



SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 28.02.2016
"KitchenCase bei RENZEN Communications"

Thai Beef Salat - Ligurischer Brotsalat mit Crevetten Orangensalat mit Quark und Baumnuss Crumble (für 4 Personen)



Thai Beef Salat:

ca. 15-20 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 150 g grüne Bohnen
- ★ 20 g Ingwer
- ★ 1 St Zitronengras
- ★ 1 St Knoblauch
- ★ 1 St Chili
- ★ 1 EL Sesamöl
- ★ 2 St Rindssteaks à ca. 200g (Hüfte o. Entrecôte)
- ★ 1 St Limone
- ★ 4 EL Olivenöl
- ★ Ahornsirup
- ★ 2 St Frühlingszwiebeln
- ★ 150 g Kirschtomaten
- ★ 150 g Blattsalat (je nach Saison)
- ★ 2 Stä Thai Basilikum
- ★ 2 Stä Koriander

Zubereitung:

Die Bohnen rüsten, evtl. je nach Länge halbieren und in kochendem Salz knackig garen. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und den Ingwer, das Zitronengras und den Knoblauch hineinreiben. Chili zugeben und alles 2-3 Minuten dünsten. Dann in eine grössere Schüssel geben. In der selben Pfanne nun heiss die Steaks kurz von beiden Seiten anbraten (ca. 1-2 Min. je nach Dicke des Fleisches). Fleisch herausnehmen und warmstellen bei ca. 95 – 110 Grad. Limonenabrieb, und Limonensaft in die Schüssel dazu geben. Unter ständigem Rühren das Olivenöl einlaufen lassen. Dressing abschmecken mit wenig Ahornsirup und evtl. Salz und Pfeffer. Tomaten halbieren, Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und zusammen mit den Bohnen in die Schüssel mit dem Dressing geben. Klein gezupfter Salat (je nach Saison und Gusto) zugeben.

DENNER

**KITCHEN
CASE**

1. Beste Job



SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 28.02.2016
"KitchenCase bei RENZEN Communications"

Thai Beef Salat - Ligurischer Brotsalat mit Crevetten Orangensalat mit Quark und Baumnuss Crumble (für 4 Personen)



Thai Beef Salat:

ca. 15-20 Minuten Zubereitungszeit

Zubereitung: (Fortsetzung)

Basilikum und Koriander in feine Streifen schneiden und zugeben. Alles gut mischen.

Fertig stellen/Anrichten:

Salat in Schüsseln oder tiefen Teller verteilen.
Steaks gegen die Faser in dünne Scheiben aufschneiden und dekorativ auf den Salat verteilen.

DENNER

**KITCHEN
CASE**

1ste Joh



SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 28.02.2016
"KitchenCase bei RENZEN Communications"

Thai Beef Salat - Ligurischer Brotsalat mit Crevetten **Orangensalat mit Quark und Baumnuss Crumble** (für 4 Personen)



Ligurischer Brotsalat mit Crevetten:

ca. 15-20 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 12 Sch Baguette
- ★ 8 St Riesencrevetten
- ★ 1 St rote Peperoni
- ★ 1 Zweig Cherry Tomaten
- ★ 1 St Zucchini
- ★ 2 St Knoblauch
- ★ 4 St Schalotten
- ★ 4 Stä Thymian
- ★ 1 Stä Rosmarin
- ★ 1-2 EL Ahornsirup
- ★ 4 EL Olivenöl
- ★ Salz, Pfeffer
- ★ 6 EL Olivenöl
- ★ 2 EL weisser Balsamico
- ★ ½ Bu Basilikum
- ★ ½ Bu Licio Petersilie
- ★ 2 St Passionsfrüchte

Zubereitung:

Die Baguette Scheiben im Toaster toasten.
Die geschälten Crevetten halbieren, in einer Pfanne mit wenig Olivenöl kurz von allen Seiten anbraten und warm stellen. Peperoni entkernen und achteln. Zucchini in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Knoblauch und Schalotten schälen und vierteln. Peperoni, Zucchini, Schalotten und Knoblauch mit 4 Essl. Olivenöl in derselben Pfanne bei nicht zu starker Hitze ca. 3-5 Minuten braten. Thymian und Rosmarin zupfen und mitbraten. Die Tomaten vierteln und entkernen. Tomaten und Ahornsirup zugeben und noch einmal durchschwenken. Pfanne vom Herd nehmen. Gemüse in eine Schüssel geben. Olivenöl, Balsamico, feingeschnittener Basilikum und Licio Petersilie zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

DENNER

**KITCHEN
CASE**

1. Beste Job



SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 28.02.2016
"KitchenCase bei RENZEN Communications"

Thai Beef Salat - Ligurischer Brotsalat mit Crevetten Orangensalat mit Quark und Baumnuss Crumble (für 4 Personen)



Ligurischer Brotsalat mit Crevetten:

ca. 15-20 Minuten Zubereitungszeit

Fertig stellen/Anrichten:

Salat in Schüsseln oder tiefen Teller verteilen.
Passionsfrüchte halbieren und das Fruchtfleisch
herauslösen. Auf den Salaten verteilen.
Je 4 Stück ½ Crevetten auf dem Salat anrichten.

DENNER

**KITCHEN
CASE**

erste Seite



SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 28.02.2016
"KitchenCase bei RENZEN Communications"

Thai Beef Salat - Ligurischer Brotsalat mit Crevetten **Orangensalat mit Quark und Baumnuss Crumble** (für 4 Personen)



Orangensalat mit Quark und Baumnuss Crumble:

ca. 15-18 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 4 St Orangen
- ★ 400 g Quark
- ★ 2 St Passionsfrüchte
- ★ Ahorn Sirup
- ★ 100 g Zucker
- ★ 50 ml Wasser
- ★ 150 g Baumnüsse
- ★ 10 g Butter

Zubereitung:

Orangen mit dem Messer schälen und die Filets aus der Orange herausschneiden. Quark in einer Schüssel mit dem Mark der Passionsfrüchte verrühren. Ahornsirup je nach Gusto, wie süß die Creme sein soll, zugeben. Zucker und Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Solange kochen lassen, bis das Wasser verdunstet ist und der Karamell entsteht. In der Zwischenzeit die Baumnüsse grob hacken. Wenn im Topf ein heller glänzender Karamell entstanden ist, die Nüsse und die Butter zugeben und den Topf vom Herd nehmen. Krokant gut durchrühren und auf ein Backpapier zum Auskühlen gessen.

Fertig stellen/Anrichten:

Orangenfilets in vorbereitete Gläser verteilen. Die Quarkcreme auf die Orangenfilets verteilen. Den Baumnuss Krokant grob hacken und auf der Creme verteilen. Je nach Gusto mit Beeren oder Minze garnieren.