



**Erdbeer - Zitrone - Honig - Limonade
Olivenstangen**

Tomaten - Ingwer-Suppe

**Pouletbrüstli mit Pesto rosso
Reis**

Mascarpone - Crème mit Erdbeersauce



Nancy, 03. September 2025

Erdbeer - Zitrone - Honig - Limonade

Ergibt 4 Gläser

100 g flüssiger Blütenhonig
1 dl Zitronensaft
250 g Erdbeeren
1 dl Mineralwasser mit Kohlensäure
1 Bund Pfefferminze

Eiswürfel zum Servieren
Zitronenscheiben zum Servieren

Honig und Zitronensaft erhitzen, bis sich der Honig aufgelöst hat. Wenige Erdbeeren dazuschneiden und mit einem Stabmixer pürieren. Sirup durch ein Teesieb giessen und abkühlen lassen.

Restliche Erdbeeren halbieren oder vierteln, mit Mineralwasser aufgiessen. Mit Erdbeerwasser aufgiessen. Mit Erdbeeren, Minze, Eis und Zitronenscheiben servieren.



Olivenstangen

Ergibt ca. 35 Stücke

4 Zweiglein	Rosmarin
60 g	entsteinte schwarze Oliven
1	rechteckig ausgewallter Blätterteig à 320 g
20 g	geriebener Parmesan

Rosmarinnadel von den Zweigen zupfen. Mit den Oliven fein hacken.

Teig entrollen und längs halbieren. Eine Hälfte mit Oliven bestreichen, Parmesan darüberstreuen. Zweite Teighälfte darauflegen und leicht andrücken. Teig ca. 10 Minuten kühl stellen.

Backofen auf 200 Grad vorheizen. Teig quer in Streifen à ca. 1 cm schneiden. Teigstreifen zu Spiralen verdrehen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. In der Ofenmitte ca. 10 Minuten goldbraun backen.

Auf einem Gitter auskühlen lassen. Möglichst frisch genießen.



Tomaten - Ingwer - Suppe

für 4 Personen oder als Vorspeise für 6 Personen

Aktiv Zeit: 30 Minuten

Gesamtzeit: 30 Minuten

100 g	Bratspeck, in Tranchen
1 EL	Olivenöl
1	Zwiebel, grob gehackt
2	Knoblauchzehen, grob gehackt
1 kg	Rispetomaten, in Stücke
30 g	Ingwer, fein gerieben
1 TL	Zucker
1 TL	Salz
1 dl	Weisswein
1 dl	Wasser

1 EL kandierter Ingwer, fein gehackt

Specktranchen in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett langsam knusprig braten. Herausnehmen, auf einem Haushaltspapier abtropfen, beiseitestellen.

Suppe: Öl in einer Pfanne erwärmen. Zwiebeln und Knoblauch begeben, ca. 3 Minuten andämpfen. Tomaten, Ingwer, Zucker und Salz begeben, ca 2 Minuten mitdämpfen. Wein und Wasser dazugießen, zugedeckt ca. 10 Minuten weich kochen, pürieren.

Anrichten: Suppe anrichten, kandierten Ingwer mit dem beiseitegestellten Speck darauf anrichten.



Pouletbrüstli mit Pesto rosso

für 4 Personen

Zubereitung: 35 Minuten

6 dl	Wasser
¾ TL	Salz
250 g	Langkornreis (z.B. Parboiled
1	Zitrone
	Öl zum anbraten
4	Pouletbrüstli (je ca. 150 g)
1/3 TL	Salz
Wenig Pfeffer	
1	rote Zwiebel
1 Glas	Kapern (je ca. 150 g)
2 dl	Halbrahm
1 ½ dl	Wasser
1 Glas	rotes Pesto (ca. 180 g, Pesto Rosso, Fine Food)

Wasser aufkochen, salzen. Reis unter Rühren begeben, aufkochen. Hitze reduzieren, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 20 Minuten köcheln, bis der Reis alles Wasser aufgesogen hat und al dente ist. Reis mit einer Gabel lockern. Von der Zitrone die ganze Schale dazureiben, ganzen Saft dazupressen, mischen. Reis zugedeckt warm stellen.

Wenig Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen.

Pouletbrüstli würzen, beidseitig je 2 Minuten anbraten. Hitze reduzieren, beidseitig je ca. 8 Minuten fertig braten. Herausnehmen, Bratfett auf tupfen, wenig Öl begeben.

Zwiebeln schälen, in Schnitze schneiden, in derselben Pfanne ca. 5 Minuten andämpfen. Kapern abspülen, abtropfen, kurz mitdämpfen. Rahm, Wasser und Pesto begeben, aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 10 Minuten köcheln. Pouletbrüstli wieder begeben, nur noch heiss werden lassen, mit Zitronenreis anrichten.



Mascarpone - Creme mit Erdbeersauce

für 6 Gläser von je 2 dl

15 Minuten + 30 Minuten kühlstellen

300 g Erdbeeren
3 EL Erdbeerkonfitüre
1 Zitrone

250 g Mascarpone
150 g griechisches Joghurt nature
2 dl Rahm
2 EL Puderzucker

150 g Erdbeeren

Erdbeeren halbieren, mit der Konfitüre in einem Messbecher pürieren. Von der Zitrone die Schale dazureiben, mischen.

Mascarpone, Joghurt, Rahm und Puderzucker in einer Schüssel mit dem Schwingbesen des Handrührgerätes knapp steif schlagen.

Creme mit dem Erdbeerpüree in die Gläser schichten, zugedeckt ca. 30 Minuten kühl stellen.

Erdbeeren in Scheiben schneiden, auf der Creme verteilen.

