

Tsatsiki wie aus Griechenland

Tsatsiki darf bei keiner Grillparty fehlen – und die Grillsaison ist so gut wie eröffnet! Zeit, sich mit dem ultimativem Tsatsiki-Rezept zu bewaffnen. Lasst euch diese griechische Vorspeise auf der Zunge zergehen und fühlt euch von heimischen Balkon direkt auf die sonnigen Inseln Griechenlands versetzt.

Fruchtige Tomatensauce

Den Sommer in einer fruchtigen Tomatensauce einfangen? Nichts leichter als das. Wer im Sommer selbst Tomaten züchtet oder ein paar zu viele vom Markt mitgebracht hat, kann diese ganz einfach in Tomatensauce verwandeln. Einmal eingekocht, erinnert dich diese Tomatensauce auch Monate später noch an laue Sommerabende.

Cremiger Hummus

Ein guter Hummus bringt einen Hauch von Leichtigkeit mit sich. Ob als cremiger Brotaufstrich am Morgen, als feinwürziger Dip, als Aufstrich für Wraps oder einfach pur: Kichererbsen waren noch nie so lecker.

Vindaloo Currypaste

Duftende Gewürze, frisch gemahlener Ingwer und eine herrlich intensive Farbe verraten schon: aromatischer geht es kaum. Selbstgemachte Vindaloo-Paste ist die beste Basis für dein Vindaloo-Curry. In nur zehn Minuten zauberst du so die Grundlage für ein Curry, das deine Sinne auf eine unvergessliche Reise durch die indische Welt der Gewürze schickt.

Zitronen-Mayonnaise

Gönn' dir mal was – und zwar eine gute Portion Mayonnaise! Ob auf kross frittierten Pommes, für ein extra cremiges Salatdressing oder als gehaltvoller Dip. Wenn sie auch nicht den Hüften schmeichelt, ist Mayonnaise doch unheimlich verlockend. Ein Hauch Zitrone sorgt für die gewisse Raffinesse und schon kannst du den fettigen Genuss als kulinarischen Genuss anpreisen.

Walnuss-Pesto

iner neuen feine Note. So duftet mein Walnusspesto nicht nur verführerisch, sondern kombiniert die Aromen von frischer Petersilie und gereiften Parmesan mit milden Walnüssen.

Avocado-Aufstrich

Cremig, lecker, Avocado! Vegetarische Brotaufstriche lassen sich im Handumdrehen selber zaubern. Mein Avocado-Aufstrich ist in nur drei Minuten bereit vernascht zu werden – und obendrein noch super gesund und low carb. Am liebsten mag ich meinen Avocado-Aufstrich dabei mit Kurkuma, schwarzem Pfeffer und Ingwer. So bietet er eine Reise durch verschiedenste Geschmackswelten und gibt euch einen optimalen Start in den Tag. Willkommen im Avocado-Himmel!

Paprika-Pesto

Reife Paprika, cremiger Parmesan und feine Röstaromen. Mein Lieblingspesto überzeugt nicht nur durch den Geschmack, sondern ebenso durch den fruchtigen Geruch. Mit der weichen Textur lädst du deine Pasta zu einen feurigen Tanz ein. Hier wieder jedes Glas bis aus den letzten Tropfen geleert, jeder Löffel abgeschleckt. Ich bekenne mich schuldig: Ohne diese Pesto geht es nicht mehr.

Pflaumen-Chutney

Wenn ihr euch genauso in dieses Chutney verliebt wie ich, kocht ihr spätestens beim zweiten Mal die doppelte Menge –

denn die süß-saure Sauce zieht Geschmacksknospen so schnell in ihren Bann, dass ich jeden Herbst die Fans meines Pflaumenchutneys mit Nachschub versorgen muss. Auf den Tisch kommt es dann nicht nur zum Weihnachtsessen, sondern auch als Beilage zu geröstetem Gemüse, Ofen- und Schmorgerichten.

Avocado-Pesto mit Petersilie

Cremig. Frisch. Vegan. Durch ihre samtige Konsistenz ist die Avocado die perfekte Begleitung für deine Pasta und dein Brot. Warum also nicht gleich eine Creme draus machen, die auch als Pesto taugt? Das ist nicht nur besonders gesund, sondern auch extrem lecker – ein Traum in hellgrün!