

Pak Choy mit Paprikareis

100 g Langkornreis, Meersalz, 1 Pak Choy, 3 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 1-2 TL Kardamom, 3 EL Olivenöl, 100 ml Gemüsebrühe, 80 ml Chilisauce, 1 TL Cayennepfeffer, Saft von 1/2 Orange, Pfeffer, 1-2 EL Brotaufstrich Paprika

Reis in Salzwasser garen und abtropfen lassen. Pak Choy putzen, waschen und in Salzwasser 4 Min. garen. Abschrecken und sehr gut abtropfen lassen. Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch pellen und durchpressen. Kardamom in einer Pfanne ohne Fett eine Min. rösten. Zwiebeln und Knoblauch im Öl bei mittlerer Hitze andünsten. Mit Brühe, Chilisauce, Cayennepfeffer und Orangensaft auffüllen. 6-8 Min. sämig einkochen lassen, mit Salz, Pfeffer und Kardamom würzen. Pak Choy in die Sauce geben und bei niedriger Hitze 6-8 Min. erwärmen. Paprikaaufstrich unter den Reis mischen und mit der Sauce servieren.

essen & trinken 10/2002

Bataviasalat mit Radieschen

1 Bataviasalat, 1 Bund Radieschen, 150 g Creme fraiche, 1 TL scharfer Senf, Kräutersalz, etwas Honig, Pfeffer, einige Tropfen Zitronensaft

Den Salat putzen, waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Die Radieschen waschen, abtrocknen, würfeln. Aus den übrigen Zutaten eine Marinade rühren, diese über den Salat mit den Radieschen geben und gut miteinander vermengen.

„Bunte Salate“ GU

Birnen-Apfel-Tarte mit Mandelcreme

ca. 500 g Äpfel, ca. 500 g Birnen, 1-2 EL Zitronensaft, 750 ml Wasser, 1 Vanilleschote, 150 g Rohrzucker, 6 Platten TK-Blätterteig, 30 g Butter, 1 Ei, 100 g gem. Mandeln

Das Obst schälen, vierteln und entkernen. Mit Zitronensaft beträufeln. Wasser, aufgeschlitzte Vanilleschote und 100 g Zucker aufkochen. Obst darin 3-5 Min. garen. Abtropfen und abkühlen lassen. Auf dem mit Backpapier belegten Backblech je 2 Blätterteigplatten mit den kurzen Seiten überlappend aneinander legen. So entstehen drei Teigstreifen. 10 Min. auftauen lassen. Nähte jeweils andrücken. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Butter und 50 g Zucker cremig schlagen. Ei und Mandeln zufügen. Auf den Streifen verteilen (ca. 1 cm vom Rand frei lassen). Obst darauf legen. Auf der 2. Schiene von unten 30-35 Min-. backen.