



### **Strauchtomaten – Kokos – Süsspchen mit Limettenschmand**

- Tomaten in grobe Würfel schneiden
- Schalotten und Knoblauch in feine Würfel schneiden
- Olivenöl in Topf geben, darin Schalotten und Knoblauch farblos anschwitzen
- Tomatenwürfel dazugeben und würzen mit Salz, Zucker, Pfeffer
- Alles ca. 5 min bei mittlerer Hitze anschwitzen
- Ablöschen mit Weißwein
- Auffüllen mit Kokos/Sahne-Brühe-Gemisch
- Suppe ca. 20 min leicht köcheln lassen, anschließend Suppe pürieren und ggf. nochmals abschmecken

#### **Limettenschmand**

- Schmand cremig verrühren mit Milch, etwas Limettensaft und Limettenabrieb
- Abschmecken mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker
- beim Anrichten Limettenschmand mittig in Süsspchen geben

### **Gegrilltes Ribeye-Steak**

- Knoblauch, Rosmarin, Majoran fein hacken
- Ribeye-Steak im heißen Öl von jeder Seite 30sec kurz und scharf in der Pfanne anbraten
- auf Backblech legen mit Knoblauch, Kräutern, Salz und Pfeffer von beiden Seiten würzen
- vor dem Anrichten des Hauptganges Ribeye im Backofen bei 130 Grad ca. 10 Minuten garen lassen

### **Gegrilltes Edelfischfilet**

- Fischfilet nur auf der Hautseite leicht mehlieren
- Pfanne mit wenig Öl erhitzen, Backpapier in Pfanne legen, wieder wenig Öl daraufgeben
- Fischfilet mit der Haut im Öl 1 Min anbraten, würzen mit Salz und Pfeffer
- mit Hautseite nach oben auf Backblech legen
- vor dem Anrichten des Hauptganges im Backofen bei 130 Grad ca. 10 Minuten garen lassen

*Mit freundlicher Unterstützung von MIELE*



### **Gratinierter Süßkartoffel-Zucchini-Auberginenauf mit Parmesan**

- Süßkartoffeln, mehlig kochende Kartoffeln, Zucchini, Auberginen in dünne Scheiben schneiden
- Backform mit Knoblauch und Olivenöl einreiben
- Sahne mit Eigelb und geriebenem Parmesan mischen, kräftig abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat
- Abwechselnd Süßkartoffel, Kartoffeln, Zucchini, Aubergine schräg in Auflaufform schichten
- Bedeckt begießen mit Sahne-Parmesan-Gemisch
- Bei 160° im Backofen bei Heißluft 60 min goldbraun backen lassen

### **Limonen-Joghurtterrine mit Ananassalat**

- Gelatine in kaltem Wasser einweichen, anschließend bei geringer Temperatur in wenig Milch auflösen
- Joghurt mit Sahne, Zucker, Vanillepulver, Limettensaft und Limettenabrieb abschmecken
- Eine Kelle der abgeschmeckten Joghurtmasse in die bereits aufgelöste Gelatine-Milch-Masse geben und verrühren, um die Temperaturen anzugleichen
- Jetzt alles zusammen mit der Joghurtmasse verrühren und in Gläser abfüllen
- Im Kühlschrank ca. 1 Std kaltstellen
- Zum Anrichten mit kleinem Messer aus dem Glässchen schneiden

### **Ananassalat**

- Ananas in kleine Würfel schneiden
- Minze fein hacken
- Ananas und Minze zusammen abschmecken mit etwas Limettensaft und Zucker

**Viel Freude am Kochen und guten Appetit !**