

Pesto-Mozzarella in carrozza mit Tomatensalat



Bei solchen Temperaturen, wie sie gerade herrschen, hat man ja nicht sonderlich viel Hunger – zumindest mir geht es netterweise so. Das heißt, ich habe mal weniger Lust aufs Naschen, somit also vor allem auf Süßes – gut für die Bikinifigur. Und doppelt gut, denn ich komme nicht auf die irrsinnige Idee, bei dieser Hitze den Ofen anzuwerfen...

Irgendwann kommt dann aber auch mal der Hunger auf und da die Woche mal wieder viel zu wenige Tage und die Tage viel zu wenige Stunden haben (ihr kennt das sicher...), darf es gerne schnell gehen. Schmecken soll es natürlich auch und schön herzhaft sein. Am besten mit Salat dabei.



Da kam ein Gericht meiner Ma gerade recht. Diese Version des

„Mozzarella in carrozza“ hat sie früher oft gemacht und wir alle haben es geliebt. Der Tomatensalat mit seiner frischen Säure ist dazu ein Muss – ohne schmeckt es nicht mal halb so gut, finde ich!

Der Mozzarella in carrozza ist ein italienischer Klassiker. Carrozza ist die Kutsche, der Mozzarella kommt also in der Kutsche daher – warum auch immer. Auf jeden Fall schmeckt das gebratene Käsesandwich, die Italiener wissen einfach, was sie kulinarisch tun. Und mit diesem unkomplizierten Rezept werdet ihr hoffentlich auch bald ein neues Lieblingsgericht haben.

Für 2 Personen:

Sandwich:

- 4-8 Scheiben Sandwich-Toast (oder normalen Toast)
- 1-2 Packungen Mozzarella
- 1 Gläschen Pesto
- 2 kleine Eier (1 Ei für 2 große Sandwich-Toasts)
- $\frac{1}{2}$ Becher Sahne
- Olivenöl

Tomatensalat:

- Reife Tomaten (unterschiedliche Größe und Farbe)
- Condimento bianco
- Olivenöl
- 1 kleine rote Zwiebel
- Frischer Basilikum
- Salz, Pfeffer

Die Eier mit der Sahne in einer flachen Schale, in die man die Toastscheiben legen kann, verquirlen.

Den Mozzarella in dünne Scheiben schneiden. Pesto in einen flachen Teller geben und die Mozarellascheiben darin wälzen. Eine Scheibe Toast in die Eiermischung legen, Mozarellascheiben darauf verteilen und einige Blätter frischen Basilikum auf den Käse legen. Eine zweite Toastscheibe darauf legen, andrücken und das Sandwich umdrehen, sodass die zweite Scheibe auch kurz in der Eiermasse liegt.

Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und etwas Olivenöl hineingeben. Jedes Sandwich in der Pfanne von beiden Seiten goldbraun braten. Während eins brät, kann man die anderen vorbereiten und zwischendurch vielleicht sogar den Salat machen.

Für den Salat die Tomaten waschen, trocknen und je nach Größe halbieren, vierteln oder sechsteln. Die Zwiebel in feine Scheiben schneiden und dazugeben. Frische Basilikumblätter zerzupfen und zufügen. Alles mit dem Condimento, etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer anmachen.

Die fertigen Mozzarella-Sandwichs mit dem Salat anrichten und heiß servieren.



Das Gericht ist perfekt im Sommer, wenn es reife und

aromatische Tomaten gibt!
Viel Freude beim Nachkochen und Vernaschen!

