

In diesem Jahr wurden folgende Rezepte ausprobiert:

Herrlich frischer Sommerdrink

Frühlingsrollen

Knoblauchbrot

Spiesschen

Bananenschiffli

HERRLICH FRISCHER SOMMERDRINK

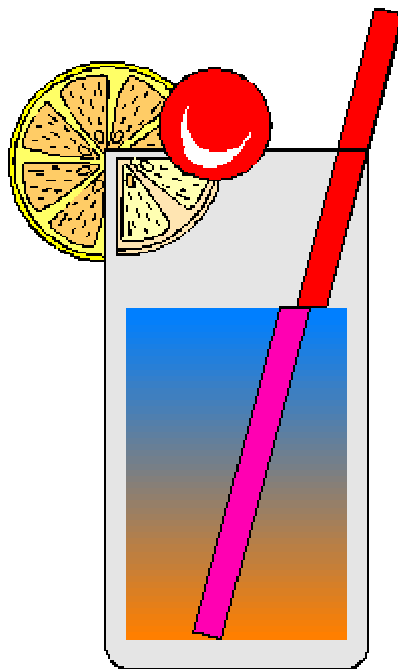
Für 4 Personen brauchst Du:

- 1 Liter Wasser
- 2 Beutel Lindenblütentee
- 2 Beutel Hagebuttentee
- 1 Teel. Zitronensaft
- 1 -1/2 dl Himbeersirup oder Cassissirup

Schaue nach was Du brauchst und lege alles bereit:

So wird es gemacht

Koche das Wasser auf und gib die Teebeutel hinein. Ziehe die Pfanne vom Herd, und lasse sie zugedeckt 10 Minuten stehen. Dann nimmst Du die Beutel heraus und gibst den Zitronensaft und den Sirup dazu. Rühre gut um, und serviere den Drink kalt.



FRÜHLINGSROLLEN

Die Frühlingsrollen tragen ihren Namen zu Recht, denn sie werden in China wirklich nur im Frühjahr gegessen. Bei uns sind die Frühlingsrollen so beliebt, dass wir sie das ganze Jahr hindurch essen.

Für vier Personen brauchst Du:

Frühlingsrollenteig aus dem Chinaladen (z. B. Liebefeld)

200g gehacktes Schweinefleisch

2 Essl. Sojasauce

1 Essl. Speisestärke

1 Prise Salz

1 junge Zwiebeln

½ Stange Lauch

1 Tasse Sojakeimlinge

1 Rüebli

1 Essl. Sojasauce

je 1 Prise Pfeffer, Zucker, Aromat

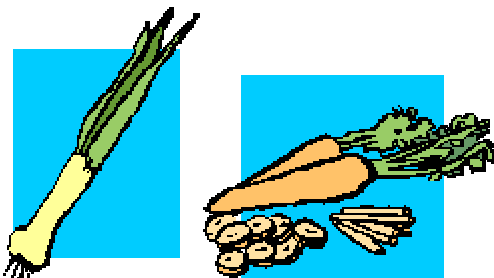
Mehl und Wasser

Oel zum Fritieren

Schaue nach was Du brauchst und lege alles bereit !

So wird es gemacht

1. Das gehackte Schweinefleisch mit der Sojasauce der Speisestärke und dem Salz mischen. Die Zwiebel schälen und mit dem gewaschenen Lauch und dem geschälten Rüebli fein schneiden. Die Sojakeimlinge abtropfen lassen.
2. In einer Pfanne das Oel erhitzen, das Fleisch 1 Minute anbraten das Gemüse begeben und weitere 2 Minuten braten und mit der Sojasauce und den Gewürzen abschmecken. Alles auskühlen lassen.
3. Aus Mehl und Wasser ein ganz zähen Teig mischen.
4. Den Frühlingsrollenteig mit jeweils 2-3 Esslöffeln der Füllung belegen mit dem Teig aus Wasser und Mehl die Ränder bestreichen, das untere Ende des Teigs über die Füllung legen. Die beiden seitlichen Ränder nach innen falten und die obere Teigklappe auf die Rolle legen.
5. Das Fritieröl erhitzen und die Frühlingsrollen goldbraun fritieren, dabei sollte Dir aber immer eine Erwachsene Person helfen.



