3-Gänge Menü vom 24. März 2011

>> Gefüllter Blätterteig

Zutaten:
2 Pakete Blätterteig; 2 Eier, 2 Eßlöffel Milch, 250 g Hackfleisch, Öl, 100 g Feta, 1 kl. Dose gehackte Tomaten oder frische Tomaten gehackt, Tomatenmark, glatte Petersilie, Salz, Pfeffer

Zubereitung:
Die Petersilie waschen und fein hacken. Beide Eier aufschlagen und mit der Milch verquirlen. An die Seite stellen.
Das Hackfleisch mit etwas Öl anbraten. In das durchgebratene Hackfleisch die Tomaten geben. Mit dem Tomatenmark die Hackfleischmischung binden, so dass sehr wenig Flüssigkeit übrig bleibt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Den Feta in kleine Würfel schneiden und unter die Hackfleischmischung heben.

Den Blätterteig ausrollen und in rechteckige Teigplatten schneiden.
Mit einem Löffel die Hackfleischmischung in die Mitte des Blätterteiges geben. Den Teig so umschlagen, dass die Füllung komplett bedeckt ist. Die Ränder des Blätterteiges zusammen drücken. So weiter machen, bis der gesamte Teig verbraucht ist. Die gefüllte Tasche auf ein Blech legen und jede Tasche mit der Eimischung bestreichen.

Die Blätterteigtaschen nach den Angaben auf der Verpackung im Backofen ausbacken. Bitte kontrollieren, ob die Taschen braun werden.
Achtung. Nicht sofort hinein beißen. Die Füllung ist sehr sehr heiß.

>> Ofengemüse und Blechkartoffeln mit India-Joghurt

Zutaten:
Paprika rot und gelb, Zucchini, Schalotten, 1 Knoblauch-Knolle, Pilze, Möhren, fest kochende Kartoffeln
Sesam, Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 Paket Buko Frischkäse India, 200 g Naturjoghurt, Curry, Thymian frisch, Rosmarin frisch, Chili (wer es scharf mag)

Zubereitung:
Paprika waschen, in 3 oder 4 große Stücke schneiden, Kerne entfernen. Zucchini waschen, halbieren und in schneiden, Möhren schälen. Zweige von Thymian und Rosmarin schneiden. Kartoffeln gründlich waschen und halbieren.

Backblech mit Olivenöl einfetten. Auf das eingefettete Backblech das Gemüse mit den Schnittflächen nach unten legen. Die Schnittfläche der Kartoffeln salzen. Das gesamte Gemüse von oben ölen. Mit Sesam bestreuen. Salzen und pfeffern. Die Knoblauchknolle und die Schalotten ungeschält auf das Blech legen.

Bei 170 Grad (Umluft) etwa 30 bis 35 Minuten im Backofen garen. Nach 30 Minuten mit einem spitzen Messer testen, ob die Kartoffeln gar sind (hinein stechen).

Die Schalotten und den Knoblauch kann man aus der „Hülle“ drücken.

Den Frischkäse mit dem Naturjoghurt verrühren. Es soll eine cremige Masse entstehen. Mit Salz, Pfeffer, Curry abschmecken. Chilischote entkernen und fein hacken. In die Creme geben.

Das fertige Ofengemüse mit der Creme servieren.

>> Gemischte Beeren auf Vanille-Joghurt-Creme mit Roche-Sahne Krone

Zutaten:
200 g Naturjoghurt, 250 g Vanille Pudding, 1 Becher Sahne, 1 Packung Ferero Roche, gefrorene Beerenmischung, 1 Päckchen Vanillezucker

Trinkgläser im Kühlschrank vorkühlen.

Zubereitung:
Ferero-Roche mit einer Gabel sehr fein zerkleinern. Sahne mit dem Vanillepulver schlagen. Die geschlagene Sahne vorsichtig mit den zerkleinerten Rochemasse vermischen.

Die Beerenmischung in ein Sieb geben und bei Zimmertemperatur auftauen lassen.

Den Naturjoghurt mit dem Vanillepudding verrühren.

Trinkgläser kalt ausspülen. 1/3 des Glases mit der Joghurt-Vanillepudding-Creme füllen. Eine Portion halb gefrorene Beerenmischung (ohne Fruchtsaft) auf die Creme geben. Die Roche-Sahne auf die Creme geben (wenn möglich mit einem Spritzbeutel). Bis zum Servieren im Kühlschrank aufbewahren.

<< Tipp

Wenn es geht, verwenden wir Bio-Produkte.