

REZEPTE DER WOCHE

Gutes für den Picknick-Korb

Kleine Leckereien im Grünen genießen

Freuen Sie sich über die warmen Sommertage und spannen Sie beim Picknick im Grünen richtig aus.

Gemüsekekchen

Zutaten: 150 g Karotten, 100 g Zucchini, 150 g Butter, 1 Ei, 6 EL Milch, 100 g geriebener Gouda, 2 EL geriebener Parmesan, 1 gewürfelte, in Butter angebröstete Schalotte, Salz, Pfeffer, 250 g Mehl, 1 Tüte Backpulver.

Zubereitung: Backofen auf 200 Grad vorheizen. Karotten und Zucchini raspeln. Zerlassene, lauwarmer Butter, Ei und Milch mischen. Möhren, Zucchini, Käse und Schalotte zugeben, salzen, pfeffern. Mehl und Backpulver über Teig sieben, verrühren, in gefettete Springform (26 cm) füllen. Rund 35 min backen, gegen Ende abdecken. In der Form abkühlen.

Griechische Tomatenspieße

Zutaten: 200 g Schafskäse, 24 Kirschtomaten, 1 Paprika, 1 TL unbehandelte Zitronenschale, 4 EL Zitronensaft, 3 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, Kräuter.

Zubereitung: Schafskäse in 24 gleich große Würfel schneiden. Paprika in 24 Stücke schneiden. Käse, Paprika und Tomaten abwechselnd auf geölte Spieße stecken. Zitronenschale und -saft, Olivenöl, Kräuter, Salz und Pfeffer mischen, über Spieße träufeln.

Knusprige Fleischbällchen

Zutaten: 1 Boskoop, 350 g Hackfleisch, 50 g magerer Speck, 3 EL Semmelbrösel, 1 fein gehackte Schalotte, 1 TL Thymian, 1 TL Majoran, 1 Ei, Butterschmalz.

Zubereitung: Boskoop raspeln, mit Hack, Speckwürfeln, Semmelbröseln, Schalotte, Kräutern und Ei mischen. Bällchen formen, in Butterschmalz braten.

Käsestangen

Zutaten: 300 g tiefgefrorener Pizzateig, Mehl, 150 g Schafskäse, 80 g Frischkäse, Paprikapulver, Olivenöl.

Zubereitung: Backofen auf 200 Grad vorheizen. Teig auf bemehlter Fläche auftauen. Dünn ausrollen, in etliche Dreiecke schneiden. Käse und Paprika mischen, auf Teig geben. Dreiecke zu Röllchen wickeln, ölen, knusprig backen.

Klassische Sandwich-Happen

Zutaten: 8 Scheiben Sandwich-Toast, 4 große Blätter Eisbergsalat, 4 Scheiben Frühstücksspeck, 1 große Fleischtomate, Mayonnaise.

Zubereitung: 4 Scheiben Toast mit je 1 Salatblatt belegen, Mayonnaise darauf verteilen, je 1 Tomatenscheibe und knusprig ausgebratenen Speck auflegen, mit 1 Scheibe Toast abschließen. Toasts schräg vierteln, Stücke jeweils mit 1 Zahnstocher feststecken.

Leichter Kartoffelsalat

Zutaten: 800 g gare gewürfelte Kartoffeln, Grün von 6 Frühlingszwiebeln, 1 geschnittene Selleriestange, 3 gewürfelte hart gekochte Eier, 4 EL Zitronensaft, 4 EL Olivenöl, Zucker, Salz, 1,5 TL Sojasauce, Senf, Pfeffer, 8 EL Mayonnaise, 3 EL gehackte Petersilie.

Zubereitung: Kartoffeln, geschnittenes Frühlingszwiebel-Grün, Sellerie und Eier mischen. Aus restlichen Zutaten Dressing rühren, darübergeben.

Nektarinentraum

Zutaten: 50 g Butter, 2 EL Zucker, 1 Ei, 125 ml Milch, 125 g Mehl, 1 TL Backpulver, 2 Tüten Vanille-Puddingpulver, 6 Nektarinen, 220 g Frischkäse, 50 g Zucker, 1 Spritzer Zitronensaft, 1 EL Honig, 1 EL brauner Zucker.

Zubereitung: Ofen auf 180 Grad vorheizen. Springform (28 cm) fetten. Butter aufschlagen, 2 EL Zucker, Ei, Milch, Mehl, Backpulver und Puddingpulver untermischen. Teig in Form füllen. Nektarinen in Scheiben darauf legen. Käse, 50 g Zucker, Saft und Honig mischen, auf Nektarinen verteilen, Rand freilassen. Zucker überstreuen. 40 min backen.



Beim Picknick schmeckt es besonders gut.

Foto: picture-alliance/chromorange