



— Vorspeise —

Fenchelsalat mit Zitrusfrüchten

Zutaten für 2 Personen: 1 große Fenchelknolle, 1 Orange, 1 Grapefruit, 1 Esslöffel Parmesan (grob gehobelt), Olivenöl, Salz und Pfeffer, frisches Basilikum

Zubereitung: Fenchelknolle putzen und längs halbieren. Anschließend in dünne Streifen schneiden. Die Zitrusfrüchte schälen, die weiße Haut entfernen und die Filets zwischen den Trennwänden rausschneiden. Dabei den austretenden Saft auffangen. Die Fenchelstreifen auf einem Teller anrichten, Zitrusfilets und den Parmesan darüber verteilen. Für das Dressing den aufgefundenen Zitrussaft mit Olivenöl verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den Salat träufeln. Mit Basilikumblättern und abgeriebener Zitronenschale garnieren.

Zubereitungszeit: 15 min



— Hauptspeise —

Lammsteaks mit gefüllten Pilzkartoffeln

Zutaten für 2 Personen: 2 Lammsteaks, 2 große Kartoffeln, Salz, Öl, 300 g frische Pilze, 1 kleine Zwiebel, 150 g Brot, Petersilie, 1 Ei, 50 g Parmesan, Fett für die Form

Zubereitung: Die Kartoffeln schälen, waschen und im Ganzen bissfest garen. Dann die Kartoffeln abschrecken, abkühlen lassen und einen kleinen Deckel abschneiden. Innen die Kartoffeln aushöhlen, so dass rundherum ein Rand stehen bleibt. Die Pilze mit Öl in einer Pfanne mit der gewürfelten Zwiebel andünsten. Das Brot in etwas warmer Milch einweichen und den Backofen auf 200° C vorheizen. Das eingeweichte Brot ausdrücken und zusammen mit dem Ei, der Petersilie und dem Parmesan zu der Pilz-Zwiebel-Masse geben. Die Mischung vorsichtig durchrühren und in die Kartoffeln geben. Den Deckel rauflegen und anschließend ca. 40 min im Backofen garen. In der Zwischenzeit Öl in einer Pfanne erhitzen. Lammsteaks salzen und pfeffern und von beiden Seiten kurz scharf anbraten. Herausnehmen und fest in Alufolie packen bis der Rest fertig ist.

Zubereitungszeit: ca. 60 min



— Nachspeise —

Crêpe mit warmen Orangen

Zutaten für 2 Personen: Crêpeteig: 125 ml Milch, 1 Ei, 1 Esslöffel Walnussöl, 50 g Weizenmehl, 3 Esslöffel Zucker;

2 Orangen, 1 Esslöffel Zucker, ca. 50 g gehackte Mandeln, Vanillezucker, Puderzucker

Zubereitung: Crêpeteig zubereiten und etwa 10 Min. ruhen lassen. Orangen filetieren und Saft auffangen. Mandeln in einem kleinen Topf leicht anrösten (nur ein paar für die Garnitur zurückbehalten), Zucker dazu geben und wenn dieser anfängt zu karamellisieren mit etwas Orangensaft ablöschen. Die Orangenfilets hinzugeben und Masse umrühren, eventuell mit Vanillezucker abschmecken. Crêpes dünn backen und mit dem warmen Salat füllen, mit Puderzucker und den gerösteten Mandelstücken bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 min

