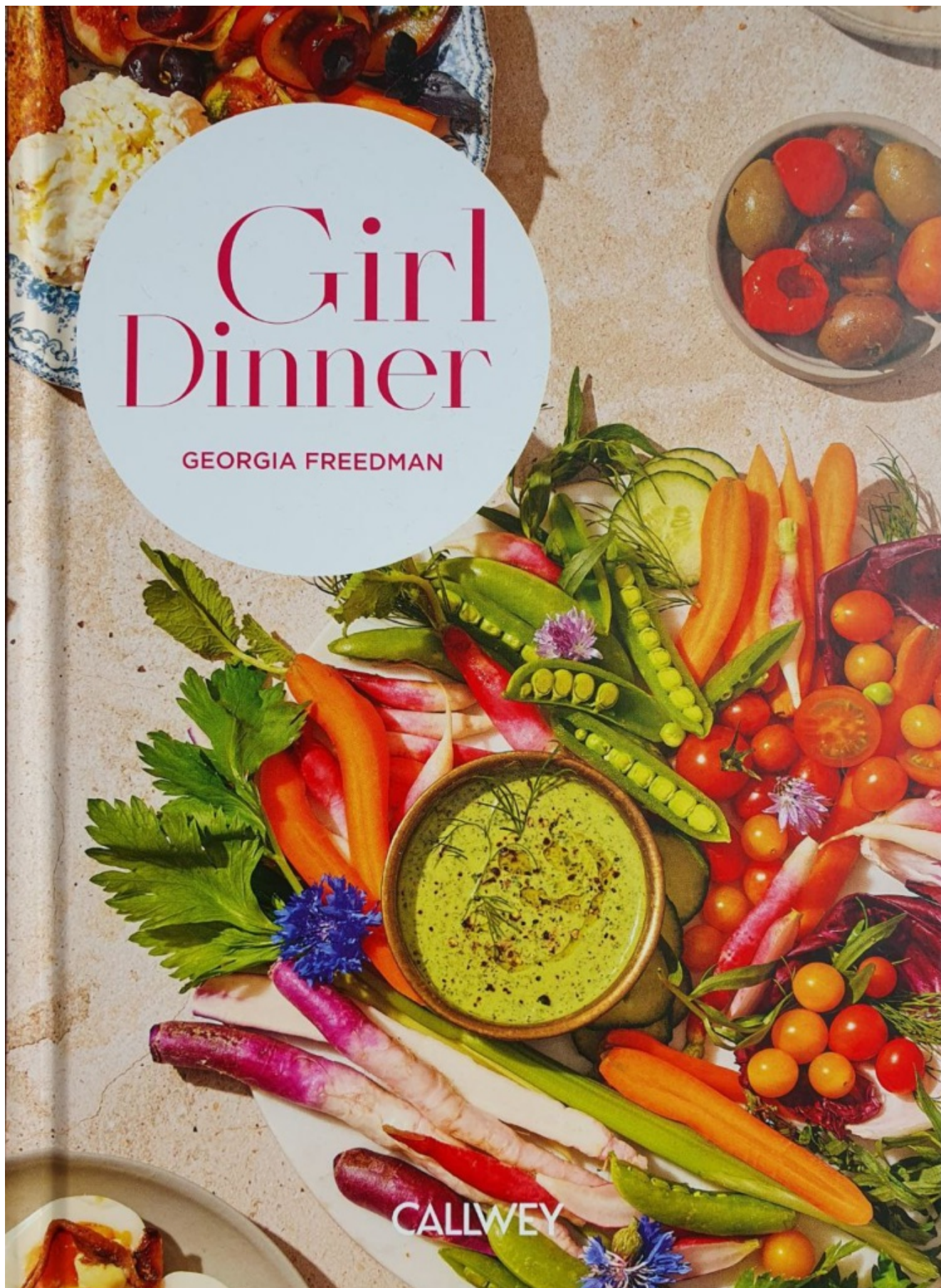


**Buchvorstellung: „Girl
Dinner“ von Georgia Freedman
(Callwey Verlag)**



Das Jahr geht mit großen Schritten auf sein Ende zu und

Weihnachten ist auch nicht mehr weit – auch wenn es jedes Jahr so „plötzlich“ da ist. Da passt es gut, dass im Herbst viele neue Bücher erscheinen, die vielleicht für den ein oder anderen ein perfektes Geschenk wären!

Deshalb gibt es in der nächsten Zeit einige Neuerscheinungen, die in meinem Regal gelandet sind und die mich persönlich überzeugt haben. Los geht es heute mit einem Buch, das ich lektorieren durfte und das mir großen Spaß gemacht hat.

