



DAS
ESSGARTEN
KOCHBUCH

FREDERIK & HEIKE DEEMTER

ÜBERRASCHENDE REZEPTE MIT FUNKIE, MAGNOLIE & CO.

Ulmer

Eierspätzle mit Taglilien

FISCHLIEBHABERN EMPFEHLEN WIR DIESES GERICHT ZU HEILBUTT – UND DAZU EIN GLAS WEISSWEIN.

ZUBEREITUNGSZEIT:

30 Minuten

FÜR 4-6 PERSONEN:

400 g Eierspätzle

2 mittelgroße

Zwiebeln

2 EL Olivenöl

300 g frisch gepflückte

Taglilienblätter

1 rote Paprikaschote

100 g Schmand

Salz

Pfeffer

Kräuter der Provence

etwas Zitronensaft

ZUBEREITUNG:

In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen, die Eierspätzle darin nach Packungsangabe bissfest garen. Die Zwiebeln schälen und fein hacken.

In einem Topf 2 EL Öl erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten.

Inzwischen die Taglilienblätter waschen und in schmale Streifen schneiden.

Die geputzte und gewaschene Paprikaschote in hauchdünne Streifen schneiden. 1 EL Schmand mit Salz und Pfeffer abschmecken und alles zur Seite stellen.

Den restlichen Schmand mit etwas Wasser zu den Zwiebeln geben, dann die Blätter dazugeben. Alles bei niedriger Hitze ca. 1-2 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer, Kräutern der Provence und etwas Zitronensaft würzen. Alles gut durchrühren und mit den heißen Spätzle vermischen.

In Teller oder schöne Schälchen füllen, mit den Paprikastreifen und jeweils einem Klecks gewürztem Schmand dekorieren.



Tomatensahne mit Taglilienknospen und Pistazien

UNSERE GÄSTE FRAGEN WIR GERN, OB SIE ALLE ZUTATEN HERAUSSCHMECKEN KÖNNEN.

ZUBEREITUNGSZEIT:

30 Minuten

FÜR 4-6 PERSONEN:

2 mittelgroße

Zwiebeln

2 EL Olivenöl

500 ml pürierte

Tomaten

200 ml Sahne

2 EL Zucker

Salz

1 mittelgroße gelbe

Paprika

100 g festkochende

Kartoffeln

1 Bund Frühlings-

zwiebeln

30 frisch gepflückte

Taglilienknospen

100 g Pistazien

Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Zwiebeln schälen und fein würfeln. 2 EL Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig braten. Die pürierten Tomaten, Sahne und Zucker hinzugeben. Alles bei kleiner Hitze erwärmen und mit Salz abschmecken.

Die Paprika halbieren, putzen, waschen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Die Kartoffeln schälen, waschen und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln ebenfalls waschen und in schmale Ringe schneiden. Die Taglilienknospen vorsichtig reinigen – meist reicht es aus, sie mit einem feuchten Tuch abzureiben.

Paprika und Kartoffeln mit etwas Wasser zur Tomatensahne geben, aufkochen lassen und zugedeckt bei niedriger Hitze 5 Minuten garen. Die Taglilienknospen und Lauchzwiebelringe zufügen und alles 1-2 Minuten weiter garen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Pistazien fein hacken und hinzugeben.

Mit Reis, Nudeln oder Frühkartoffeln servieren.

MEIN TIPP

Taglilienknospen und -blüten lassen sich problemlos einfrieren. Vorher sollte man sie aber kurz blanchieren.



Gefüllte Taglilienblüten

DIE DEKORATIVEN BLÜTEN SIND EINE IDEALE VORSPEISE ODER BEILAGE.

ZUBEREITUNGSZEIT:

15 Minuten

FÜR 4–6 PERSONEN:

12–15 frisch gepflückte

Taglilienblüten

1 EL Olivenöl

50 ml Rotwein

2 Stück Knäckebrot

65 g Mozzarella

50 g Lachsschinken

12–15 Basilikumblätter

Salz

Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Die Taglilienblüten durchsehen, eventuelle Verunreinigungen entfernen und die Stempel herausbrechen. Eine Pfanne leicht erhitzen, das Olivenöl und den Rotwein zugeben. Das Knäckebrot zerkrümeln und unter die Flüssigkeit mischen. Mozzarella und Lachsschinken in kleine Würfel schneiden, dann in die Pfanne geben und gut mischen. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse auf Handwärme abkühlen lassen.

Die Taglilienblüten mit einem Basilikumblatt und der vorbereiteten Masse vorsichtig füllen. Eine saubere Pfanne erhitzen und die gefüllten Blüten einlegen. Bei mittlerer Hitze mit einem Spachtel leicht flach drücken. Am besten mit einem weiteren Spachtel die obere Seite zudrücken, damit keine Masse herausdrücken kann. Wenden und auch die andere Seite flach drücken. Es sollen relativ flach gedrückte Blüten entstehen.

Pro Teller 2–3 Blüten servieren und nach Geschmack dekorieren.

MEIN TIPP

Servieren Sie Ihren Gästen ein Glas Sekt oder Mineralwasser mit einer Taglilienblüte. Ihre Pracht kommt durch die vielen kleinen Perlen besonders schön zur Geltung.