

## Couscous-Taler

100g Instant Couscous  
140ml Gemüsebrühe  
2 Frühlingszwiebeln  
2 EL Olivenöl  
100g grüne Oliven ohne Stein  
250g Ricotta  
2 Eier  
2 EL Kapern  
Salz, schwarzer Pfeffer  
2-3 Bio-Limetten  
1 Bund Schnittlauch

Couscous mit der heißen Brühe mischen und 10 min. ziehen lassen. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. In 1 EL Olivenöl anbraten. Oliven hacken. Beides mit Couscous, Ricotta, Eiern, Kapern, Salz und Pfeffer mischen. Übriges Olivenöl erhitzen. Couscousmasse esslöffelweise darin von beiden Seiten ca. 3 Min. braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Limetten in dünne Scheiben schneiden, auf den Couscoustalern verteilen und mit Schnittlauch verschnüren. Kalt oder warm servieren. Ca. 2 Tage vorher zubereiten. Hält geöffnet noch ca. 1 Woche, ungeöffnet ca. 2 Wochen.

## Kräuterquark

500g Naturjoghurt mit 500g Quark mischen, salzen pfeffern, reichlich gehackte Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch, Pimpinelle, Borretsch, Sauerampfer, Kresse, Dill, Zitronenmelisse) untermischen, ein paar Stunden ziehen lassen.

## Aprikosen-Chutney

500 g Aprikosen  
1 Stk. Chilischote  
1 EL Senfkörner, schwarz  
50 ml Weißwein, trocken  
150 g Zucker, braun  
2 Msp Nelkenpulver  
2 Msp Zimt  
2 Msp Kreuzkümmelpulver  
2 Msp Salz  
2 TL Speisestärke

Die Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und vierteln. Die Chilischote putzen, waagrecht halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Die Senfkörner in einem Topf erhitzen, bis sie platzen. Aprikosen, Wein, Chilischote, Zucker, Nelke, Zimt, Kreuzkümmel und Salz zufügen und alles bei schwacher Hitze ca. 20 min. köcheln lassen. Die Stärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und unter die Aprikosenmasse rühren. Dann kurz aufkochen lassen, dabei umrühren. Anschließend vom Herd nehmen. Chutney in ein sauberes Einmachglas füllen und luftdicht verschließen.

## Tomaten-Mozzarella-Spieße

Mini-Mozzarella-Kugeln in Basilikum-Pesto marinieren. Abwechselnd mit Cocktailtomaten auf Holzspieße stecken.

### Pesto:

2 große Handvoll frischen Basilikum  
1 Handvoll leicht geröstete Pinienkerne  
2 Handvoll frisch geriebene Parmesan  
1-2 Knoblauchzehen  
1-2 Prisen Salz  
mit reichlich bestem Olivenöl feinst pürieren

## Rote Bete Salat

1 Packung gekochte rote Bete in Streifen schneiden, in ein  $\frac{3}{4}$  l Einmachglas füllen.  
300 ml Wasser, 1 EL Öl, ca. 3 EL Essig, 2 Gewürznelken, 1 Lorbeerblatt,  $\frac{1}{2}$  TL Kümmel, Salz und Pfeffer ca. 10 min. kochen. Es soll kräftig gewürzt sein.  
Heiß über die Rote Bete gießen (Glas voll machen).

## Karottensalat

Karotten putzen, schräg in Scheiben schneiden.  
In wenig Salzwasser kurz anblanchieren. Sie müssen noch gut bissfest sein.  
Dressing aus: Olivenöl, Weißweinessig, Oregano, wenig Rosmarin, gemahlenem Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer.  
Am besten über Nacht ziehen lassen.

## Grüne Bohnen Salat

1kg grüne Bohnen putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. In Salzwasser bissfest blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen.

### Marinade:

1 kl. Zwiebel feingewürfelt,  
1 Knoblauchzehe feingewürfelt  
Essig, Öl,  
Salz, Pfeffer,  
Petersilie feingehackt,  
ggfs. Bohnenkraut feingehackt  
ggfs. Senf mittelscharf

Ein paar Stunden ziehen lassen, dann nochmal nachwürzen.

