



Das sommerliche Juli-Menü

VOR SPEISE

Tomaten-Passionsfrucht-Gazpacho mit knusprigen Basilikum-Croûtons

ZUBEREITUNG

1. Ofen auf 180 °C Umluft bzw. 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Baguette längs halbieren und in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Baguettewürfel mit 3 EL Öl beträufeln und mit ½ TL Salz sowie nach Geschmack mit Pfeffer würzen. Schalotte sowie Knoblauch schälen und fein hacken.
2. TIPP: Für eine besonders feine Textur können die Tomaten vorher gehäutet werden. Dazu die Schale der Tomaten über Kreuz einritzen und, Tomaten in kochendem Wasser ca. ½ Minute blanchieren. Herausnehmen und von der Haut befreien.
3. Brotwürfel auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene ca. 10 Minuten goldbraun backen.
4. Passionsfrüchte halbieren und das Fruchtfleisch herauslösen. Tomaten in ca. 1cm große Würfel schneiden. Peperoni von Stielansatz und Samen befreien, fein hacken. Basilikumspitzen für die Dekoration beiseitelegen, übrige Blätter abzupfen und fein hacken.
5. Schalotte, Peperoni, Knoblauch, Passionsfruchtfleisch und Tomaten mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit 1½ TL Salz, 1½ TL Zucker sowie nach Geschmack mit Pfeffer würzen und kalt stellen. Gehacktes Basilikum mit 3 EL Öl vermengen.
6. Tomaten-Passionsfrucht-Gazpacho in tiefe Teller geben, Croûtons mittig anrichten und mit Basilikumspitzen und Basilikumöl garnieren.



ZUTATEN

- 5 Strauchtomaten
- 2 Passionsfrüchte
- 1 Schalotte
- 1 Peperoni
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Basilikum
- 1 kleines Baguette
- 6 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer & Zucker



[Link zum Buch](#)



Das sommerliche Juli-Menü

HAUPTSPEISE

Gebratene Forelle mit Mandelbutter, Rahmspinat und Meerrettich

ZUBEREITUNG

1. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Spinat putzen, waschen und in einem Sieb gut abtropfen lassen. Die Butter in einem Topf nussig aufschäumen lassen, Schalotte darin 2 Min. glasig dünsten. Sahne dazugießen, zum Kochen bringen, Spinat dazugeben, mit 2 Prisen Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und die Sahne 3–4 Min. sämig einkochen lassen.

2. Inzwischen von der Zitrone die Schale mit einem Messer so abschneiden, dass auch die weiße Haut entfernt ist. Die Zitrone dann in nicht zu dünne Scheiben schneiden.

3. Die Forellenfilets falls nötig von restlichen Gräten befreien, auf der »Fleischseite« mit Salz und Pfeffer würzen, die Hautseite mit Mehl bestäuben, das Mehl etwas andrücken.

4. Das Rapsöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Forellenfilets mit der Hautseite hineinlegen, 3 Min. darin goldbraun braten, dann wenden. Butter, Mandeln und Zitronenscheiben dazugeben, gut durchschwenken. Die Pfanne vom Herd ziehen und den Fisch noch 1–2 Min. darin ziehen lassen.

5. Die Forellenfilets mit Rahmspinat und Zitronenscheiben anrichten und mit der Mandelbutter beträufeln. Als Topping noch etwas frischen Meerrettich darüberreiben – fertig. Als Beilage eignen sich kleine Pellkartoffeln oder Kartoffelrösti.



ZUTATEN

Für den Rahmspinat:

1 Schalotte (30 g)
300 g junger Blattspinat
2 EL Butter
100 g Sahne
Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle
frisch geriebene Muskatnuss

Für die Forelle:

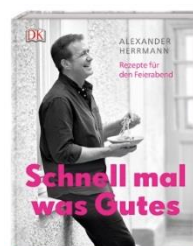
1 kleine Zitrone
4 Forellenfilets mit Haut,
küchenfertig (300 g)
20 g Buchweizen- oder Weizenmehl
2 EL Rapsöl

Für die Mandelbutter:

1–2 EL Butter
40 g Mandelblättchen

Zum Anrichten:

etwas frisch geriebener Meerrettich



[Link zum Buch](#)



Das sommerliche Juli-Menü

NACHSPEISE

Kirschgranita

ZUBEREITUNG

1. Kirschen, Zucker, Minze, Zitronensaft und Pernod in eine Schüssel geben und mit einem Stößel zerstoßen, bis eine sirupartige Flüssigkeit entsteht.
2. Eine Handvoll Eiswürfel im Standmixer zu feinem Eispulver zerkleinern.
3. Jetzt muss es schnell gehen: Das Eispulver in ein Glas geben und die zerstoßene Kirschmischung und evtl. 1 EL Sahne darüber verteilen. Jetzt fehlt nur noch ein Strohhalm – und Prost!



ZUTATEN

- 75 g frische Kirschen, entsteint
- 1–2 EL Turbinado-Zucker oder Rohrzucker
- Blättchen von 1 Minzezweig, in Stücke gerissen
- 1 TL frisch gepresster Zitronen- oder Orangensaft
- 1/2–1 EL Pernod
- eine Handvoll Eiswürfel
- 1 EL Sahne (optional)



[Link zum Buch](#)