

# Kochstudio 12.06.2014

## FrISChe Gartenkräuter in der Sommerküche

### Unsere Rezeptideen für Sie:

Kresserahmsuppe

Eingelegter Schafskäse mit Ruccola

Kräuterfladenbrot mit Minze-Gurken-Quark

Gebeizter Lachs mit Dillkartoffeln

Champignons mit Fleischbällchen in Basilikum-Sahnesauce

Spargel-Kartoffelsalat mit Kerbeldressing

Weitere Rezeptideen finden Sie auch im Internet unter [www.swk.de/kochstudio](http://www.swk.de/kochstudio)





# Kresserahmsuppe

---

Für 8-10 Personen

700 g	mehlige Kartoffeln	schälen und in Würfel schneiden.
1	Zwiebel	abziehen, in Scheiben schneiden,
50 g	Butter	zerlassen, Zwiebeln und Kartoffeln anschwitzen, mit
2 L	Geflügelbrühe	auffüllen, leise köcheln lassen bis die Kartoffeln gar sind.
100 g	Sahne	und
100 g	Crème fraîche	hinzufügen
8 Bund	Gartenkresse	waschen, putzen fein schneiden, zur Suppe geben, zur Suppe geben. Alles mit dem Stabmixer pürieren. Zum Schluss untermontieren.
100 g	Butter	
1	Möhre	und
1 Stück	Porree	putzen, waschen und in sehr kleine Würfel schneiden.
1 Stück	Sellerie	Kurz blanchieren und als Einlage in die Suppe geben.

# Eingelegter Schafskäse mit Rucola-Pesto

---

Für 4-6 Personen

100 g	Mandelstifte	goldbraun rösten
2-3 Bund	Rucola	waschen, putzen und fein schneiden.
150 g	Parmesan	fein reiben. Alle Zutaten zusammen mit
200 ml	mildem Oliven-Öl	in einen hohen Becher geben und mit dem Stabmixer nicht zu fein pürieren, mit
1 Prise	Salz	abschmecken.
400 g	Schafskäse	in Würfel schneiden und vorsichtig mit dem Pesto vermischen. Als Ergänzung eignen sich auch

Antipasti-Tomaten oder / und  
Oliven

# Kräuterfladenbrot mit Minze-Gurken-Quark

Für 8 Personen

500 g	Mehl	in eine Schüssel geben.
½	Würfel Hefe	mit
200 ml	Wasser	und
1 TL	Zucker	vermischen, zum Mehl geben,
½ TL	Salz	und
3 EL	Olivenöl	dazugeben. Alle Zutaten zu einer homogenen Teigkugel verkneten, abgedeckt ca. 30 min gehen lassen. Den Teig nochmals ordentlich durchkneten, auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche dünn ausrollen und auf ein mit
	Backpapier	ausgelegtes Backblech legen. Mit den Fingerspitzen kleine Kuhlen in die Teigplatte drücken. Teig nach Belieben mit
	Salbeiblättchen	
	Rosmarinnadeln	
	Thymian	
	Kirschtomaten	und
	Oliven	belegen.
		Backofen auf 200 Grad vorheizen
100 ml	Olivenöl	Fladenbrot vor dem Backen mit beträufeln.
		<u>Backen:</u>
		im vorgeheizten Backofen, ca. 12-17 min.
		Mit
	grobem Meersalz	bestreuen.

# Gebeizter Lachs mit Dillkartoffeln

Für 8-10 Personen

- 1 Seite Lachs, mit Haut,  
ohne Gräten in eine große, flache Schale, die mit  
Frischhaltefolie ausgelegt ist, mit der  
Hautseite nach unten, legen
- 1 Orange pressen und die Schale abreiben.  
Den Saft über den Lachs träufeln.  
Lachs mit  
Schwarzem Pfeffer und der  
Orangenschale würzen,
- 2 Bund Dill sehr fein schneiden und gleichmäßig auf  
der Lachsseite verteilen.  
Zum Schluss
- 2 Teile grobes Meersalz und  
1 Teil Zucker mischen und gleichmäßig über die  
Dillschicht verteilen.  
Den vorbereiteten Lachs fest in die  
Klarsichtfolie wickeln, und in der Schale  
liegend, beschweren.  
Das ist wichtig: die Aromen können so  
besser in das Lachsfleisch eindringen).  
Bis zum Servieren sollte der Lachs je nach  
Dicke 12-16 Stunden marinieren.

Vor dem Servieren, Dill und Gewürze  
abstreifen (nicht abwaschen), den Lachs  
dann von der Schwanzseite her, in dünne  
Scheiben schneiden.

Mit Honig-Senfsoße und Dillkartoffeln  
servieren

# Champignons und Fleischbällchen in Basilikum-Sahnesauce

---

Für 8 Personen

1000 g	Champignons	vorsichtig abpinseln
4	Zwiebeln	abziehen und in feine Würfel schneiden.
50 g	Butter	in einem größeren Topf zerlassen,
	Salz und Pfeffer	Zwiebelwürfel glasig dünsten, würzen mit
200 ml	Weißwein	angießen, dann
1 L	Sahne	zufügen. Einige Zeit köcheln lassen, bis die Sahne eine saucenartige Konsistenz erreicht hat.
2 Bund	Basilikum	waschen und fein schneiden, zur Sauce geben. Champignons nochmals abschmecken. TIPP: Wer mag, kann dieses Gericht mit Fleischbällchen aus Bratwurst abwandeln In jedem Fall passt Baguette sehr gut zum „Aufstippen“ der Sauce

# Spargel-Kartoffelsalat mit Kerbeldressing

Für 8 Personen

1 kg	Kartoffeln	schälen und in Salzwasser gar kochen, nach dem Abkühlen in Würfel schneiden
1 kg	Spargel	schälen, Spargelschalen knapp mit Wasser bedecken, würzen mit Salz und Zucker
		10-12 Min köcheln lassen, dann durchsiehen. Spargelstangen schräg in Stückchen schneiden und im Spargelwasser 5-7 Min kochen, anschließend abtropfen lassen. Spargelfond zur Seite stellen.
6	Eier	hart kochen und pellen.
50 g	Butter	in einem Topf zerlassen, mit 60 g Mehl abstäuben.
60 g	Mehl	dazu gießen, unter ständigem Rühren aufkochen lassen.
½ L	Spargelfond	Kalt werden lassen.
2 Bund	Kerbel	waschen, trocken tupfen und fein schneiden. Den Saft einer Zitrone zur Spargelsauce geben.
½	Zitrone	Zusammen mit dem feingeschnittenen Kerbel und 150 g Schmand mit dem Stabmixer pürieren, abschmecken mit Schwarzem Pfeffer und Salz
150 g	Schmand	Eier klein schneiden. Nun alle Zutaten vorsichtig mit der Kerbelsauce vermischen und noch etwas ziehen lassen.
		TIPP: Dieser Salat passt super zu geräuchertem Fisch