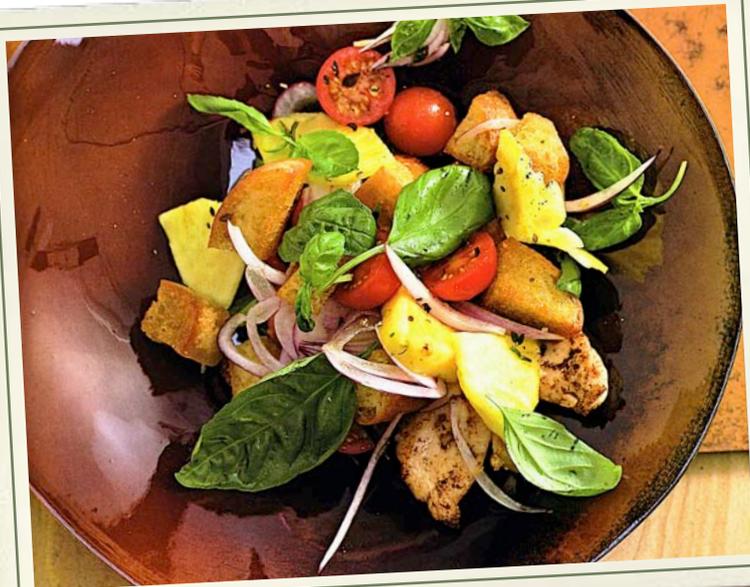


HERREN AM HERD

Vorspeise



FÜR 6 PERSONEN

Zutaten

- 1 Ananas
- 20 Cocktailtomaten
- 2 rote Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 200 g Ciabatta
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Zweige Thymian
- 8 EL Olivenöl
- 2 Hähnchenbrüste
- Salz aus der Mühle
- Pfeffer aus der Mühle
- 8 EL Olivenöl mit Limone
- 6 EL Balsamico bianco
- Zucker
- 1 Bund Basilikum

BROTSALAT MIT TOMATEN UND ANANAS

1. Die Ananas schälen, längs vierteln und die holzige Mitte heraus-schneiden, das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Die Cocktailtomaten waschen und halbieren. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Alles in eine große Salatschüssel geben.



2. Den Knoblauch schälen, 2 Zehen in kleine Würfel schneiden, die restlichen Zehen beiseite legen. Das Ciabatta in mundgerechte Stücke schneiden. Rosmarin und Thymian waschen und trockenschütteln. In einer beschichteten Pfanne 5 EL Olivenöl erhitzen, je 1 Rosmarin- und Thymianzweig darin anbraten. Ciabatta und Knoblauchwürfel dazugeben und goldbraun braten. Die Kräuterzweige entfernen und die Brotwürfel mit dem Knoblauch in die Salatschüssel geben.

3. Die Hähnchenbrüste waschen, trockentupfen und quer zur Faser in dünne Streifen schneiden. In der Pfanne das restliche Olivenöl erhitzen und das Fleisch darin kurz anbraten. Die restlichen Knoblauchzehen leicht andrücken und mit den übrigen Kräuterzweigen dazugeben. Die Hähnchenstreifen 3 bis 5 Minuten rundum fertig braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuter und den Knoblauch entfernen und das Fleisch ebenfalls in die Salatschüssel geben.



4. Das Olivenöl mit Limone mit dem Essig zu einem Dressing anrühren, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken und über den Salat gießen. Das Basilikum waschen und trockenschütteln, die Blätter von den Stielen zupfen und zu dem Brotsalat geben. Alles gut durchmischen und vor dem Servieren noch einmal abschmecken.