## eingelegte Oliven

1 Bund glatte Petersilie,  
2 unbehandelte Zitronen,  
120 ml Olivenöl,  
2 TL Kuminsamen,  
1/2 EL grob geschroteter Pfeffer,  
400g grüne Oliven mit Stein

Die Petersilie abspülen, trocken tupfen und grob hacken. Die Zitronen heiß abspülen. Die Schale dünn abschälen und in feine Streifen schneiden oder die Schale mit einem Zestenreißer abziehen. Olivenöl erhitzen und die Zitronenschale und den Kumin darin andünsten. Die Zitronen auspressen. Zitronensaft, Petersilie, Ölmischung, Pfeffer und Oliven vermengen. Mindestens eine Stunde, besser über Nacht, durchziehen lassen.

## Vanillepudding-Quark mit Obst

2 Packungen Vanillepudding nach Vorschrift kochen, kalt werden lassen.  
500g Quark und klein geschnittenes Obst (z.B. Erdbeeren, Pfirsiche, Aprikosen) untermischen. Wie wir ja leider festgestellt haben, funktioniert es nicht mit frischer Ananas, das wird bitter!

## Käsekuchen mit Aprikosen (für ein Blech die 1 ½ fache Menge)

250 g Mehl  
125 g Butter  
90 g Zucker  
1 Ei  
1 Prise Salz  
Mürbeteig mischen  
auf Boden und Rand der Springform verteilen  
mit einer Gabel einstechen

500 g Magerquark  
100 g Zucker  
1 Prise Salz  
200 g Sahne  
4 Eier  
abgeriebene Schale von einer Biozitrone  
1 EL Mondamin  
gut verrühren, in die Springform füllen,  
1 Dose Aprikosen (480g Abtropfgewicht) mit der Wölbung nach oben darauf verteilen  
bei 200° ca. 45 min. backen.

# Himbeerkuchen

Bisquit (für 1 Torte bzw. 2 Obstkuchen)

6 Eier

4 EL heißes Wasser

210g Zucker

1 Vanillezucker

weißschaumig aufschlagen

110g Mehl

110g Mondamin

2 TL Backpulver

1 Prise Salz

unterheben.

auf der unteren Schiene bei 160°-180° ca. 50-60 min. backen.

Bisquittortenboden mit Himbeermarmelade bestreichen (auch den Rand), Himbeeren darauf verteilen, roten Tortenguß drüber. Rundherum am Rand gemahlene Mandeln aufkleben.

# Brownies

125g Butterflocken

200g Zartbitterschokolade gehackt

3 Eier

¼ TL Salz

1 ½ Tassen feiner Zucker

5 Tropfen Vanillearoma

1 ½ Tassen Mehl

⅓ Tasse Kakaopulver

1 ½ Tassen gehackte Walnüsse

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Eine flache Backform (20x30 cm) mit Öl oder zerlassener Butter einfetten. Den Boden mit Backpapier auslegen, so daß das Papier über die Form ragt.

Butter und Schokolade im heißen Wasserbad schmelzen und glattrühren. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Eier und Salz in einer großen Rührschüssel locker und schaumig schlagen. Nach und nach den Zucker zugeben. Vanillearoma dazugeben.

Die Schokolade unter die Eimischung ziehen, gesiebt Mehl und Kakao unterziehen, dann Nüsse zugeben und unter sanftem Rühren vermischen.

In die Form geben und 30 min. backen.

In der Form abkühlen lassen und vor dem Servieren in Vierecke scheiden. Nach Wunsch mit geschmolzener Schokolade und ganzen Walnüssen garnieren. (Bis zu eine Woche in einem luftdicht schließenden Gefäß haltbar.)

Man kann sowohl die Schokolade variieren (Mokka, Vollmilch, ganz dunkle Sorten o.ä.), als auch die Nüsse (Mandeln, Macadamia-Nüsse o.ä.). Auf der Party gab es u.a. eine Sorte mit kandierten Orangenstücken.