„Girl Dinner“ von Georgia Freedman ist eine Liebeserklärung an kreative Snackmahlzeiten. Für alle, an denen Trends auch so oft vorbei gehen wie an mir:

Das „Girl Dinner“ ist ein auf TikTok und Instagram entstandener Trend, der ein Abendessen aus lauter kleinen Snacks oder eine unkomplizierte Zusammenstellung eines Snackboards beschreibt – also eine Mahlzeit ohne großes Kochen. Perfekt für Mädelsabende, kleine Parties oder einen entspannten Abend nur mit sich alleine.

Ein „Girl Dinner“ soll vor allem Spaß machen und verwöhnen, nicht stressen oder besonders ausgewogen oder aufwändig sein.

ROHKOST-PLATTE MIT JOGHURT-MISO- GREEN-GODDESS-DIP

eine Knoblauch-
erdelle in Oliven-
nach Belieben)
glatte Peter-
nur Blätter
dünne Stiele
Schnittlauch,
gehackt
Estragon-
ter
griechischer
Joghurt
weiße Miso-
plus mehr
Abschmecken
frisch gepress-
Zitronensaft,
mehr zum
hmecken
gemahlener
er Pfeffer
siedene
sorten,
ter Stauden-
e, Karotten-
Radieschen,
erbsen,
ee-Blätter,
nio-Blätter

Das lebendige, würzige Green-Goddess-Dressing ist ein kalifornischer Klassiker, der 1923 im Palace Hotel in San Francisco erfunden wurde. In meiner Variante wird das Dressing zu einem Dip, indem ich die übliche Mayonnaise und saure Sahne gegen dicken griechischen Joghurt austausche, um dann die leckere, aromatische Mischung mit geschnittenem Gemüse zu dippen. Außerdem füge ich einen großen Löffel weißen Misopaste hinzu, die eine wunderbare Note von süßem Umami verleiht (und einige gesunde probiotische Bakterien enthält). Das Ergebnis ist eine dynamische, lebendige Leckerei, die auch noch richtig gesund ist. (Hinweis: Dieses Rezept ergibt genug Dip für zwei Mahlzeiten; wenn man einen Blitzhacker hat, der eine geringere Menge an Zutaten zerkleinert, kann man die Menge auch halbieren und nur eine Portion zubereiten).

Knoblauch, Sardellen (falls verwendet), Petersilie, Schnittlauch und Estragon in einen Mixer geben und mit der Pulstaste zerkleinern, bis alles fein gehackt ist. Dann Joghurt, Miso und Zitronensaft hinzugeben und die Mischung zu einer glatten Sauce verarbeiten, dabei nach Bedarf alles von den Seiten des Mixers nach unten kratzen. Mit 1 Prise Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen, abschmecken und bei Bedarf noch etwas Miso oder Zitronensaft hinzufügen. Die Sauce als Dip zum Gemüse genießen.

Das passt dazu: Dazu passt ein weichgekochtes Ei „Salz & Chili“ oder „À la Provençale“ (Seite 71). Oder man streicht etwas von dem Dip auf ein Stück Baguette. Dazu passen auch milde schwarze Oliven, die man sich als Kind vielleicht auf die Finger gesteckt hat.



Georgia schreibt im Vorwort: „Snackgerichte waren schon immer eine Geheimwaffe“, nämlich von Berufstätigen, Alleinerziehenden, Studenten, ... Das Buch ist also nicht nur was für „Girls“, sondern genauso für Männer, die – sich oder Besuchern – gerne etwas „Selbstgemachtes“ servieren möchten.

Inhalt

Das Buch gliedert sich in 5 Kapitel, dazu kommen kleinere Abschnitte mit zusätzlichen Tipps, wie „Die Vorratskammer eines Snackers“.

Die Rezepte sind sehr übersichtlich, viele haben auch nicht

viele Zutaten.

Zwischendrin gibt es immer mal Einschübe, wie „Weichgekochte Eier“ (Garzeiten etc.) und eine Variation von Rezepten.