KNOBLAUCHBROT

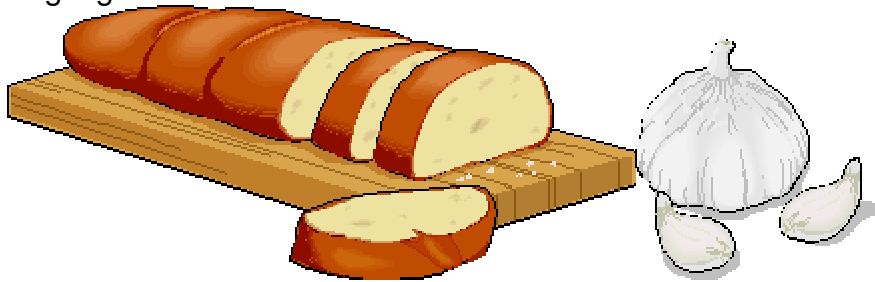
Für 4 Personen brauchst Du :

3 Aufback-Baquette
100 g Kochbutter
5 Zehen Knoblauch
Aromat, Kräuter- Provençale- , Fleischgewürz

Schaue nach was Du brauchst und lege alles bereit:

So wird es gemacht

1. Den Knoblauch schälen und ganz klein schneiden, mit der weichen Butter und den Gewürzen gut mischen. Schalte nun den Backofen auf 200 Grad ein.
2. Halbiere nun die Baquettes der Länge nach und bestreiche sie mit der Buttermischung lege die Brote auf ein Kuchenblech und backe sie ca. 5 -10 Minuten .



SOMMERZEIT - GRILLZEIT

WURSTSPIESS

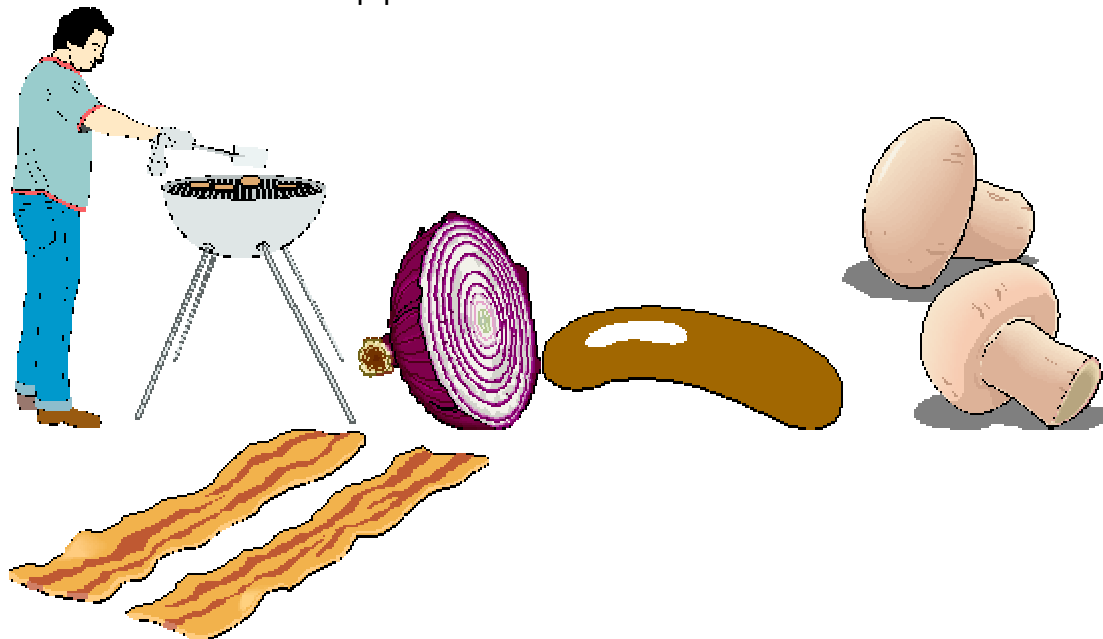
Für 4 Personen brauchst Du :

2 Cervelats
8 Cipollata - Würstchen
150 g kleine weisse Champignons
2 mittel grosse Zwiebeln
12 Tranchen Bratspeck

Schaue nach was Du brauchst und lege alles bereit :

So wird es gemacht

1. Schneide die Cervelats und die Würstchen in Rugel , die Pilze lässt Du ganz. Die Specktranchen legst Du zusammen. Die Zwiebeln teilst Du in Viertel.
2. Nun steckst Du alles nach Lust und Laune an Holzspiesschen.
3. Lege sie auf einer Aluschale auf den Grill und brate sie auf beiden Seiten schön braun. Senf oder Ketchup passt dazu.



BANANENSCHIFFLI

Für 4 Personen

4 reife Bananen
4 Essl. Johannisbeerkonfitüre
1dl Rahm
Saft einer kleinen Zitrone

Garnituren:

Smarties
Schoggistreusel

Schaue nach was Du brauchst und lege alles bereit:

So wird es gemacht

1. Wasche die Bananen, halbiere sie der Länge nach. Löse sie sorgfältig aus der Schale und lege sie auf eine Platte. Beträufle die Früchte mit dem Zitronensaft und lasse sie 2 - 3 Minuten liegen.
2. Gib in jede halbe Bananenschale etwas Johannisbeerkonfitüre Verteile sie im Schalen - Schiffli.
3. Jetzt legst Du die halben Bananen wieder in die Schalen zurück. Lege sie auf 4 Teller oder eine Platte .Schlage den Rahm steif und gib ihn in den Spritzsack. Garniere die Bananen, streue Smarties oder Schoggistreusel darüber.