HERREN AM HERD

Hauptgericht



RIPPCHEN MIT MALZBIER UND KÜMMEL

FÜR 6 PERSONEN

Zutaten

- 6 Stücke fleischige Schweineirippchen (à 400 g)
- 6 El Öl
- Salz & Pfeffer
- 2 TL Kreuzkümmel
- 8 Stiele Majoran (ersatzweise 1 EL getrockneter Majoran)
- 500 ml Malzbier
- 700 g Schwarzwurzeln
- 2 EL Zitronensaft
- 20g Butter
- 10 g Mehl
- 250 ml Milch
- 50 ml Gemüsefond
- Muskat
- 1 Bund Schnittlauch

1. Rippchen mit Öl einreiben. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. In einem Bräter mit Majoran bestreuen, im vorgeheizten Backofen 30 Minuten bei 210 Grad rösten (Gas 3-4, Umluft 190 Grad). Danach bei 180 Grad (Gas 2-3, Umluft 160 Grad) weitere 90 Minuten garen. Dabei nach und nach das Bier angießen.

2. Schwarzwurzeln gut waschen, schälen, in kaltes Wasser mit 1 EL Zitronensaft legen. Wurzeln schräg in 4 cm lange Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser 5-6 Minuten weich garen. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

3. Butter in einem Topf zerlassen. Mehl einrühren, Milch und Fond dazugeben und unter Rühren aufkochen. 20 Minuten unter Rühren schwach kochen lassen. Bechamel mit Salz, Pfeffer, Muskat und restlichem Zitronensaft würzen.

4. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, Schwarzwurzeln in der Béchamel erwärmen. Rippchen aus dem Ofen nehmen, in Stücke schneiden und mit etwas Bratensaft auf Tellern anrichten. Schwarzwurzeln mit Schnittlauch bestreuen und dazu servieren.



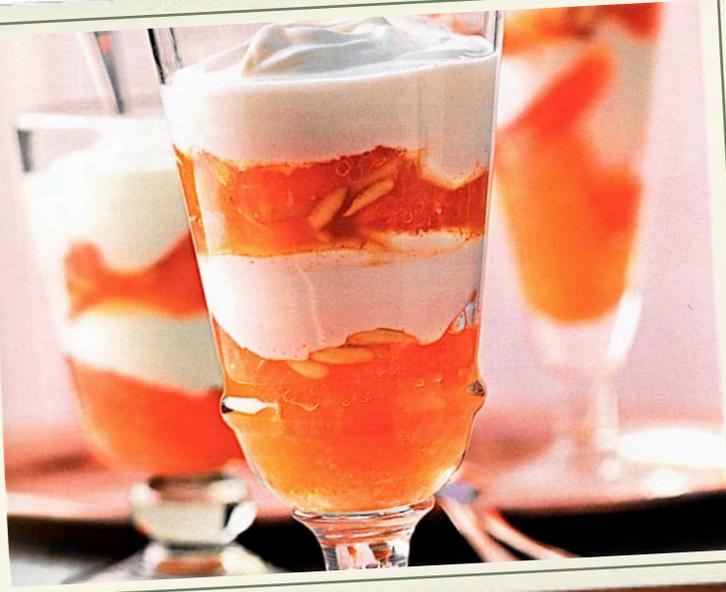
HERREN AM HERD

Nachspeise

FÜR 6 PERSONEN

Zutaten

- 55 g Pinienkerne
- 5 Grapefruits mit rosa Fruchtfleisch
- 5 EL Akazienhonig
- 3 Msp. Zimtputver
- 1 Msp. gemahlener Koriander
- 1 TL Vanillezucker
- 500 g griechischer Joghurt (10 % Fett)



GRAPEFRUITS MIT JOGHURT UND PINIENKERNEN

1. Die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Die Grapefruits so großzügig schälen, daß auch die weiße Haut mit entfernt wird, und die Grapefruitfilets mit einem scharfen Messer aus den Trennhäuten schneiden.



2. Den Honig mit dem Zimt, dem Koriander und dem Vanillezucker verrühren. Den Gewürzhonig und die Pinienkerne mit den Grapefruitfilets vermischen. Nach Belieben mit Orangenlikör verfeinern

3. Den Joghurt in einer Schüssel mit dem Schneebesen glatt rühren. Den Joghurt und die marinierten Grapefruitfilets abwechselnd in dekorative Gläser schichten und bis zum Servieren kühl stellen.