

Friends and Flavours

MENU

Flammkuchen mit Birne und Radicchio

*

Veganes Tatar von der Aubergine | gegrillte Feige mit Ziegenkäse und Pistazien
Salat aus gegrillter Wassermelone, Feta und Minzpesto

*

Pappadelle mit Austernpilzen, Cocktailtomaten und selbstgemachtem
Walnusspesto

*

Zitronen-Minz-Sorbet mit Sesam-Krokant

Flammkuchen mit Birne und Radicchio

Servings: 4 Personen

Zutaten:

2 Pck. Flammkuchenteig
200 g Creme Fraiche
Fleur de Sel
Pfeffer
½ kleiner Radicchio
2 Birnen
1½ Stücke Camembert
50 g Walnüsse
2 EL Honig

Backofen auf 220°C vorheizen. Flammkuchenteig ausrollen und mit Crème Fraîche bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Radicchio waschen, fein schneiden und auf den Flammkuchen verteilen. Birne waschen, vierteln, das Gehäuse herausschneiden. Die Viertel in dünne Spalten schneiden und auf dem Flammkuchen verteilen. Käse in Scheiben schneiden und über die Birnen geben.

Den Flammkuchen ca. 12 Minuten knusprig backen.

Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne anrösten, bis sie anfangen zu duften.

Flammkuchen aus dem Ofen nehmen. Die Walnüsse darüber verteilen und Honig darauf träufeln.

Veganes Tartar von der Aubergine

Servings: 6 Personen

Zutaten:

4 Auberginen
Erdnussöl, hitzebeständig
2 rote Zwiebeln
1½ Gläser Cornichons
½ Dose Kapern
4 EL Ketchup
4 TL Senf
4 TL Tomatenmark
4 TL Paprikapulver
4 TL Ahornsirup
4 EL Olivenöl
Tabasco oder Chilipulver, nach Geschmack
schwarzer Pfeffer
Kristallsalz
8 Cherrytomaten, als Garnitur
Radiesschensprossen

Ofen auf 190°C Umluft vorheizen, ein Backblech mit Backpapier bereitstellen.

Die Auberginen längs halbieren, das Fruchtfleisch einschneiden, mit Erdnussöl bepinseln und salzen. Ca. 40 min. rösten.

Die Zwiebeln fein würfeln, Cornichons und Kapern fein hacken, Cherrytomaten vierteln. Ketchup, Senf, Tomatenmark, Paprikapulver und Ahornsirup miteinander verrühren, Olivenöl langsam einrühren. Würzen mit Pfeffer, ggf. Tabasco oder Chili.

Auberginen auskühlen lassen, das Fruchtfleisch herauskratzen und fein hacken. Komplette auskühlen lassen.

Das Fruchtfleisch mit der Sauce vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Kapern, Cornichons, Tomaten und Sprossen garnieren.

gegrillte Feige mit Ziegenkäse und Pistazien

MARIENECK
food events · team cooking

Servings: 6 Personen

Zutaten:

3 Feigen, pro Person
80 g Ziegenfrischkäse
Pistazienkerne, grob gehackt
Honig

Feigen halbieren und auf der Schnittseite leicht einschneiden.

Auf dem Grill oder in einer Grillpfanne bei mittlerer Hitze ca. 2-3 Minuten grillen, bis sie weich sind und schöne Grillstreifen haben.

Feigenhälften mit Ziegenfrischkäse füllen und mit gehackten Pistazien bestreuen.

Nach Belieben mit etwas Honig beträufeln.

<https://kochkurs-koeln.de/gegrillte-feige-mit-ziegenkaese-und-pistazien/>

 Erlebniskochen®
Events mit Geschmack

Salat aus gegrillter Wassermelone, Feta und Minzpesto

Zutaten:

- 1 große Wassermelone
- 200 g Feta
- 100 g Pinienkerne
- 4 Romana Salatherzen

Marinade für die Wassermelone

- 4 EL Garam Masala
- 2 Zehen Knoblauch, fein gehackt
- 1 TL Salz
- 1 TL Espressopulver, fein gemahlen
- 2 TL Zimt
- 2 EL Ahornsirup
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 TL Zitronenabrieb
- 2 Prisen Chilipulver

Minzpesto

- 1 Bund Minze
- 2 EL Ahornsirup
- 6 EL Olivenöl
- 1 Zitrone, den Saft ausgepresst

Wassermelone in Stücke schneiden, Schale entfernen und in eine Form oder auf ein Blech legen. Alle Zutaten für die Marinade mischen und die Wassermelonenstücke damit einpinseln. Romana-Salatherzen längs halbieren, auf den Schnittflächen mit etwas Sonnenblumenöl einreiben und salzen.