Habt ein genussvolles Wochenende,
eure Judith

Gesundes Fastfood: Vollkornspirelli mit aufgepeppter Tomatensoße (ohne Parmesan vegan)



Neulich kam ein Paket ins Haus, voller [Naturata](#)-Produkte. Darunter Tomaten im Glas, Tomatensoße mit gegrilltem Gemüse, Nudeln verschiedener Sorten. Ich liebe Geschenke und wenn es dann noch gesunde Bioprodukte sind – umso toller! =)
Nudeln und Tomaten(soße) sind etwas, das wir absolut immer im Haus haben, denn mit ihnen kann man aus quasi Nichts in

Minutenschnelle eine leckere und sättigende Mahlzeit zaubern. So kam die erste Kostprobe dann auch zum Einsatz, denn wir hatten nichts eingekauft und plünderten die Vorratskammer. Vollkornspirelli wurden aufgesetzt und die Zucchini-Tomatensoße geöffnet. Zwei Zwiebeln waren noch da und getrocknete Tomaten – sie wurden zu einem herzhaften Topping für die Soße und als Krönung konnte der Kühlschrank sogar noch mit etwas Parmesan aufwarten.

Seit ein paar Wochen steht auf unserer Küchenfensterbank ein riesengroßer Basilikum, der jedes Mal seinen sommerlichen Duft verströmt, sobald man ihn berührt.



Unser Gericht war in 15 Minuten zubereitet und mit diesen wenigen Zutaten wurde es so bunt und herzhaft, dass ich ab jetzt sicher häufiger gebratene Zwiebeln über Pasta gebe und frisches Grün in rauen Mengen darüber streue.

Für 2 Portionen:

- 200-300 g Vollkornspirelli {z. Bsp. von Naturata}
- 1 Glas Tomatensoße (mit gegrillter Zucchini) {Naturata oder eine andere Marke}
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- etwas Olivenöl
- 1 kleine Handvoll getrocknete Tomaten

1 große Handvoll frisches Basilikum
Pfeffer, frisch gemahlen; Salz
(Frisch geriebener Parmesan)

Die Vollkornspirelli in reichlich Salzwasser gar kochen.
{Unsere von Naturata gingen sehr schnell und brauchten keine
10 Minuten!}

In dieser Zeit die Zwiebeln schälen und in dünne Spalten
schneiden. Den Knoblauch schälen und grob hacken. In einer
Pfanne das Öl erhitzen. Zwiebeln darin anbraten. Wenn sie
etwas Farbe haben, Knoblauch und gehackte getrocknete Tomaten
dazu geben und bei mittlerer Hitze weiterdünsten.

Die Nudeln abgießen, in den Topf zurückgeben und mit der
Tomatensoße aus dem Glas mischen. Auf Teller verteilen und die
Mischung aus der Pfanne darüber geben. Mit Pfeffer würzen und
Parmesan sowie gehacktes Basilikum darüber streuen.



Nudel

n machen glücklich, sagte meine Ma oft. Und ich finde, sie hat
Recht. Nichts geht über einen Teller voll köstlicher Pasta,
wenn der Hunger sich meldet. Vollkornnudeln machen außerdem
länger satt. Wenn solche Gerichte also nicht gesundes Fastfood
sind, was dann? =)

Ich wünsche euch Teller voll feinsten Pasta, wenn der große
Hunger kommt!

Macht es euch schön und habt eine genussvolle Zeit!

Eure Judith

** Die Naturata-Produkte für dieses Gericht wurden mir freundlicherweise kostenlos zur Verfügung gestellt. Dafür herzlichen Dank!*

Dieser Artikel stellt somit eine Kooperation dar/ enthält Werbung.

Vegane Zitronencupcakes mit Basilikumcreme



So schnell geht ein langes Wochenende zu Ende! Eigentlich hatte ich gar nicht viel geplant, doch dann wurden es doch erfüllte Tage mit spontanem Shopping mit einer Freundin, dem Besuch unserer Stammbar in der Stadt, einem Wanderausflug in die

