat mit Chili - Dressing

Vor- und Zubereitung ca. 20 Minuten

Für 4 Personen

400 g	Melone, z.B. Charantais oder Galia, gerüstet gewogen
200 g	Wassermelonen
1	Chilischote
2 EL	flüssiger Blütenhonig
6 EL	Olivenöl
4 EL	Condimento bianco
	Fleur de sel
	Pfeffer aus der Mühle
2	Mozzarellas di bufala à 125 g
150 g	Rucola
100g	Rohschinken
½ Bund	Basilikum

Charantais oder Galiamelonen halbieren, entkernen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Wassermelonen in Schnitze schneiden, schälen, in dünne Scheiben schneiden. Chili fein hacken.

Mit Honig, Öl und Condimento zu einem Dressing verrühren. Mit Fleur de sel und Pfeffer kräftig abschmecken. Mozzarella in Scheiben schneiden. Mit Rucola, Rohschinken und Melonenstücken anrichten. Basilikumblättchen darüberzupfen. Mit Dressing beträufeln.



Scaloppine al limone

Vor- und Zubereitung ca. 25 Minuten

Für 4 Personen

12	Kalbsplätzli (z.B. Huft, je ca. 50 g)
3/4 TL	Salz
Wenig	Pfeffer
1 1/2 EL	Mehl

ÖL	zum braten
----	------------

2	Zitronen
1 1/2 dl	Wasser

100 g	Butter, kalt
1/4 TL	Salz
wenig	Pfeffer



Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.

Fleisch flach klopfen, würzen. Mehl in einen flachen Teller geben. Fleisch im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abschütteln.

Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch portionenweise beidseitig je ca. 30 Sek. Braten. Herausnehmen, warm stellen.

Von den Zitronen wenig Schale abreiben, beiseite stellen. Ganzen Saft auspressen (ergibt ca. 1 1/4 dl), mit dem Wasser in derselben Pfanne aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 3 Min. einköcheln, entstandenen Fleischsaft zur Sauce giessen.

Butter in Stücke schneiden, portionenweise unter Rühren, mit dem Schwingbesen begeben. Dabei die Pfanne hin und wieder kurz auf die Platte stellen, um die Sauce leicht zu erwärmen, sie darf nicht kochen. Rühren, bis die Sauce cremig ist, würzen, beiseite gestellte Zitronenschale daruntermischen. Plätzli wieder begeben, nur noch heiss werden lassen.

Dazu passt: gedämpfter Blattspinat

Blattspinat gedämpft

Vor- und Zubereitung ca. 10 Minuten

Für 4 Personen

1	Zwiebel
2 Zehe	Knoblauch
500 g	Spinat
20 g	Butter
	Salz
	Pfeffer

Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken.

Spinat waschen und abtropfen lassen

Zwiebeln und Knoblauch in Butter andünsten.

Spinat mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Erdbeer - Trifle

Vor- und Zubereiten: 25 Min. und 2 Std. kühlstellen

Für 4 Gläser von je ca. 3 dl

250 g	Erdbeeren
2 EL	Ahornsirup
150 g	griechisches Joghurt nature
150 g	Rahmquark
3 EL	Ahornsirup
1	Vanillestängel
2 dl	Vollrahm
4	Erdbeeren

Erdbeeren in Stücke schneiden, in einem Messbecher geben, mit dem Ahornsirup pürieren.

Joghurt, Quark und Ahornsirup in einer Schüssel verrühren. Vanillestängel längs aufschneiden, Samen auskratzen. Rahm mit den Vanillesamen knapp steif schlagen, sorgfältig unter die Creme ziehen, diese in zwei Schüsseln verteilen.

Zwei Drittel des Erdbeerpürees so verteilen, dass die Cremes unterschiedlich stark eingefärbt sind. Restliches Erdbeerpüree mit den beiden Cremes abwechselungsweise in die Gläser verteilen.

Erdbeeren in Würfeli schneiden, darauf verteilen.

