

DIE KÜCHE AUS DER KISTE



Wöchentliche Rezeptideen von  WILMA & WILLI

ZUTATEN

8 EL Olivenöl
4 EL Essig
1 TL Honig
1 TL Senf
Salz, Pfeffer
Viel kleingehackte Petersilie
500 g rote Bete
200 g Feldsalat

ROTE BETE CARPACCIO MIT FELDSALAT

Rote Bete garen und abkühlen lassen. Anschließend hobeln und auf Tellern anrichten. Feldsalat waschen und mittig auf der roten Bete verteilen. Salatsoße zubereiten: Olivenöl, Essig, Honig, Senf, Salz & Pfeffer und die kleingehackte Petersilie zu einem Dressing vermischen. Salatsoße über der roten Bete und dem Feldsalat verteilen. Mit Mozzarella oder Burrata servieren.

ZUTATEN

1 große Süßkartoffel, ca.
500 g
1 Brokkoli
1 TL Kokosöl
2 EL gelbe oder rote
Currypaste (je nach
Geschmack)
800 ml Kokosmilch

SÜßKARTOFFEL-CURRY MIT KOKOSMILCH

1 Süßkartoffel schälen und in kleine Würfel schneiden. Brokkoli in Röschen teilen. Kokosöl in einer Pfanne erhitzen und Currypaste einrühren. Kokosmilch zugeben und aufkochen. Süßkartoffel-Würfel zugeben und 10 Min. köcheln lassen. Brokkoli zugeben und weitere 5 Min. köcheln lassen.

Mögliche Toppings & Beilagen:

Koriander
Erdnüsse
Naturreis

ZUTATEN

Zitronenschnitten
125 g Mehl, universal oder glatt
200 g Zucker, braun
150 g Butter, Zimmertemperatur
3 Eier, mittel
2 El Zitronenzesten, frisch gerieben
2 - 3 El (ca. 40 ml) Zitronensaft, frisch
gepresst
1 Prise Salz

Zitronenglasur
80g Staubzucker
1 El Zitronensaft, optional etwas mehr
1 TL Zitronenzesten, frisch gerieben

UNVERGLEICHLICH SAFTIGE ZITRONENSCHNITTEN

Den Ofen auf 170 Grad Ober- Unterhitze vorheizen. Die Backform mit Backpapier auskleiden. In einer Schüssel Mehl, Zucker und Salz vermengen und zur Seite stellen. Die zimmerwarme Butter kurz mit dem Mixer (in meiner Küchenmaschine verwende ich das Paddle) unterrühren - Achtung, diesen Schritt nicht übertreiben. Die Butter soll sich gerade so mit den trockenen Zutaten vermengen.

Danach die Eier, Zitronenzesten und den Zitronensaft einer Schüssel versprudeln. Hier reichen ein paar Schläge mit dem Schneebesen per Hand.

Diese Ei-Zitronenmischung nun mit dem Spachtel oder Kochlöffel mit dem Mehl-Buttergemisch vermengen. Das geht rasch und sieht nicht sehr homogen aus. Das macht nichts, dies ist das Geheimnis der saftigen Konsistenz. Alles in die vorbereitete Backform gießen und 20 - 25 Minuten hellgold backen. In der Mitte darf es nicht mehr wobbeln - keinesfalls dürfen die Zitronenschnitten "überbacken" werden.

Während des Backens die Zitronenglasur vorbereiten. Direkt nach dem Backen eine dünne Schicht Glasur darüber gießen. Nun vollständig auskühlen lassen. Danach noch einmal mit der restlichen Glasur und ein paar Zitronenzesten übergießen und antrocknen lassen. Die Schnitten in Rauten oder Rechtecke schneiden.