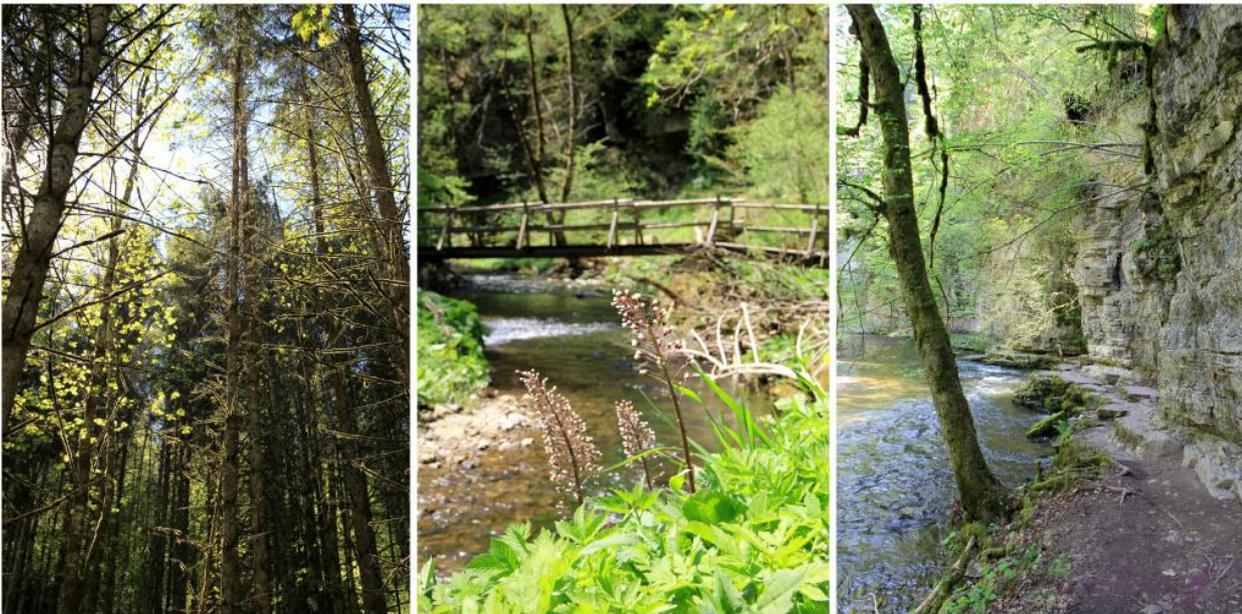
Wutachschlucht im südlichen Schwarzwald.



Alles war begleitet vom traumhaftesten Wochenendwetter, das man sich vorstellen kann und ich hoffe sehr, ihr alle konntet einen ebensolchen ungetrübten blauen Himmel genießen!



Die Wanderung heute war ein Traum! Im Wald waren manche Bäume so dick mit Moos bewachsen, dass dieses herunterhing. Die Sonne glitzerte auf dem Bach und die Pfade entlang der Wutach führten oft an steilen Felswänden entlang. Manchmal überquerten wir ihn auf kleinen Holzbrücken, an anderen Stellen säumten Blumen unseren Weg. Es war wie in einer Märchenlandschaft!



Nach dieser gut vierstündigen, wunderschönen Wanderung hatten wir Hunger und verputzten direkt nach der Heimkehr unsere letzten Kartoffeln, vegane Würstchen und einen großen Salatkopf. Leider waren die Kartoffeln nicht mehr sehr zahlreich vorhanden und somit war noch Platz für Nachtisch. Wir hatten Lust auf Zitronenkuchen und schon ein Weilchen hatte ich die Idee für solche Cupcakes, denn ich musste an meine Zeit in Heidelberg denken. Dort habe ich in einer Eisdiele gearbeitet, in der es im Sommer manchmal Zitronen-Basilikum-Eis gab und ich fand diese Kombi genial!



Ich finde, diese Cupcakes sind superlecker geworden und hoffe,

euch wird diese spannende Kombi genauso gut schmecken.

Zitronenmuffins:

300 g Mehl

1 Packung Backpulver

2 TL gemahlener Ingwer

200 ml Pflanzenmilch (am besten Reis)

abgeriebene Schale von 2-3 Bio-Zitronen

50 ml Zitronensaft

130 g Zucker

125 ml Rapsöl

Alle Zutaten in eine große Schüssel wiegen und mit dem Schneebesen oder Handmixer zu einem Teig vermischen. Den Ofen auf 160°C Umluft vorheizen.

Den Teig entweder auf 12 große Muffinformen oder 24 kleine verteilen.

