

KochZeit online Event

25.05.2023

Thema: Sommerzeit

Vorspeise:

Flammkuchen

Hauptgang:

Gebratener Lachs mit
Erdbeer-Chili-Salsa und Zitronenreis

Dessert:

Erdbeer-Cheesecake im Glas

Flammkuchen

- ▶ Mehl mit Salz, Öl und Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt ca. 30 Minuten ruhen lassen.
- ▶ Ofen auf 250 – 300 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Wenn vorhanden, den Pizzastein mit vorheizen.
- ▶ Für den Belag die Zwiebel häuten und in sehr feine Ringe schneiden. Den Schmand mit Salz und Pfeffer würzen. Schinken bzw. Speck würfeln.
- ▶ Den Teig in 4 – 6 Portionen teilen. Auf einer Backmatte oder leicht bemehlten Arbeitsfläche sehr dünn zu 4 – 6 Fladen ausrollen. 2 davon auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, alternativ auf die gut bemehlte Holzschaukel für den Pizzastein. Oder einfach für ein Blech ausrollen.
- ▶ Böden dünn mit dem gewürzten Schmand bestreichen, sowie den Zwiebelringen und Schinkenwürfeln belegen.
- ▶ Auf dem Pizzastein je nach Ofentemperatur ca. 3 – 6 Minuten goldgelb backen, auf dem Blech ca. 7 – 12 Minuten. Gern auch mit ein paar Apfelstückchen.

Gebratener Lachs mit Erdbeer-Chili-Salsa

- ▶ Pfefferbeeren in einem Mörser mittelfein zerstoßen. Zitrone heiß abspülen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben. Rosa Pfefferbeeren, Zitronenschale, Paprikapulver, Salz und Pfeffer verrühren.
- ▶ Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Lachsstücke trocken tupfen, in der Gewürzmischung wenden und die Gewürze leicht andrücken.
- ▶ Lachsstücke in die Pfanne legen und bei mittlerer Hitze von jeder Seite 2 – 3 Minuten braten.
- ▶ Lachs auf einem Teller anrichten, etwas Salsa darüber geben.

Erdbeer-Chili-Salsa

- ▶ Knoblauch schälen und fein würfeln. Erdbeeren putzen und ½ cm groß würfeln. Paprika und Tomate ebenfalls putzen und etwa ½ cm groß würfeln. Peperoni putzen und schräg in dünne Ringe schneiden.
- ▶ Öl in einem Topf erhitzen. Paprika, Peperoni und Knoblauch darin 3 Minuten bei mittlerer Hitze andünsten. Tomate und die Hälfte Erdbeerwürfel zufügen und bei kleiner Hitze 5 – 8 Minuten kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
- ▶ Lauchzwiebel putzen und schräg in feine Ringe schneiden. Limette heiß abspülen, trocknen, die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Restliche Erdbeeren, Lauchzwiebel, Limettenschale und -saft zur Salsa geben, verrühren und nochmals abschmecken.

Zitronenreis

- ▶ Öl in einem Topf erhitzen. Reis hinzugeben und rühren bis alle Reiskörner mit Öl fettig sind. Kurkuma hinzufügen.
- ▶ Einen halben Liter Wasser, Zitronensaft und Salz hinzugeben. Zudecken und bei mittlerer Flamme etwa 15 Minuten köcheln lassen.
- ▶ Am Ende den Reis mit der Zitronenschale verrühren.

Erdbeer-Cheesecake im Glas

- ▶ Erdbeeren waschen und in kleine Würfel schneiden.
- ▶ Kekse in einen Frischhaltebeutel geben und mit einem Nudelholz zerbröseln. Die Keks-Brösel in 4 Dessertgläser füllen.
- ▶ Frischkäse, Joghurt, Honig und Zitronensaft in eine Schüssel geben und cremig rühren.
- ▶ Die Creme über die Keks-Schicht in den Gläsern verteilen. Alles mit den gewürfelten Erdbeeren bedecken.
- ▶ Die Desserts mit frischer Minze und Keksen garnieren und bis zum Verzehr in den Kühlschrank stellen.