



Veggi-Gemeindeessen 2014

Wir servieren:

Trio in drei Gängen

1. Trio: Salat - Trio

- Karottensalat
- Gurkensalat
- Rettich Salat
- Deko Tomate

2. Trio: Dreierlei vom Spätzle

- Kräuterknöpfle
- Tomatenknöpfe
- Polentaknöpfle
- Mit weißer Sahnesoße

3. Trio: Kirsch- Trifle

- Kirschen mit Vanillepudding gekocht
- Mascarpone und Vanillepuddingcreme
- Oreo Kekse

Trio: Salat - Trio

Karottensalat

Zutaten:

5 Karotten
2 EL Wasser
2 EL Zucker
2 EL Öl
1 Prise Zucker
½ TL Pfeffer
Etwas Orangensaft/ Zitronensaft

Zubereitung:

Karotten schälen und fein raspeln.
Dressing anrühren gründlich vermischen und abschmecken.

Gurkensalat

Zutaten:

2 Salatgurken
1 EL Salz
1 TL Zucker
3 Stiele Dill
3 EL saure Sahne
2 EL Crème fraiche
Pfeffer

Zubereitung:

Die Salatgurke (bei Bedarf vorher schälen) hobeln und in einer Schüssel mit Salz und Zucker bestreuen ca. ½ h ziehen lassen.
Den Dill fein schneiden. Mit Sahne, Crème fraiche verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
Gurkenwasser abgießen.
Mit dem Dressing mischen.

Rettichsalat

Zutaten:

1 großer Rettich, frisch
2 TL Salz
2 EL Essig
1 Prise Zucker
½ TL Pfeffer
3 EL Öl oder Sahne

Zubereitung:

Den Rettich putzen und dünn schälen.
Ann grob raspeln. Den geraspelten Rettich mit 1 gehäuften TL Salz bestreuen und 15 Min aussaften lassen.
Aus Essig, Zucker, Pfeffer und Öl oder Sahne ein Dressing anrühren.
Den Rettichsalat leicht ausdrücken und den Saft abgießen. Rettich und das Dressing gründlich vermischen und abschmecken.
Etwas durchziehen lassen.

Dreierlei vom Spätzle

Zutaten:

400g Mehl
4 Eier
125ml Wasser
1 Prise Salz
½ Tube Basilikumtomatenmark
1 Pck. Tiefkühlgartenkräuter oder frisch Kräuter

Zubereitung:

Das Mehl, die Eier, das Wasser und das Salz zu einem dickflüssigen Teig verrühren.

Den Teig dritteln und in einem Drittel mit der ½ Tube Basilikumtomatenmark verrühren.

In einem Teil die Kräuter unterrühren.

Im letzten Teil die Polenta einrühren.

Reichlich Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Den Teig portionsweise mit der Spätzleria (Tupper) ins Wasser schaben oder durch eine Spätzlespresse in das Wasser drücken.

Nach wenigen Minuten die oben schwimmenden Spätzle rausnehmen und kurz unter kaltem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen.

Polentasprätzle:

400ml Milch
200ml Wasser
150g Polenta
200g Mehl
3 Eier
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Milch mit Wasser aufkochen, Polenta einstreuen, dann von Herdplatte nehmen und Mehl und Eier (einzeln) dazugeben und würzen

Soße für die Dreierlei vom Spätzle**Zutaten:**

1 Pck. Suppengrün
1 Gemüsebrühwürfel
½ l Sahne
1/4l Milch
1/4l Wasser
1 EL Öl
1 EL Mehl oder Speisstärke
Salz
Pfeffer
2 EL Creme Fraich
2 EL saure Sahne
Nach Belieben ein Schluck Weißwein zum verfeinern

Zubereitung:

Suppengrün waschen, kleinschneiden kurz in Öl anbraten und mit Wasser und dem Gemüsebrühwürfel ablöschen.

Milch, Sahne einrühren und kurz aufkochen lassen. Das Mehl einrühren und Würzen.

Mit Crème Fraich und saurer Sahne abschmecken.

Kirsch- Trifle

Zutaten:

1 Glas Schattenmorellen
4 EL Zucker
1 ½ EL Speisestärke
250g Mascarpone
350g Vanillepudding (selbstzubereitet oder Kühlregal)
1 Packung Oreo Kekse

Zubereitung:

Das Glas Kirschen abgießen, dabei den Sud in einem Topf auffangen.
2 EL Zuckerzugesen und den Sud aufkochen lassen. Die Speisestärke einrühren.
Den Sud zum kochen bringen und zur Seite stellen. Die Kirschen zugeben und abkühlen lassen.

Vanillepudding nach Hinweisen auf der Verpackung herstellen und abkühlen lassen ODER fertigen Vanillepudding aus dem Kühlregal.

Die Kekse halbieren und die Creme in einer separaten Schüssel sammeln.
Die Kekse in einer Tüte mit einem Hammer zu Brosamen zerkleinern.
Creme von den Keksen, Mascarpone mit den 2 EL Zucker glatt rühren.
Den kalten Vanillepudding unterrühren.

1 EL Kirschen in die Gläser befüllen, 1 bis 2 EL Creme draufgeben und mit Keksstreusel bestreuen.