Einleitung 7 Snacken mit Gästen 10		
FRISCH & FIX	KLASSIKER & VARIATIONEN	SNACK-PREP
Sandwich-Mahlzeiten 14	Das perfekte weichgekochte Ei 71	Mix & Match-Kartoffelhäppchen 104
Dekonstruierte Guacamole 17	Apfelscheiben & Cheddar mit Crackern & Marmelade 75	Hummus mit würzigen Mandeln, Oliven & Rosinen 107
Seidentofu mit Frühlingszwiebeln, Tomate & Chili Crisp 18	Gepömpfte Instant-Ramen mit Tomate & Kräutern 76	Weichgekochte Kichererbsen 109
Süßkartoffelchip-Salat mit scharfem Honig & frischen Kräutern 21	Süß-pikanter Queso-Dip 79	Äthiopischer Dip mit Shiro Mitten, Injera-Chips & Paprika 110
Selleriestangen à la Zuni 22	Rohkost-Platte mit Joghurt-Miso-Green-Goddess-Dip 80	Knuspriger Reis mit Chorizo, Kräutern & Salat 112
Burrata mit Obst, Pesto & Crostini 25	Chaat-Mango-Brötchen 83	Süß-pikanter Reinsnudelsalat mit Hähnchen 115
Hausgemachtes Pesto 26	Minz-Koriander-Chutney 84	Dekonstruiertes Fattoush mit Mandarine & Granatapfel 117
Salat mit spanischem Thunfisch, Tomate & Oliven 27	Nachos mit Chorizo & schwarzen Bohnen 85	Fladenbrot mit Kürbis nach senegalesischer Art 119
Türkisches Frühstück zum Abendessen 29	Improvisiertes Jianbing 86	Reis mit Tofu, Mais & Spinat 122
Gegrillter Feta mit Tomaten & knusprigem Brot 30	Klassische Bruschetta 89	
Roti-Pizza 33	Mexikanischer Mais-Salat mit Chips 90	KLOTZEN STATT KLECKERN
Bali trifft Kalifornien: Urap-Salat-Wraps 34	Krabben-Cocktail mit zitroniger Gochujang-Meeresfrüchte-Sauce 93	Kaviar-Sandwich 127
Frischkäse-Gemüse-Toasts nach polnischer Art 37	Salatige Sommerrollen auf hawaiianische Art 95	Ungefüllte Avocado mit Krabbe 128
SPEISEKAMMER-SNACKS	Tee-Sandwiches mit pikantem Käse-Dip & Tomate 97	Häppchen Banh-Mi-Style mit Pastete 131
Fertig gekaufte Snacks zum Abrunden der Snack-Mahlzeit 42	Onigiri mit Räucherlachs 98	Bauernpastete mit Baguette & Cornichons 132
Sardinen mit eingelegter Paprika 48	Ceviche mit Heilbutt, Avocado & Kokosmilch 101	Blitzschnell eingelegte Zwiebeln 133
Grilled Cheese mit Kimchi 49		Poké Bowl mit Thunfisch & Pflaumen 134
Toast mit weißen Bohnen & Salami 51		Gebackener Brie mit Trüffelsauce 136
Conservas mit Pan con Tomate 52		
„PB&J“-Reiswaffeln für Erwachsene 55		Die Vorratskammer eines Snackers 137
Dreierlei Gewürz-Popcorn 56		Snacking-Grundausrüstung 144
Foriana-Parmesan-Toasts 59		Vorräte aus aller Welt 146
Picadillo mit schwarzen Bohnen & Tortilla-Chips 61		Danksagung 153
Kartoffel-Röstis mit Okonomiyaki-Sauce 62		Register 154
Pikante Thunfisch-Rollen zum Selbermachen 65		
Antipasti-Platte mit gebratenen Artischockenherzen 66		

Kostprobe?

Lecker klingen die „Kartoffel-Röstis mit Okonomiyaki-Sauce“, aber auch die „Foriana-Parmesan-Toasts“ oder (einer meiner Favoriten für den Sommer) „Salatige Sommerrollen mit hawaiianischem Twist“.



Manche Rezepte eignen sich für kleine Mahlzeiten, andere sind in Snacks verwandelte Gerichte. Manche erfordern ein wenig „kochen“, andere sind ganz fix aus Vorräten zusammengestellt.

Im letzten Kapitel sind auch teurere Zutaten wie Kaviar dabei – Snacks, um sich mal richtig was zu gönnen.

Kurz: für jeden Geschmack und Anlass ist etwas dabei und die Texte der Autorin bei jedem Rezept lesen sich auch unterhaltsam. Am Ende werden Zutaten erklärt und sinnvolle Vorräte aufgeführt. Auch ich kannte nicht alles, man lernt also sogar noch was dazu.



Ein Rezept daraus habe ich schon zwei Mal nachgekocht: das [Picadillo mit Azukibohnen](#). Richtig lecker!

Das Buch bekommt eine klare Empfehlung von mir.

Viel Freude beim Schmökern und Snacken!

Eure Judith