

# Mandelfrischkäse mit Amaretto und Ahornsirup



## Zutaten

- ✓ 1 Packung bioladen\* Frischkäse
- ✓ ca. 20 Mandeln ohne Haut
- ✓ 1 TL Amaretto
- ✓ 1 TL Ahornsirup
- ✓ frische Minze

Und so geht's...

Mandeln bei 180 °C im Ofen oder ohne Fett in einer Pfanne rösten bis sie goldbraunbraun sind. Anschließend abkühlen lassen.

Frischkäse mit Amaretto und Ahornsirup vermischen. Die gerösteten Mandeln hacken und unter den Frischkäse heben. Nach Belieben mit etwas Minze verfeinern.



Originalrezept vom bioladen\* Koch Kai Puthen.

# Gefüllte Paprika

## auf Reis mit Granatapfelvinaigrette

KAI KOCHT!



Tips und Rezepte vom bioladen\* Profi-Koch

### Zutaten

- ✓ 4 Paprika
- ✓ 100 g schwarze Oliven
- ✓ 1 Bund Dill
- ✓ 150 g bioladen\*Feta
- ✓ 175 g bioladen\*Frischkäse
- ✓ Chilipulver nach belieben
- ✓ gemahlener Piment
- ✓ etwas Pfeffer

#### Für die Vinaigrette:

- ✓ 30 g Apfelessig
- ✓ 60ml Olivenöl
- ✓ Salz, Pfeffer
- ✓ 50 g Honig
- ✓ 50 g Granatapfelkerne

### Und so geht's...

Generell sind alle Paprikasorten verwendbar, idealerweise sollten aber die süße Sorte Ramiro oder Spitzpaprika verarbeitet werden.

Paprika vom Stunk ausgehend längs aufschneiden und entkernen. Oliven hacken, Dill fein schneiden und mit Feta und Frischkäse vermengen. Die Masse mit Piment, Chili und Pfeffer abschmecken und in einen Spritzbeutel füllen. Die Paprika gleichmäßig mit der Käsecreme befüllen und im Ofen bei 150-170 °C 15-20 Minuten backen.

Für die Vinaigrette Apfelessig, Öl, Honig und Granatapfelkerne verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Paprika auf Reis anrichten und die Vinaigrette darüber geben.



Originalrezept vom bioladen\*Koch Kai Puthen.

# Orangenkonfitüre



## Zutaten

Für 3 Gläser

- ✓ 3 Orangen
- ✓ 1 Zitrone
- ✓ 1 Limone
- ✓ 2 EL Zucker
- ✓ Ca. 375 g Gelierzucker (2:1)

*Und so geht's...*

Orangen und Zitrone waschen, von einer halben Orange und einer halben Zitrone die Schale mit einem Zestenreißer oder einer Reibe entfernen, mit dem Zucker vermischen und 3-4 Stunden ziehen lassen.

Zitrone auspressen und Orangen filetieren, dabei den Saft auffangen. Die Orangenfilets grob hacken und die Hälfte mit Zitronen- und Orangensaft pürieren. Die andere Hälfte der Orangenfilets mit den eingelegten Zesten vermengen, Gelierzucker hinzufügen und nach Packungsanleitung zubereiten.



*Originalrezept vom bioladen\* Koch Kai Puthen.*

# Weißer Schokoladencreme mit Orange und Anis



## Zutaten

Für die Creme:

- ✓ 500 ml Milch
- ✓ 10 g Zucker
- ✓ 40 g Stärke
- ✓ 100 g weiße Schokolade
- ✓ 100 ml Sahne

Für den Orangen-Sud:

- ✓ 4 Orangen
- ✓ 50 ml Orangensaft
- ✓ 1 EL Zucker
- ✓ ¼ TL Anissamen
- ✓ 1 TL Stärke
- ✓ dunkle, geraspelte Schokolade
- ✓ Minze

Und so geht's...

Als erstes 400 ml Milch mit dem Zucker aufkochen. Die übrige Milch mit der Stärke verrühren und nach und nach zur heißen Milch dazugeben. Ca. 3-4 Minuten unter ständigem Rühren köcheln lassen. Die Schokolade hacken und unterrühren bis sie komplett aufgelöst ist. In eine Schüssel geben und Frischhaltefolie direkt auf die Creme legen, damit sich keine „Haut“ bildet. Ca. 4-6 Stunden im Kühlschrank auskühlen lassen. Die Sahne steif schlagen und unterheben. Die Orangen filetieren und den Saft auffangen, das geht am besten mit einem Sieb über einer Schüssel. 50 ml Orangensaft und den Saft der filetierten Orangen mit dem Zucker aufkochen. Den Anis anrösten, mörsern und mit in den Topf geben. Den Orangensud mit etwas Stärke abbinden und kaltstellen. Zuletzt die Creme in Gläser füllen und mit dem Orangen-Sud überdecken.

Die Creme nach Belieben mit Schokoladenraspel und Minze garnieren.



Originalrezept vom bioladen\* Koch Kai Puthen.