

Auberginen- & Zucchini-Antipasti



Zutaten

- ✓ 1 Zwiebel
- ✓ 4 Knoblauchzehen
- ✓ 2 Lorbeerblätter
- ✓ 1 EL gehackter Rosmarin
- ✓ 2 EL gehackter Thymian
- ✓ 130 g getrocknete Tomaten in Öl
- ✓ Saft und Abrieb von 1 Zitrone
- ✓ 60 ml Öl
- ✓ 70 ml Wasser
- ✓ 60 ml Balsamico-Essig
- ✓ 2 Auberginen
- ✓ 2 Zucchini
- ✓ Salz, Pfeffer
- ✓ 2 Knoblauchzehen
- ✓ Olivenöl
- ✓ Parmesan, gehobelt

So gelingt die Antipasti

Die Zwiebel und den Knoblauch hacken und mit dem Lorbeer in etwas Öl anbraten. Die Kräuter dazugeben und kurz durchschwenken. Die Tomaten hacken und hinzufügen. Zitronensaft, etwas Zitronenabrieb, Öl, Wasser, Balsamico-Essig dazugeben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Auberginen und Zucchini der Länge nach in 2 mm dünne Scheiben schneiden. Auf einem geölten Backblech verteilen und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Die Knoblauchzehen durch eine Presse geben und mit dem Olivenöl vermengen. Die Gemüsescheiben damit leicht einpinseln. Im vorgeheizten Backofen bei 225°C ca. 7–8 Minuten backen.

Die Gemüsescheiben aufrollen, mit dem Dressing beträufeln und als Topping Parmesanhobel darüber geben – fertig!



Quinoa-Milchreis



Zutaten

- ✓ 120 g Quinoa
- ✓ 325 ml Milch
- ✓ 1 Vanilleschote
- ✓ 350 ml Milch
- ✓ ½ gestr. TL Zimt
- ✓ 1 ½ EL Rohrohrzucker
- ✓ etwas Zitronenabrieb
- ✓ 100 ml Sahne
- ✓ 250 g Erdbeeren
- ✓ Saft von ½ Zitrone
- ✓ etwas Puderzucker

So gelingt der Quinoa-Milchreis

Den Quinoa vorweg waschen. Dann alle Zutaten in einen Topf geben und ca. 20 Minuten köcheln. Zum Schluss etwas Zitronenabrieb dazugeben. Abkühlen lassen.

Die Sahne schlagen und unter den Milchreis heben.

Die Erdbeeren mit dem Zitronensaft und evtl. etwas Puderzucker pürieren.

Das Erdbeerpüree über den Milchreis geben – mmmh!



Streuselkuchen mit Beeren



So gelingt der Streuselkuchen

Zutaten

- ✓ 100 g Mandeln, ganz, blanchiert
- ✓ 250 g Rohrohrzucker
- ✓ 200 g gemahlene Mandeln
- ✓ 1 TL Zimt
- ✓ 400 g Dinkelmehl Vollkorn
- ✓ 1 Prise Salz
- ✓ 350 g Butter
- ✓ 800 g Beeren, frisch oder tiefgekühlt
- ✓ 100 g Haferflocken
- ✓ 1 EL Puderzucker

Die ganzen Mandeln mit etwas Zucker in einer Pfanne karamellisieren. Abkühlen lassen und danach grob hacken. Mit den gemahlene Mandeln, dem Zimt, dem restlichen Zucker, Mehl und etwas Salz vermengen. Die weiche Butter dazugeben und zu Streuseln verkneten.

2/3 der Streusel auf einem gefetteten Backblech verteilen und andrücken. Die geputzten Beeren mit den Haferflocken vermischen und auf dem Kuchenboden verteilen. Die restlichen Streusel darüber streuen.

Im Backofen bei 175°C ca. 30 Minuten backen. Den Kuchen abkühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.

Mit Vanillesahne servieren.

Tipp: Der Kuchen schmeckt auch noch nach 1–2 Tagen lecker.

