

Kochstudio 09.06.2016

„Dips - Leckerer zum Dippen und stippen“

Unsere Rezeptideen für Sie:

Auberginencreme und Kräuterfladenbrot

Frischkäsedip mit Basilikum und Antipastitomaten/ Cracker und Grissini

Dattelcreme

Hummus mit Koriander/ Knabbergemüse

Paprikapesto/ Aioli

Rillettes von Salm und Räucherlachs

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



Auberginencreme und Kräuterfladenbrot

800 g Auberginen		Den Backofen auf 180 Grad vorheizen
Öl		mit
		einpinseln, in den Ofen schieben und ca. 20 min
		braten, bis die Auberginen weich sind. Etwas
		abkühlen lassen, dann die Auberginen der Länge
		nach halbieren und das Fruchtfleisch mit einem
		Löffel von der Schale lösen, würfeln, mit
	Salz	und
	Pfeffer	würzen, gut abtropfen lassen, gegebenenfalls etwas
		auspressen, mit
400 g Griechischem		
Joghurt		mischen.
		Abschmecken mit
	Knoblauch	
	Kreuzkümmel	und
	Dill	
		Auberginencreme vor dem Servieren 2 Stunden
		im Kühlschrank durchziehen lassen.

Kräuterfladenbrot

		Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
500 g	Mehl	in eine Schüssel geben
½ Würfel	Hefe	mit
200 ml	Wasser	verrühren
		Die aufgelöste Hefe zum Mehl geben, etwas
		warten, bis sie anfängt zu schäumen,
		dann
		und
½ TL	Salz	dazugeben. Alle Zutaten zu einer glatten Teigkugel
3 EL	Olivenöl	verkneten, abgedeckt ca. 30 min. gehen lassen.
		Den Teig nochmals gut kneten, eine Arbeitsfläche
		mit wenig
	Mehl	bestäuben, Teig in 2 Portionen teilen und jeweils
		dünn in Backblechgröße ausrollen und jeweils
		auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
		Mit den Fingern kleine Vertiefungen in den Teig
		drücken.
		Nach Belieben mit
	Salbeiblättchen	
	Rosmarin	
	Kirschtomaten	und
	Oliven	belegen, mit
	Olivenöl	beträufeln und ca. 12 min backen

Frischkäsedip mit Basilikum und Antipastitomaten/ Cracker und Grissini

400 g Frischkäse

200 g Creme fraiche

10 Antipasti Tomaten

1 Bund Basilikum

Salz

Pfeffer aus der

Mühle

in eine Schüssel geben.

fein würfeln

fein schneiden.

Alle Zutaten miteinander verrühren

und mit

und

abschmecken.

**Zum Dippen eignen sich Cracker,
Grissini oder anderes Knabbergebäck**

Dattelcreme

100g getrocknete Datteln entsteinen und in feine Würfel schneiden
50 g Walnüsse fein hacken. Beides mit

200g Doppelrahmfrischkäse
150g Ziegenfrischkäse
2 TL Ras El Hanout und
1 TL Chiliflocken vermischen. Mit
Salz und
Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Hummus mit Koriander/ Knabbergemüse

480 g Kichererbsen
aus der Dose
80 g Tahina-Paste
2 EL Zitronensaft
2 EL Olivenöl
½ TL Salz

abtropfen lassen, mit

und
in der Küchenmaschine, oder portionsweise
mit dem Stabmixer zu einer glatten Paste
verarbeiten.

1 Bund Koriander
1 Bund Petersilie

fein hacken und unter die Kichererbsencreme
ziehen.

**Hummus kann man wunderbar mit Fladenbrot,
aber auch mit Gurkensticks, Möhren,
Staudensellerie, Paprikastreifen
usw. stippen**

Paprikapesto/ Aioli

2 rote **Paprikaschoten**
Öl

100 g Mandelstifte
50 g Manchegokäse

250ml Olivenöl

Salz
Pfeffer aus der
Mühle

Ofen auf 180 Grad vorheizen.
mit
einpinseln, im Ofen garen, bis die Haut
blasen wirft,
abkühlen lassen, enthäuten und entkernen.
rösten,
reiben.
Alle Zutaten in eine hohe Schüssel geben
hinzufügen
und mit dem Stabmixer pürieren,
mit
und
abschmecken.

Lecker zu geröstetem Brot

Aioli

4 Eigelbe
2EL Senf
Saft einer ½ Zitrone

½ l Sonnenblumenöl
2 Knoblauchzehen

Salz

1-2EL Sambal Oelek

in eine Schüssel geben
hinzugeben.
Alles gut verrühren und dann sehr langsam...
und nach und nach
einrühren.
häuten und pressen, zur Mayonnaise geben.
Mit
abschmecken. Den gewissen Pfiff bekommt
dieser leckere Dip mit

Rillettes von Salm und Räucherlachs

250 g frischer Lachs

250 g geräucherter

Lachs

3 Schalotten

50 g Butter

100 ml trockenen

Weißwein

400 g Creme fraiche

50 g Butter

½ Zitronensaft

1 EL Meerrettich

Salz

Pfeffer aus der

Mühle

1 EL Dill

in Würfel schneiden

schälen, fein würfeln und in
glasig dünsten.

zugeben und so lange köcheln lassen,
bis die Flüssigkeit fast verdampft ist.

hinzugeben, sowie den in Würfel
geschnittenen Fisch.

Alles bei sehr niedriger Temperatur
30 min köcheln.

Vom Herd nehmen und abkühlen lassen,
dann

untermischen.

Rillettes abschmecken mit

Zum Schluss

unterrühren.

Rillettes einige Stunden kühl stellen.