Rezept für 4 Personen

Grund- und Oberschule Schenkenland (Groß Köris)

Vorspeise

Ziegenkäse Knusperbrote

Zutaten

1 Stk. Zwiebel klein
100 g Aprikosen
8 Stiele Thymian
1 EL Olivenöl
1 EL Honig
5 EL Honig
150 g Ziegenkäse
2 EL Sahne
Salz, Pfeffer

- Wasser für Tomaten aufsetzen, Tomaten kreuzweise einschneiden, brühen und abschrecken.
- Zwiebel und Aprikosen klein würfeln
- Thymian abzupfen
- Zwiebel mit Aprikosen und Thymian anschwitzen mit Essig, Apfelsaft und Honig ablöschen
- Auf kleiner Flamme langsam weich köcheln (ca. 20 – 30 min) abschmecken
- Ziegenkäse mit 2 EL Sahne, Salz und Pfeffer, etwas Olivenöl cremig rühren
- dekorieren

Bruschetta mit Tomatenpesto

Zutaten

250 g fr. Tomaten
15 g getr. Tomaten
1 kl. Knoblauchzehe
15 g Nüsse
3 EL Olivenöl
Mozzarella
Pfeffer

– Tomaten brühen, abschrecken vierteln und Kerngehäuse entfernen.
– Klein würfeln und in Schüssel geben
– Nüsse kleinhacken
– Basilikum fein schneiden
– zusammen mit den restlichen Zutaten vermischen

French Toast mit Ricotta und Tomaten

Zutaten

1 Stk Knoblauchzehe
ca. 8 Stk. Basilikumblätter
250 g Ricotta
1 TL Zitronenschale
Rucola
Mozzarella
250 g Tomaten
2 Eier
4 EL Sahne
Parmesan

– Knoblauch fein würfeln
– 4 Blatt Basilikum fein schneiden
- mit Ricotta, sowie Salz, Pfeffer, Zitronenschale mischen
– Sahne/ Eierteig mit dem restlichen Basilikum mixen
– Brotscheiben eintauchen und in Olivenöl ausbacken
– auf Küchenkrepp ablegen
– Mozzarella schneiden
– Parmesan hobeln
– Rucola putzen und waschen
– anrichten

Hauptgang

Steak, Bohnenröllchen, Pfeffersoße & Rosmarinkartoffeln

Zutaten:

Schweinerückensteak
500 g Prinzessbohnen
18 Stk. kl. Kartoffeln
Bacon
4 Stk. kl. Zwiebel
1 x Suppengrün
1 x kl. Tomaten
Rosmarin
1 EL Butter
3 TL Grüner Pfeffer
Ingwer, Gewürzmischung Fond, Knoblauch,
1 EL Mehl

- 2 l Wasser ansetzen, Suppengrün und Gewürzmischung + Zwiebel, Salz und 2 Knoblauchzehen aufkochen.
- Kartoffeln ansetzen, salzen...
- Bohnenwasser ansetzen und 500g Prinzessbohnen kochen und abschrecken
- Kartoffeln ausdämpfen und etwas abkühlen lassen, pellen
- Bohnen und Bacon wickeln

Pfeffersoße: 1 kleine Zwiebel kleinschneiden und in Butter mit den Pfefferkörnern glasig anschwitzen. 1 EL Mehl anrühren und mit Brühe ablöschen und glattrühren. Zur sämigen Soße auffüllen. ½ Becher Sahne angießen. Abschmecken und mind. 15 min auf ganz kleiner Flamme köcheln. Nochmal abschmecken

Bohnen in Butter/ Öl Gemisch auf kleiner Flamme anbraten.
Pfanne für Steaks mit Olivenöl, Knoblauch und Rosmarin vorbereiten.
Kurz vor Ende der Kochzeit Steaks punktgenau braten.

Nachtisch

Zitronen-Quark-Mousse

Zutaten:

150 g weiße Schokolade
Saft und Abrieb von zwei Zitronen
1 Ei
50 g Zucker
1EL Speisestärke
1 Pck. Vanillezucker
150 ml Sahne
250 g Magerquark
Himbeeren
Sirup
100 ml Sahne
20 g Puderzucker
1 Pck. Vanilliezucker200 g

– Schokolade mit Zitronensaft und Abrieb sowie Zucker über dem Wasserbad langsam erhitzen bis die Masse homogen ist.
– Eigelb unterrühren
– Eiweiß steif schlagen
– Sahne (150 ml) steif schlagen
– Speisestärke einrühren und erhitzen bis eine cremige Konsistenz entsteht
– über kalten Wasser kalt rühren
– Quark unterrühren
– erst die Sahne und dann den Eischnee vorsichtig unterheben
– auf kalte Teller in Formen anrichten

– Himbeeren waschen
– mit 5 EL Sirup aufkochen
– durch ein Sieb streichen
– erneut aufkochen und mit 1 EL Stärke in Wasser andicken