Ich nehme Papierförmchen, dann muss man die Form im Idealfall (wenn man beim Teigverteilen nicht kleckert) nicht spülen, die Muffins gehen gut aus der Form und es sieht hübsch aus.

Die kleinen Muffins sind natürlich schneller durch als große, deswegen gebe ich mal 20 Minuten Backzeit an und rate, die Muffins je nach Größe ab dann im Auge zu behalten. Sie sollten am Schluss goldbraun sein. Zur Sicherheit einfach die Stäbchenprobe machen.



Basil

ikumcreme:

200 ml Sojasahne, aufschlagbar

$\frac{1}{2}$ TL Guarkernmehl

1 Handvoll Basilikumblätter

2-3 EL Puderzucker

Saft einer halben Zitrone

Alle Zutaten in einen Mixbecher füllen und mit dem Pürrierstab zu einer festen Creme mixen. Das geht erstaunlich schnell, Guarkernmehl dickt super an, ohne dass man die Masse erst erhitzen muss.

Noch einmal abschmecken, ob genug Zucker, Basilikum oder Säure drin ist.

Die Creme in einen Spritzbeutel füllen (Zacken – oder Sterntülle) und die Cakes verzieren.

Oben drauf kann man bunte Streusel oder Konfetti geben, oder, wenn Saison ist: frische Erdbeerspalten! [nurkochen]



Habt
einen guten Start in die neue Woche – mit hoffentlich genauso
viel Sonne!

Eure

Judith



Schnelles

Nudelglück:

Parmesan- Spaghetti in Zitronen- Knoblauch- Chili- öl



Hallo

liebe Genießer!

Heute gibt es einen kurzen Blick in meinen Kochtopf. Vor ein paar Tagen gab es ein leckeres Pastagericht, das ich euch nicht vorenthalten will. =)

Mein Lieblingsitaliener im Ort hatte neulich wunderbare Tagliolini auf der Karte, die in einem großen Parmesanlaib gewälzt wurden. Die waren so herrlich käsigt und würzig!

Eigentlich ein überaus simples Gericht und trotzdem so lecker, wie das oft so ist mit den einfachen Dingen, oder?

Solche Parmesanpasta wollte ich einmal nachkochen. In den letzten Tagen lag noch ein großes Stück Parmesan im Kühlschrank und somit war der Moment gekommen.

Und da die Sonne so viel lacht in den letzten Wochen und überall der Frühling wächst, fand ich, dass unsere einfachen Spaghetti ein bisschen sonnengelbe Erfrischung brauchten. Zitronen wollten doch auch noch verbraucht werden. Und da wir

Knoblauch und Chili lieben und beides immer vorrätig haben, gab es am Ende eine Mischung aus Spaghetti A-0-P (aglio, olio, peperoncino – Knoblauch, Öl, Peperoni) und der Parmesan- Pasta aus meiner Trattoria, aufgemotzt mit Zitronenschale und –saft.

Es war köstlich.

Das Gericht ist zudem perfekt, wenn es mal schnell gehen soll, weil man wenig vorbereiten muss, die Zutaten meist da hat und das Essen somit im Handumdrehen auf dem Tisch steht.



Für 2

Personen:

Spaghetti, ca. 100-150 g pro Person

Reichlich gutes Olivenöl

Knoblauchzehen nach Belieben, am besten pro Person ca. 2-3

1 große rote Chilischote

1 TL Paprikapulver, mild oder scharf

Pfeffer

Schale von 2 Zitronen

Saft von 1 Zitrone

1 Bund frisches Basilikum

150 g Parmesan, fein gerieben

Das Nudelwasser aufsetzen und zum Kochen bringen.

Derweil den Boden einer Pfanne großzügig mit Olivenöl bedecken. Den Knoblauch schälen und in feine Scheiben

schneiden. Die Chili fein würfeln. Die Schale der Zitronen abreiben. Den Saft auspressen.

Chili, Knoblauch, Paprikapulver, Pfeffer und die Hälfte der Zitronenschale im Öl langsam erwärmen.