Wassermelone auf den Grill geben und nach etwa drei Minuten wenden. Deckel schließen und für 5-10 Minuten bei hoher Hitze grillen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Minze sehr fein hacken und mit den restlichen Zutaten für das Minzpesto vermengen und bereitstellen.

Wassermelone vom Grill nehmen. Die Salatherzen auf einem Teller anrichten und die Melonenstücke daraufgeben. Feta darüber bröseln. Mit den Pinienkernen bestreuen. Zuletzt das Minzpesto darüber träufeln und final mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Warm servieren.

Pappardelle mit Austernpilzen und Cocktailtomaten

Servings: 4 Personen

Zutaten:

- 2 Schalen Austernpilze
- 500 g getrocknete Tomaten
- 500 g kleine Cocktailtomaten, halbiert
- 2 Zehen Knoblauch
- 3 rosa Zwiebeln
- 500 g Rucola, ohne Stiele
- 3 EL selbstgemachtes Nusspesto
- 1 Bund Basilikum, Blätter abzupfen
- Olivenöl
- Salzflocken
- Pfeffer
- Parmesan, grob gerieben

Austernpilze in Streifen schneiden, Zwiebeln und Knoblauch in Würfel, beides in etwas Olivenöl anbraten. Getrocknete Tomaten in Würfel schneiden. Alles zu den Pilzen geben, 10 Minuten auf kleiner Hitze dünsten. Würzen!

Pasta kochen, Kochwasser nicht wegschütten. Eine Kelle Nudelwasser in die Pilze geben. Pesto, halbierte Cocktailtomaten und Basilikum unter die Sauce mischen.

Tagliatelle in die Sauce geben, vorsichtig mischen. Zum Schluss Rucola und Parmesan Käse dazugeben.

Walnusspesto

Servings: 4 Portionen

Zutaten:

- 1 Bund Basilikum
- 40 g Walnüsse, geröstet
- 40 g Pecorino oder Parmesan, frisch gerieben
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 TL Zitronenabrieb
- 1-2 EL Zitronensaft
- 100 ml Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl kurz anrösten, bis sie duften – dann abkühlen lassen. Alle Zutaten in einen Mixer oder Mörser geben: Basilikum, Walnüsse, Käse, Knoblauch, Zitronenschale & -saft, etwas Salz & Pfeffer.

Langsam das Olivenöl einfließen lassen und mixen/pürieren, bis ein geschmeidiges Pesto entsteht.

Abschmecken – evtl. noch ein Spritzer Zitronensaft oder ein Hauch Chili für mehr Frische oder Schärfe!

Zitronen-Minz-Sorbet

Servings: 4 Personen

Zutaten:

4 Zitronen, Bio
ca. 30 Blätter Minze
500 ml Wasser
250 g Zucker

Die Schale von der Hälfte der Zitronen in dünnen Streifen abschneiden, möglichst ohne das weiße darunter. Die Schale der anderen Zitronen abreiben. Alle Früchte halbieren und den Saft auspressen.

Die Hälfte der Minzeblätter fein schneiden. Zitronenzesten mit Zucker, dem Wasser und den noch ganzen Minzeblättern in einem Topf auf hoher Stufe unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. Etwa 7 Minuten köcheln lassen, dann vom Her nehmen und abkühlen lassen.

Die Zesten und die ganzen Minzeblätter aus der abgekühlten Flüssigkeit entfernen. Zitronenabrieb und die gehackten Minzblätter unter die Flüssigkeit mischen und alles in die Eismaschine geben.

Sesam Krokant

Servings: 4 Portionen

Zutaten:

- 9 EL Sesam
- 9 EL feiner Zucker
- 3 TL Butter

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und ein Nudelholz bereitlegen. Zucker in eine Pfanne streuen und hell karamellisieren lassen. Dann den Sesam und die Butter dazugeben.

Das Ganze schnell und gründlich miteinander verrühren, am besten mit einem Holzkochlöffel. Anschließend die Masse auf das Backblech geben, etwas Backpapier darauf legen und mit dem Nudelholz dünn ausstreichen.

Auskühlen lassen und vor dem Servieren in dünne Stücke brechen.