Hallo Grillwetter?! Döner mit selbstgebackenem Fladenbrot, Bratwurst, Zucchini und Kräuterquark (Kooperation)

Grillen verbinde ich normalerweise mit strahlend schönen Sonnentagen, lauen Sommerabenden und Natur. Andere Leute sind da härter drauf und grillen das ganze Jahr über. Da steht der Grill dann auf der überdachten Terrasse, auf der Pergola oder dem Balkon. Ich bin eher so eine Schönwetter-Grillerin und stehe auch dazu.
Die Saison haben wir ja bereits an Ostern eröffnet, da war das Wetter noch schön, bevor das launig-regnerische Aprilwetter losbrach, das sich immer noch nicht ganz verzogen hat, so es hier gerade regnet.
Aber es soll ja besser werden und deswegen habe ich ganz optimistisch meine erste Grill-Idee für euch, die ich mit der Lieferung Kräuterquark von Gervais entwickeln wollte. Kräuterquark liebe ich ja sehr. Ich mache ihn auch gerne selbst, aber oft habe ich auch einen gekauften als Vorrat da,

um daraus ein schnelles Knabber-Abendessen mit Möhrensticks zu machen. Dass Kräuterquark aber auch beim Grillen flexibel und kreativ einsetzbar ist, beweist hoffentlich dieser Grill-Döner mit Bratwürsten, gegrillten Zucchini und Quark statt der Döner-Joghurt-Soße.

Man kann natürlich auch gekaufte Fladen- oder Pitabrote nehmen, wenn man sich die Backerei sparen will. (Profis mit ausgefeilterem Grill und etwas Erfahrung können die Brote sicher auch grillen, statt sie im Ofen zu backen.) Vor dem Füllen kann man sie noch einmal kurz auf den Grill legen, damit sie warm und knusprig werden. Auch anderes gegrilltes Gemüse eignet sich natürlich gut, um in die Brote gestopft zu werden.
{Veganer nehmen einfach tierfreie Würste, die Brote sind von selbst vegan. Bei der Soße findet sich sicher ein Ersatz im Kühlregal oder man macht sich eine selbst aus Sojajoghurt. =) }

Und so geht´s:

6 Fladenbrote * (vegan):
¼ Würfel Hefe (10 g)
1 TL Zucker
250 g Dinkelmehl (630)
125 g Dinkel-Vollkornmehl
1 gestr. TL Salz
100 + 200 ml lauwarmes Wasser

Die Hefe zerbröckeln, mit dem Zucker in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen. Beide Mehlsorten in eine Schüssel geben und mit dem Salz mischen.
Die aufgelöste Hefe untermischen, dann nach und nach die 200 ml Wasser unterrühren. Alles 10 Minuten lang kneten, bis ein glatter Teig entstanden ist. Zugedeckt 1 Std. ruhen lassen.

Dann noch mal durchkneten, 6 gleich große Kugeln formen (man braucht wahrscheinlich etwas Mehl zum Bearbeiten) und diese noch mal 20 Min. gehen lassen.
Den Ofen auf 220°C Umluft vorheizen und 2 Bleche mit Backpapier belegen.
Die Kugeln zu Fladen formen und jeweils drei davon mit etwas Abstand auf ein Blech legen.
In etwa 20 Minuten backen. Die Brote gehen dabei schön auf und

bilden im Inneren einen kleinen Hohlraum – perfekt zum Aufschneiden und Füllen.
Wenn man die Brote eine Weile aufbewahren will, sollte man sie in ein sauberes Küchentuch hüllen und in einer Dose oder Plastiktüte lagern. Zum Füllen dann kurz grillen oder auftoasten.

