

DENNER

A.Vogel
Herbamare®
Meersalz mit Gemüse und Kräutern

**KITCHEN
CASE**

Forstke Jöh



SAT.1

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

Rezept aus der Sendung vom 18.03.2018
KitchenCase in der Primarschule Bül

Zuckerfreie Sanddorn - Granatapfel Limonade mit Minze
Paniertes Schnitzel mit Kartoffel Gurkensalat
und Radieschen - Rucola - Schokoladencrème mit Erdbeeren
(für 4 Personen)



Limonade:

ca. 12 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 2 Orangen
- ★ 1 Zitrone
- ★ 1 EL Sanddorn Saft
- ★ 1 Minze Zweig
- ★ 1-2 EL Honig oder Stevia
- ★ 500 ml Mineralwasser

Zubereitung:

Orangen und Zitrone auspressen.
Zusammen mit dem Sanddornsaft, Honig oder Stevia und der Minze in einen Mixer geben.
Mit Mineralwasser auffüllen und mischen und in Karaffen füllen.
Evtl. mit bunten Eiswürfen mischen.

DENNER

A.Vogel
Herbamare®
Meersalz mit Gemüse und Kräutern

**KITCHEN
CASE**

Horst Jöh



SAT.1

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

Rezept aus der Sendung vom 18.03.2018
KitchenCase in der Primarschule Büel

Zuckerfreie Sanddorn - Granatapfel Limonade mit Minze
Paniertes Schnitzel mit Kartoffel Gurkensalat
und Radieschen - Rucola - Schokoladencrème mit Erdbeeren
(für 4 Personen)



Paniertes Schnitzel mit Kartoffel Gurkensalat und Radieschen - Rucola:

ca. 25 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 4 Kalbschnitzel
- ★ Herbamare Trocomare
- ★ 2 EL Mehl
- ★ 1 Ei
- ★ 4-5 EL Panierbrösel
- ★ 4 EL Pflanzenöl
- ★ 1 Zitrone

Zubereitung:

Kalbsschnitzel von beiden Seiten leicht mit Herbamare Trocomare würzen. Das Ei in einer Schüssel verquirlen. Die Schnitzel nun nacheinander im Mehl, dann im Ei und dann in den Panierbröseln wälzen (panieren). Pfanne mit dem Pflanzenöl erhitzen. Schnitzel von beiden Seiten goldbraun braten. Zum Garnbieren Zitrone in Scheiben oder Ecken schneiden.



A.Vogel
Herbamare®
Meersalz mit Gemüse und Kräutern



KITCHEN
CASE



Torste Jöh



SAT.1

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

Rezept aus der Sendung vom 18.03.2018
KitchenCase in der Primarschule Büel

Zuckerfreie Sanddorn - Granatapfel Limonade mit Minze Panieretes Schnitzel mit Kartoffel Gurkensalat und Radieschen - Rucola - Schokoladencrème mit Erdbeeren

(für 4 Personen)



Kartoffel - Gurkensalat:

ca. 25 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 1 kg Pellkartoffeln
- ★ 1 Zwiebel
- ★ 3 dl Gemüsebrühe
- ★ 2 EL Senf
- ★ 6 EL Essig
- ★ 6 EL Pflanzenöl
- ★ Pfeffer
- ★ Herbamare Original
- ★ 1 Salatgurke
- ★ 4 St Radieschen
- ★ 1 Bund Rucola

Zubereitung:

Kartoffeln in der Schale weichkochen oder im Dämpfer garen. Noch warm pellen/schälen. Gleichmässige Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Zwiebel in feine Würfel schneiden und mit der Gemüsebrühe und dem Essig aufkochen. Heiss über die Kartoffel geben, umrühren und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Mit Senf, Pfeffer und Herbamare abschmecken. Vor dem Servieren die Salatgurke in dünne Scheiben schneiden oder hobeln und unter den Kartoffelsalat geben. Die Radieschen waschen und in kleine Scheiben oder Ecken schneiden und ebenfalls daruntermischen. Den Rucola zum Garnieren auf den Kartoffel Salat verwenden.

DENNER

A.Vogel
Herbamare®
Meersalz mit Gemüse und Kräutern

**KITCHEN
CASE**

Forstke Jöh



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

Rezept aus der Sendung vom 18.03.2018
KitchenCase in der Primarschule Büel

Zuckerfreie Sanddorn - Granatapfel Limonade mit Minze
Paniertes Schnitzel mit Kartoffel Gurkensalat
und Radieschen - Rucola - Schokoladencrème mit Erdbeeren
(für 4 Personen)



Schokoladencrème mit Erdbeeren:

ca. 25 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 5 dl Milch
- ★ 1 Vanille Stange
- ★ 100 g Schokolade
- ★ 2 Eier
- ★ 2-3 EL Zucker
- ★ 1 EL Maizena

Zubereitung:

Alle Zutaten in einem weiten größeren Topf mit dem Schwingbesen gut vermischen, dann bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren bis vors Kochen bringen. Topf vom Feuer nehmen und 2 Min. weiter-rühren, dann durch ein Sieb in eine Schüssel giessen. Je nach Wunsch in Gläser oder eine Schüssel füllen und bis zum Servieren kühl stellen.

DENNER

A.Vogel

Herbamare®
Meersalz mit Gemüse und Kräutern

**KITCHEN
CASE**

1.★ ★ ★ ★ ★
1. Beste Zeit



SAT.1

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

Rezept aus der Sendung vom 18.03.2018
KitchenCase in der Primarschule Büel

Zuckerfreie Sanddorn - Granatapfel Limonade mit Minze
Paniertes Schnitzel mit Kartoffel Gurkensalat
und Radieschen - Rucola - Schokoladencrème mit Erdbeeren
(für 4 Personen)



Marinierte Erdbeeren:

ca. 10 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 1 Schale Erdbeeren
- ★ 1-2 Blatt Minze
- ★ 1 EL Puderzucker

Zubereitung:

Erdbeeren rüsten (vom grün befreien und schauen, dass sie sauber sind. Nicht waschen!
3-4 Erdbeeren in einer Schüssel mit der Gabel fein zerdrücken.
Minze fein hacken und zusammen mit dem Puderzucker in die Schüssel geben.
Die restlichen Erdbeeren in Ecken oder Scheiben schneiden und alles gut mischen.