



MEETS





Rezept – Gang 1

WASSERMELONEN TOMATEN GAZPACHO / Kalte Melonen-Suppe

1. Zutaten für 6 Portionen
 - 3 KG Wassermelone
 - 750g Datterini Tomaten
 - 1,5 TL Salz, Pfeffer nach belieben
 - 3 Bund Basilikum
 - 450g Feta Käse
2. Wassermelone in kleine Stücke schneiden, ggf. Kerne entfernen und mit 500g Tomaten fein pürieren 2/3 vom Basilikum, Salz, Pfeffer dazugeben und nochmals pürieren.
3. Restliche Tomaten halbieren, restlichen Basilikum klein hacken. Feta in kleine Stücke zerbröseln.
4. Suppe in Gläser abfüllen, Tomaten, Basilikum und Feta darauf verteilen und genießen.





MEETS
X



Rezept – Gang 2

TERIYAKI CHICKEN / CAIPIRINHA LACHS/ COUSCOUS / CESAR SALAD

1. Zutaten für 6 Personen

- 3 Hähnchenbrüste
- 100ml Teriyaki-Soße
- 1 Lachs Seite
- 2 Limetten
- 1 Bund Dill
- 200g CousCous
- Weintrauben
- Granatapfel Kerne
- 2 Romana Salatherzen
- Dressing: Majo, Kapern, Thunfisch, Parmesan, Apfelessig Brot Chips

2. Hähnchen in kleine Würfel schneiden, scharf anbraten, mit Teriyakisoße ablöschen
3. Lachsfilet auf der Hautseite einschneiden, mit Limetten und Dill spicken. Bei 250 Grad in den Backofen geben, bis das Eiweiß aus den Schnittflächen tritt.
4. Cous Cous mit heißer Gemüsebrühe übergießen und quellen lassen. Mit halbierten Weintrauben und Granatapfelkernen vermischen.
5. Salatherzen klein schneiden
6. Dressing herstellen aus Majo, Kapern, Parmesan, Thunfisch – alles mit einem Pürrierstab mixen.
7. Teller anrichten aus CousCous, Salat, Dressing Fisch und Chicken und Chips.





MEETS
X



Rezept – Gang 3

APFFEL MASCARPONE CREME

1. Zutaten für 6 Personen

- 3 Äpfel
 - 250ml Apfelsaft
 - 1/2 Pudding Pulver
 - 250g Mascarpone
 - 100ml Sahne
 - Zucker / Zimt nach belieben
2. Äpfel entkernen und in kleine Würfel schneiden
 3. In einem Topf mit dem Apfelsaft kurz aufkochen
 4. Pudding Pulver nach Anleitung zufügen
 5. Sahne steif schlagen
 6. Mascarpone mit der geschlagenen Sahne, Zucker und Zimt glatt rühren
 7. Im Glas anrichten mit Apfel-Pudding anrichten





Follow us on
Instagram



SCAN ME