Döner:
Pro Portion
1 Fladenbrot
½-1 Bratwurst nach Belieben, in dünnen Scheiben
Ca. 5 Scheiben gegrillte Zucchini
Etwas klein geschnittener Salat (Eisblatt, Frisee, Endivien)
2-3 dünne Spalten Tomate
Frühlingszwiebelringe
1-2 EL (Gervais) Kräuterquark
(wer mag, gibt noch gepressten Knoblauch hinein)

Die Brote seitlich aufschneiden und alle Zutaten hineinfüllen. Am besten beginnt man mit einem Löffel Quark, gibt dann Wurst und Gemüse hinein und obendrauf noch einmal Quark. [nurkochen]

Ich hoffe, ihr habt alle bald schönstes Grillwetter und wünsche euch eine genussreiche Woche! Bis zum langen Wochenende ist es ja schon fast geschafft! =)

Eure Judith

*{Das Rezept entstand in Kooperation mit Gervais.
Vielen Dank an Sarah von F&H Porter Novelli für die freundliche Bereitstellung des Kräuterquarks!}* ♥

** Frei nach dem Rezept für „Fladenbrot mit Schafskäse“ aus „Backen! Das Goldene von GU“*

Vegetarische Lasagne mit Blumenkohlhack und Cottage cheese (Kooperation)

Ich wurde mal wieder von „Resten“ inspiriert. Ein halber Blumenkohl, Lasagneplatten und eine Packung Hüttenkäse Kräuter (eine neue Sorte von Gervais) wurden zu einer schnellen, herzhaft-vegetarischen Lasagne.

Ihr denkt, Lasagne zu machen braucht so viel Zeit? Dieses Rezept hier geht superschnell! Statt Bechamel, die man ja erst kochen muss, nehme ich gerne einen leichteren Ersatz, wie Ricotta (leider nicht der günstigste) oder Hüttenkäse. Jetzt gibt es sogar schon eine neue, fertig gewürzte leckere Sorte mit Kräutern. Eine Bolognesesauce muss man auch nicht zubereiten, denn auch Gemüsehack schmeckt lecker, und geht rasend schnell.

Für diese Lasagne gilt also:
Ein paar Zutaten zusammenrühren, zwei Gemüse schnippeln und alles schichten. Fertig! =)
Überzeugt euch doch einfach selbst.

TIPP: Ihr könnt natürlich den Blumenkohl auch durch Brokkoli, Romanesco oder bunten Blumenkohl ersetzen, das gibt einen tollen Farbeffekt.

Für 2-4 Personen:

1 kleiner Blumenkohl
8-10 Lasagneplatten
1 Dose Tomaten in Stücken
Salz, Pfeffer
(1 Knoblauchzehe)
½ Bund Frühlingszwiebeln
1 Packung Gervais Hüttenkäse Kräuter
ca. 10 EL Milch
1-2 EL Paprikawürzpaste
150 g geriebener Gouda (oder anderer Käse)

Den Blumenkohl waschen und vierteln. Den Strunk entfernen und die Viertel mit einem großen Messer fein hacken. Am besten tut man so, als wolle man den Kohl in feine Scheiben schneiden, er zerbröckelt dann von selbst zu „Hack“.
Das Gemüse in einen Topf mit etwas Wasser geben (der Boden sollte gerade bedeckt sein) und bissfest dünsten. Das Weiße der Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und zum Schluss auf dem Blumenkohl noch kurz mitdämpfen.
In der Zwischenzeit die Dosentomaten in ein Schüsselchen geben, mit Salz und Pfeffer sowie der Paprikapaste würzen und alles gut verrühren.
Den Hüttenkäse ebenfalls in ein Schüsselchen leeren, pfeffern und das fein geschnittene Grün der Frühlingszwiebeln dazu geben. 5-6 EL Milch unterrühren, so dass der Hüttenkäse flüssiger wird. (Nach Belieben noch die Knoblauchzehe hinein pressen.)
Nun den Ofen auf 180 °C vorheizen und in einer Auflaufform alle Zutaten schichten. Dabei mit einer Tomatenschicht beginnen, darauf Platten legen und nun in beliebiger, wechselnder Reihenfolge schichten – die Lasagneplatten sollten nur immer von Soße umgeben sein.

Mit einer Schicht Platten abschließen. Diese mit 2-4 EL Milch begießen und diese gleichmäßig verteilen, sodass überall Feuchtigkeit ist. Dann den geriebenen Käse darüber streuen und die Lasagne ca. 30 Minuten backen.
Gegen Ende schauen, dass sie nicht zu dunkel wird, sondern nur eine goldbraune Käsekruste bekommt.[nurkochen]

Wurde t ihr inspiriert von dieser vegetarischen Variante? Ich hoffe, ich konnte euch einmal mehr zeigen, wie schnell und einfach man ein leckeres vegetarisches Essen zaubern kann!

