Dinkel-Brötchen

Der Duft von frischen Brötchen, eine knusprige Kruste, weiches Inneres. Wie lässt es sich besser in den Tag starten, als mit selbstgebackenen Brötchen? Dinkelbrötchen machen dabei nicht nur besonders lange satt, sondern schmecken einfach köstlich. Wir verzieren sie besonders gerne mit Haferflocken und essen sie zu süßen und herzhaften Aufstrichen.

Getrocknete Blaubeeren

Blaubeeren stecken voller Vitamin-E und Antioxidantien. Ich verrate dir, wie du die gesunden Beeren im Dörrautomaten oder Backofen trocknen und so auch außerhalb der Blaubeer-Saison genießen kannst. So ernten wir die Beeren zwischen Juni und September. Was wir nicht frisch verzehren, trocknen wir und nutzen es dann zum Beispiel für selbstgemachtes Müsli.

Baba Ghanoush

Baba Ghanoush ist ein orientalischer Auberginen-Aufstrich, der mit Tahini und Zitronensaft abgeschmeckt wird. Seinen charakteristischen Geschmack erhält der vor allem im nahen Osten gereichte Dip durch die Röstaromen der gegrillten bzw. gebackenen Aubergine. So wird diese starker Hitze ausgesetzt, bis die Haut schwarz und das Fruchtfleisch so weich ist, dass es einfach herausgekratzt werden kann. Gereicht wird Baba Ghanoush meistens mit Brot und anderen Mezze wie Oliven, Brot

und gefüllten Weinblättern.

Fluffiges Toastbrot

Extra weich, voll im Geschmack. Ob fluffig oder kross getoastet: Frisches Toastbrot ist etwas ganz besonderes. Wir backen es am liebsten selbst und genießen es typisch amerikanisch mit Marmelade und Erdnussbutter aber auch zu Baked Beans oder als Grilled Cheese Sandwich. Deiner Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Genieße jede Scheibe!

Riesenbohnen in Tomatensauce

Ein Gericht, das ich sowohl in der Türkei als auch in Griechenland besonders gerne bestellt habe, sind Riesenbohnen in Tomatensauce. Seit ich gelernt habe, wie einfach diese Köstlichkeit zuzubereiten ist, gibt es sie bei uns regelmäßig. Lass auch du dich verzaubern von diesem klassischen Gericht der Mittelmeerküche. Ich verspreche dir, dein Gaumen wird begeistert sein.

Milchreis

Cremig. Schlotzig. Samtig weich. Milchreis ist die vielleicht schönste Kindheitserinnerung. Einen Löffel voll direkt aus dem

Topf zu naschen, war einfach das Größte. Ob mit Zimt und Zucker, Zwetschgenröster oder Apfelkompott – noch heute ist Milchreis einer meiner Lieblingsnachtische.

Orangengelee

Orangengelee ist ein süßes Gelee, dass Desserts aber auch herzhafte Gerichte hervorragend akzentuiert. So harmoniert es perfekt mit dunklem Geflügelfleisch aber auch Wild, kann darüber hinaus in Perlen-Form auch auch Nachtisch verfeinern oder fruchtige Zwischenschichten oder Toppings für Desserts im Glas darstellen. bei Süßspeisen harmoniert es dabei optimal mit dunkler Schokolade und Vanille-Noten, wie sie sich zum Beispiel in Panacotta und Mousse au chocolate finden.

Kräuterquark

Frisch. Leicht. Gesund. Kräuterquark glänzt als gesunder Dip und als Aufstrich. Er passt perfekt zu Pellkartoffeln und Röstkartoffeln, schmeckt auf Röstbrot, Körnerbrot sowie Baguette und ist der perfekte Dip für Gemüsesticks.

Zwiebeltarte

Knuspriger Mürbeteig, butterweiche Rotwein-Schalotten und ein großzügiger Schuss dunkler Balsamico. Das ist das Geheimnis meiner dunkel violett schimmernden Zwiebeltarte, die nicht nur unheimlich köstlich, sondern sogar vegan ist. Am liebsten sie als Vorspeise auf einem Salatbett, doch oftmals können wir nicht widerstehen und machen gleich eine elegante Hauptspeise draus.

Dinkel-Toasties

Frisch gebacken, kross getoastet. Toasties sind flache Brötchen, die sich perfekt im Toaster aufbacken lassen. Perfekt, um sie auf Vorrat einzufrieren oder auf der Arbeit aufzubacken. Durch die Verwendung von Dinkelmehl, sind diese besonders reichhaltig und sättigend. Für einen gesunden Start in den Tag.

Birnen-Kompott

Birnen, frisch vom Baum der Nachbarin. Das ist eine meiner frühsten Kindheitserinnerungen. Am Nachmittag gab es diese dann als Birnengemüse zum Sonntagsbraten. Eine leichte Süße, eine feine Vanillenote. Das war für mich ein Gedicht. Auch heute noch gibt es das Birnenkompott aus meiner Kindheit. Als bei Beilage zu herzhaften Gerichten oder einfach als Dessert.

Börek mit Feta & Spinat

Frisch aus dem Ofen, herrlich duftend: Börek ist ein gefüllter Yufkateig, der in Form von kleinen Röllchen oder großen Schnecken serviert wird. Wir machen immer direkt eine große Portion, denn dieser herzhafte Strudel ist ein Gericht, das man unbedingt teilen möchte. Perfekt für deine nächste Party oder zum nächsten Brunch.