Den Parmesan reiben. Die Pasta ins Wasser geben und garen.

Den Zitronensaft angießen und den Pfanneninhalt noch einmal kurz erhitzen.

Das Basilikum in einzelne Blätter zupfen. Die Nudeln abgießen, mit einem kleinen Rest Kochwasser in die Pfanne geben. Die restliche Zitronenschale, die Basilikumblätter und zwei Drittel des Parmesans dazu geben und alles vermengen.

Auf Tellern anrichten, mit dem restlichen Käse bestreuen. Wer mag, gibt noch einen kleinen Strahl Olivenöl darüber.[nurkochen]



Nicht wundern, ich hatte diesmal kein frisches Basilikum da und habe deshalb getrocknetes genommen, das ich in der Pfanne mitgedünstet habe. Mit frischem schmeckt es natürlich besser! =)

Welches Pasta- Gericht kocht ihr, wenn es unkompliziert und schnell, aber trotzdem richtig lecker sein soll?

Ich wünsche euch eine genussvolle (Mahl)Zeit!
Eure Judith

Unkomplizierte Kostbarkeiten: Basilikumpralinen mit gerösteten Mandelblättchen



Meine Eltern fahren am Sonntag nach Belgien und ich beneide sie da schon ein bisschen: Belgische Pralinen und belgisches Bier, beides auch noch in so schönen Städtchen wie Brügge und Gent! Da mein Pa vorher noch seinen Geburtstag gefeiert hat, habe ich die Gelegenheit genutzt, den Belgiern ein kleines bisschen Konkurrenz zu machen und habe zum Dessert Basilikumpralinen gemacht.

Ok, es war eigentlich mal wieder eine Resteverwertung. Ich hatte noch diese Vollmilch- Hohlkörper im Schrank und nie Lust, Pralinen zu machen und sie zu überziehen, weil das recht aufwändig ist.

Diese Woche dachte ich dann: warum nicht offen lassen, wenn man die Füllung sieht und das Ganze nett dekoriert, ist es

doch fast noch schöner!

Und so entstanden aus Sahnerest und vorhandener Schokolade diese wunderbaren Kleinigkeiten, die mit Basilikum und Mandeln einen Hauch Italien auf die Zunge zaubern und den Gästen genussvolle „Mmmh“s entlocken.



Füllu

ng:

100 g Sahne

1 EL getrocknetes Basilikum

200 g Zartbitterschokolade

Hülle:

Ca. 50 Vollmilch- Hohlkörper (kann man im Internet bestellen)

Deko:

Ca. 2 EL Mandelblättchen

Sahne und Basilikum bei mittlerer Hitze aufkochen, dann den Topf vom Herd nehmen und eine Weile ziehen lassen. (*Eine Viertelstunde sollte es auf jeden Fall sein, ich habe es 2 Stunden ziehen lassen, weil ich zwischendurch beim Sport war. ^^*)

In dieser Zeit die Schokolade fein hacken, in eine Schüssel geben.

Die Sahne noch mal erhitzen, durch ein Sieb auf die Schokolade

geben und sofort rühren, bis die Schoki sich aufgelöst hat. Die Ganache etwas ruhen und abkühlen lassen.

Währenddessen kann man die Mandelblättchen vorsichtig in der Pfanne ohne Fett rösten, bis sie goldbraun sind. Etwas abkühlen lassen und recht fein hacken.

Dann die Ganache in einen Spritzbeutel füllen (ich nehme Einwegspritzbeutel dafür) und die Hohlkörper damit bis zum Rand befüllen.

Auf jede Praline etwas von den Mandeln streuen und erkalten lassen. [nurkochen]



Ihr seht, es ist gar nicht so schwierig, Pralinen selbst zu machen, die auch noch toll aussehen. Und man muss dafür nicht mal Schokolade temperieren und mit Pralinengabeln hantieren können!

Ich hoffe, ich konnte Neulinge in der Welt der Chocolatiers inspirieren und auch Erfahreneren eine Inspiration bieten.

Habt eine genussvolle Zeit,
eure Judith