Habt eine genussvolle (Mahl)Zeit!
Eure Judith

Cottage Cheese Rolls mit Filoteig und Salat (Blogevent & Kooperation)

Nach einer Woche, in der mein Blog vor sich hinschlummerte, während bei mir dafür umso mehr los war, schlage ich heute gleich zwei Fliegen mit einer Klappe, um dieses Bild mal zu bemühen. =)
Seit langem habe ich vor, bei Inas tollem Blogevent Black & White mitzumachen.

Essen in schwarz-weiß – sehr ungewöhnlich, aber eine tolle Idee. Generell mag ich schwarz-weiß-Fotos sehr und stehe besonders auf französische Fotografen des 20. Jahrhunderts wie Willy Ronis oder Robert Doisneau (ganz bekannt ist sein Foto mit dem sich vor dem Pariser Rathaus küssenden Paar).
Essen finde ich in Farbe natürlich noch appetitlicher, aber in schwarz-weiß kommen oft Strukturen, Linien und Kontraste zum

Vorschein, die einem bei Farbbildern entgehen. Somit fand ich die Idee von Ina großartig, das Essen einfach mal anders zu betrachten und wahrzunehmen.

Außer dem habe ich schon über eine Woche Hüttenkäse von Gervais im Kühlschrank, den ich zu einer kleinen low-carb- Leckerei zum Salat verarbeiten wollte. Heute fand ich endlich die Zeit dafür. Heraus kamen diese kleinen, von Frühlingsrollen inspirierten Röllchen, die neue Sorten des Hüttenkäses enthalten: „Tomate & Basilikum“ sowie „Kräuter“. Beide eignen sich wunderbar für einen herzhaften Snack oder ein low-carb-Abendessen, denn Hüttenkäse enthält sehr viel Eiweiß.

Vor allem mit Tomate und Basilikum bekommen die Röllchen einen kleinen Pizza-touch, denn sie riechen sehr würzig.

Für ca. 2 Personen braucht ihr:

½ Packung Filoteig (rechteckig und optimalerweise nicht gefaltet)
4 EL geschmolzene Butter oder Rapsöl + etwas Wasser
1 Packung Hüttenkäse Tomate & Basilikum oder Kräuter
(man kann natürlich auch den puren Hüttenkäse nehmen und/oder ihn selbst würzen)

Salat nach Belieben
Essig/Öl, Salz/Pfeffer

(ich habe einen Hauch Kürbiskernöl genommen, das ist schön würzig)

Evtl. Karottenraspel oder –stifte, geröstete Kerne etc.

Den Filoteig auf der Arbeitsfläche ausbreiten und auf beiden Seiten mit dem Fett-Wasser-Gemisch bepinseln. Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.
Den Teig in längliche Rechtecke schneiden und relativ nah ans kurze Ende 2 Teelöffel Hüttenkäse setzen. Von der kurzen Seite her aufrollen: Einmal umklappen, dass die Füllung bedeckt ist, dann beide langen Seiten etwas zur Mitte einklappen und von der kurzen Seite her alles aufrollen, so dass ein Röllchen mit 2-3 Teigschichten entsteht. Das Röllchen rundum mit dem Fettwasser bepinseln und auf der Nahtstelle auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
Etwa 15 Minuten backen, bis die Röllchen außen goldbraun und knusprig sind.
In dieser Zeit den Salat waschen, anmachen und dann beides zusammen genießen.[nurkochen]

TIPP:

Die Menge hängt natürlich von den Personen, dem Hunger und der Situation ab. Soll es eine Vorspeise oder ein Snack sein, reichen je nach Größe 3-4 Röllchen pro Person. Somit reicht für 2 Personen 1 Packung Hüttenkäse.

Demnächst wird es hier ein weiteres Restaurant aus der Pfalz geben, zusammen mit einer lustigen Anekdote, die mir dort passiert ist. Und feine Mohnstreusel-Teilchen habe ich auch noch in Petto. =)

Aber erstmal würde ich mich freuen, von euch zu hören, wie ihr schwarz-weiß-Fotos findet und bei Essen im Besonderen!
Habt ein genussvolles Restwochenende!
Eure Judith