

Pappa al pomodoro

Entdecke die rustikale Küche der Toskana! Pappa al pomodoro ist ein sämige Tomaten-Brot-Suppe, die oftmals kalt oder lauwarm serviert wird. Fruchtig. Aromatisch. Sämig. Das perfekte Mittag- oder Abendessen an warmen Sommerabenden. Und: das optimale Rezept für Tomaten, die für einen Salat vielleicht schon zu reif wären. Wir machen Pappa al pomodoro daher besonders gern, wenn die Tomatenernte besonders reichhaltig ausfiel.

Marinierter Halloumi

Knusprige Kruste, zarter Käse, intensives Aroma. Halloumi ist als Grillkäse prädestiniert für intensive Marinaden. Diese verliehen ihm einen besonders vollen Geschmack. Ich verrate dir meine liebste Halloumi-Marinade. Nach einigen Stunden marinieren, kannst du den Käse dann grillen oder alternativ in der Pfanne braten.

Berenjenas de Almagro

Marinierte Mini-Auberginen sind eine wahre Köstlichkeit. Ich lege sie gerne auf die spanische Weise ein und reiche sie als Tapas-Gericht. Durch Nelken, Knoblauchzehen, Lorbeerblätter, Thymian und Minze erhalten sie so ein einzigartiges Aroma.

Feldsalat mit gebratenen Champignons

Erdige Aromen, feine Säure. Feldsalat mit gebratenen Champignons ist ein idealer Vorspeisen- oder Beilagensalat. Zucker und Balsamico sorgen für eine besondere Aromatik. Und: der Salat ist in nur fünfzehn Minuten fertig. Bei uns steht er bei Essen mit Familien oder Freunden daher regelmäßig auf dem Tisch.

Caesar Salad

Parmesan, Croûtons und dem eigens für den Salat entwickelten Caesar Dressing besteht. Der Salat ist dabei besonders für seinen Crunch und die intensiven Parmesan-Aromen bekannt. Er wird daher meist als eigenständiges Gericht und nicht als Beilage serviert. Damit die Croûtons knusprig bleiben, sollten die Zutaten dabei erst kurz vor dem Servieren miteinander vermengt werden.

Rucolasalat mit Pesto

Rucola. Basilikum. Petersilie. Zu dritt wird aus ihnen ein erfrischender Salat, der ebenso knackig wie würzig ist. Denn

nichts umschmeichelt Rucola so sehr wie selbstgemachtes Pesto. Das Ergebnis: Ein leichter Salat mit aufregenden Aromen. Perfekt als Beilagensalat und Vorspeisensalat, optimal für Picknicks und Grillpartys. Wir lieben diesen Rucolasalat allerdings so sehr, dass wir ihn meist einfach mit einem Stück Röstbrot genießen.

Pide mit Hackfleisch & Feta

Knusprig. Würzig. Herzhaft. Teigschiffchen so herrlich duftend, das sie dich schon von weitem locken. Türkische Pide sind die orientalische Version von Pizza. Heiß und dampfend aus dem Ofen kommen, werden sie ebenso gerne als Streetfood als auch als türkische Hausmannskost daheim gegessen. Die Varianten für die Füllungen sind unzählig. Meine wahrscheinliche liebste allerdings ist Hackfleischsauce und Feta. Und die lässt sich ganz einfach auch in vegan zaubern.

Cremiges Kartoffelpüree

Samtig. Weich. Und herrlich cremig. Ein gutes Kartoffelpüree braucht nicht mehr als vier Zutaten und ein bisschen Liebe. Ob zu Fischstäbchen, Spinat oder Schlemmerfilet. Kartoffelpüree ist ein wahres Kindheitsessen. Inzwischen haben wir uns aber auch in die vegane Version verliebt, reichen diese gerne zu veganen Würstchen und Erbsen & Möhrchen. Und auch nach 30 Jahren macht mein Papa noch den gleichen Witz, wenn dieses Essen auf den Tisch kommt: Wie heißt das Reh mit Vornamen? Kartoppelpü!

Kartoffel-Wedges **in** **Knusperpanade**

zaubern. Mein Geheimnis für die perfekte Knusperpanade? Ein selbstgemachter Rub aus gemahlenden Röstzwiebeln und Gewürzen. Während die Kartoffelspalten innen schön weich bleiben, verleiht der Rub ihnen so die optimale Kruste. Aber Vorsicht! Diese knusprigen Wedges machen süchtig!

Gedämpfter Blumenkohl

Gedämpfter Blumenkohl ist so viel aromatischer als gekochter Blumenkohl. Durch die schonende Zubereitung behält das Gemüse nicht nur mehr von seinem Geschmack, sondern auch mehr Vitamine. Besonders bei lila oder gelben Blumenkohl hilft ein anschließendes Eisbad dabei, die knallige Farbe zu behalten.

Spaghetti-Kürbis **mit** **Bolognese**

sieht das Fruchtfleisch des Kürbisses nämlich nicht nur aus wie Spaghetti, sondern schmeckt mindestens ebenso gut. So wird das kreative Gericht nicht nur zu gesunden Nudel-Alternative,

sondern auch zur kulinarischen Entdeckungsreise. Da sich das Gericht sehr einfach zubereiten lässt, ist es perfekt für Kochen mit Kindern. Die Pasta wird hier niemandem fehlen, versprochen!

Omas Schmorgurken mit Kartoffeln

Gurken, würziges Hackfleisch, cremige Sauce: Schmorgurken sind ein klassisches Hausmannskost-Rezept. Warme Gurken klingen seltsam? Überwinde deine Scheu und du entdeckst einst der schönsten Traditionsgerichte. Essen für die Seele wie von Oma, nachdem man die Teller abschmecken möchte. Und natürlich ist auch hier ein bisschen Abwandlung immer erlaubt. So machen wir das Gericht heutzutage gerne mit vegetarischem Hackfleisch.