

Kochstudio 08.06.2017

„Beerenstark“ Süße Rezepte mit Sommerbeeren

Unsere Rezeptideen für Sie:

Fruchtiger Salat mit Himbeeressig-Dressing
Frischen Himbeeren und Champignons

Hausgemachter Johannisbeer-Sirup

Stachelbeer-Kiwi-Konfitüre

Erdbeer-Milch-Shake

Blaubeer-Frischkäse-Tarte

Himbeer-Brownies

Weitere Rezeptideen finden Sie auch im
Internet unter www.swk.de/kochstudio



Fruchtiger Salat mit Himbeeressig-Dressing Frischen Himbeeren und Champignons

(für 10 Personen)

35 g Blattsalat/Person waschen und verlesen
5 Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden
6 Stangen Spargel schälen und in hauchdünne Blättchen schneiden
150g Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden
200g frische Himbeeren zur Seite stellen.

Aus

100ml Geflügelbrühe
50ml Läuterzucker
50 ml Himbeeressig
1 EL Dijon Senf
400ml Sonnenblumenöl
Salz
Pfeffer
ein Dressing mixen, mit und abschmecken.

Kurz vor dem Servieren die Salatzutaten mit dem Dressing vermengen.

100g Möhren reiben,
1 Zwiebel fein würfeln, hinzufügen.

40 g Mehl
40 g Hartweizengrieß
80 g Sonnenblumenkerne
1 ¼TL Salz
½TL Pfeffer und
2 Eier hinzufügen und alles zu einem Teig verrühren.

Aus dem Teig ca. 12 Puffer nacheinander in heißem Fett backen.

1 B Sahne steif schlagen und
2 TL Meerrettich einrühren.

Die Puffer mit Sahnemeerrettich und geräuchertem Lachs servieren.

Hausgemachter Johannisbeer-Sirup

500g	Zucker	
500ml	Wasser	zum Kochen bringen und ca.5min kochen lassen. Vom Herd nehmen und
30ml	Zitronensaft	hinzu geben.
500g	Rote Johannisbeeren	waschen, von den Rispen streifen und in den Sirup legen. Mit einem Stampfer leicht andrücken. Einen Tag ziehen lassen, Sirup durch ein Sieb gießen, die Johannisbeeren dabei gut auspressen, dann in saubere Flaschen füllen. Der Sirup schmeckt gut mit Sprudelwasser, aromatisiert Sekt als erfrischenden Aperitiv und ist lecker zu Eis und Pudding.

Stachelbeer-Kiwi-Konfitüre

800g	Stachelbeeren	waschen und putzen, dann halbieren und in eine Schüssel geben.
600g	Kiwis	schälen und in Stückchen schneiden, zu den Stachelbeeren geben und mit
500g	Gelierzucker 3:1	vermischen. 4 Stunden „Saft ziehen“ lassen: Stachelbeeren und Kiwis in einen Topf geben, zum Kochen bringen und bei starker Hitze unter Rühren mindestens 3 Min kochen. Zum Schluss
5 EL		Kiwi-Likör unterrühren. Die Konfitüre heiß in saubere Gläser füllen.

Erdbeer-Milch-Shake

500g	Zucker	und
500ml	Wasser	zusammen aufkochen, 3 Min kochen lassen und dann vollkommen auskühlen lassen.
1 kg	Erdbeeren	putzen und verlesen und zusammen mit dem Läuterzucker und
300g	TK-Erdbeeren	mit dem Stabmixer pürieren.
2	Zitronen	auspressen und den Saft zur Erdbeermischung geben.
1L	kalte Milch	unterrühren.
		Erdbeermilch kalt stellen und kurz vor dem Servieren
	Vanilleeis	untermixen.

Blaubeer-Frischkäse-Tarte

350g	Mehl	
170g	kalte Butter, gewürfelt	
4 EL	Zucker	
1Prise	Salz	
2	Eigelbe	zu einem Mürbeteig verkneten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und den Boden einer Tarteform auslegen. Etwas Teig für den Rand übrig lassen. Den Boden bei 200 Grad hellgelb backen.
		Anschließend die Backform mit dem gebackenen Boden auskühlen lassen.
		Erst dann den Teigrand formen und in die Tarteform drücken.
		Für die Füllung
230g	Frischkäse	
120g	Sauerrahm	
120g	Zucker	
1Prise	Muskat	
6	Eier	
1	Zitrone	Abrieb von gut miteinander verrühren. Die Füllung auf den Teig gießen und
700g	Heidelbeeren	darüber verteilen. Bei 180 Grad nochmals 25 min backen, dann abkühlen lassen.
	Puderzucker	Mit bestäuben.

Himbeer-Brownies

Backofen auf 160 Grad Ober-und
Unterhitze vorheizen.
Backform mit Backpapier auslegen.

175g	Schokolade (60-70% Kakao)	grob hacken und mit in einer Metallschüssel über dem Wasserbad schmelzen.
150g	Butter	
		Herunternehmen und
250g ¼ TL	Zucker Vanille	mit dem Schneebesen einrühren. Etwas abkühlen lassen, dann
4	Eier	unter die Schokomasse rühren, anschließend
100g 1Prise	Mehl Salz	unterrühren. Zum Schluss
250g	Himbeeren	mit einem Teigspatel vorsichtig unterheben. Den Teig in die Form füllen. Auf der mittleren Schiene 30 min backen, herausnehmen und abkühlen lassen.