

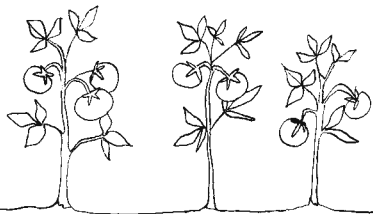
..... BÉRENGÈRE ABRAHAM / FOTOS VON VALÉRIE LHOMME

TOMATEN, BOHNEN, PAPRIKA

KOCHEN MIT SOMMERGEMÜSE



JAN THORBECKE VERLAG



Inhalt

SONNENGEMÜSE	4	Salat aus Borlottibohnen und Tomaten	40
Tomatenkaltschale mit Erdbeeren und Mozzarella-creme	6	Schnittbohnen mit Doraden-Carpaccio und Ingwer-Vinaigrette	42
Geschmorte Kalmare mit Tomaten und Piment d'Espelette	9	Salat von breiten Bohnen mit marinierten Sardinen	44
Tomaten- Konfitüre mit Vanille	10	GEMÜSE IM BUND	46
Frittierte Zucchini-Blüten	13	Carpaccio von gemischtem Gemüse	48
Salat aus rohen Zucchini-Tagliatelle	14	Pissaladière aus Nizza mit Frühlingszwiebeln	51
Rondini gefüllt mit Kalbfleisch und Käse	17	Ziegenfrischkäse-Terrine mit Spargeln und Schnittlauch	52
Pluma vom Ibérico-Schwein mit Auberginen von der Grillplatte	19	Risotto mit grünem Spargel und Parmesan	55
Tarte Tatin mit Auberginen und Pinienkernen	20	Provenzalische Focaccia mit Artischocken und Kirschtomaten	56
Gegrillte Paprika, eingelegt mit Anchovis und Kapern	22	Pasta mit Muscheln und Artischocken	59
Provenzalische Tian: Sommergemüse-Gratin	25	NOCH MEHR GEMÜSE	60
HÜLSENFRÜCHTE	26	Mini-Blechkartoffeln mit Thymian und geräuchertem Salz	62
Salat aus Dicken Bohnen und Zuckererbsen	29	Kartoffel-Pizza mit Scamorza und Trüffelcreme	64
Belegte Brote mit Bohnencreme, Zwiebeln und Salatherzen	30	Gegrillte Maiskolben mit Salzbutter	67
Zuckererbsen auf französische Art im Schmortopf	33	Raita mit Gurken	68
Conchiglioni mit Zuckererbsen und Minzcreme	34	Bagels mit Gurke und Räucherlachs	70
Lamragout mit Kräutern	36	Besondere Zutaten	72
Lauwarmer Bohnensalat mit Schellfisch und Zitronencreme	38		

Tomatenkaltschale mit Erdbeeren und Mozzarellacreme

Für die Kaltschale

- * 4 Ochsenherz-Tomaten
- * 250 g Erdbeeren, vorzugsweise Gariguette
 - * 3 EL Olivenöl
 - * 1 EL Balsamico-Essig
 - * 1 EL Zucker
- * Salz und frisch gemahlener Pfeffer

Für die Mozzarellacreme

- * 2 Kugeln Büffel-Mozzarella
 - * 1 EL Olivenöl
- * Meersalz (Fleur de Sel) und frisch gemahlener Pfeffer



Für die Mozzarellacreme den Mozzarella würfeln und zusammen mit dem Olivenöl, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben. Mit dem Handmixer zu einer dicklichen Creme verquirlen. Kühl stellen.

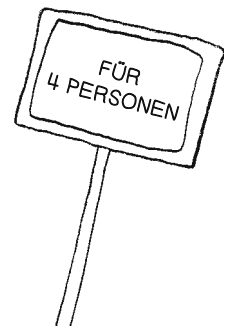
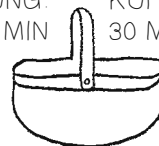
Reichlich Wasser zum Kochen bringen. Mit einem spitzen Küchenmesser die Haut der Tomaten kreuzweise einritzen. Die Tomaten 30 Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken und die Haut abziehen. Die Tomaten halbieren, Kerne entfernen und das Fleisch in grobe Stücke schneiden.

Erdbeeren waschen, das Grün abzupfen, halbieren und mit den Tomaten, Olivenöl, Essig, Salz und Pfeffer in einen Mixer auf höchster Stufe pürieren. Abschmecken, wenn nötig nachwürzen und kalt stellen.

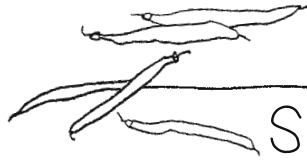
Unmittelbar vor dem Servieren die Kaltschale erneut gut durchrühren, in vier Suppenschälchen über einige Eiswürfel geben. Mit einem Löffel Mozzarellacreme und eventuell einigen Walderdbeeren garnieren.

ZUBEREITUNG: 20 MIN KÜHLZEIT: 30 MIN

6







Lauwarmer Bohnensalat mit Schellfisch und Zitronencreme

- * 1 kg Gartenbohnen
- * 20 Kartoffeln, kleine Sortierung (Drillinge)
 - * 400 g geräuchertes Schellfischfilet ("smoked haddock")
 - * 1/2 unbehandelte Zitrone
 - * 4 EL Crème fraîche
 - * 2 EL Olivenöl
- * Meersalz (Fleur de Sel) und Pfeffer aus der Mühle

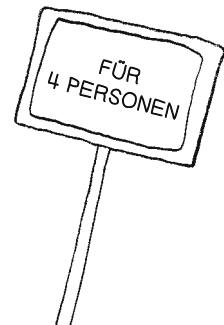
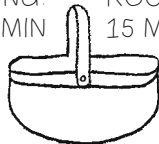
Bohnen putzen und waschen. Kartoffeln waschen und gründlich abbürsten. Zwei Töpfe mit Salzwasser zum Kochen bringen. Im ersten die Kartoffeln 15 Minuten garen. Im zweiten die Bohnen 10 bis 12 Minuten kochen. Sie sollten dann noch fest und grün sein. Das Gemüse aus dem Wasser nehmen. Die Bohnen kalt abschrecken.

Das Schellfischfilet mit einem sehr scharfen Messer in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Zitronenschale abreiben und die Zitrone auspressen. Zitronensaft in die Crème fraîche rühren, salzen und pfeffern. Die noch lauwarmen Bohnen auf 4 Schalen verteilen. Die halbierten Kartoffeln und den Fisch dazu geben. Salzen, pfeffern, mit Zitronenabrieb bestreuen. Olivenöl darüber träufeln. Schließlich je einen Löffel Zitronencreme daraufsetzen und sofort servieren.

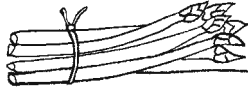


Sie können den Schellfisch auch in einer siedenden Wasser-Milch-Mischung 5 Minuten garen, ehe Sie ihn unter den Salat mischen.

ZUBEREITUNG: 25 MIN KOCHZEIT: 15 MIN







Ziegenfrischkäse-Terrine mit Spargeln und Schnittlauch

- * 20 kleine, grüne Spargelstangen
 - * 6 Blatt Gelatine
 - * 100 ml Schlagsahne
 - * 400 g Ziegenfrischkäse
- * 150 g Faisselle (franz. Quarkspezialität, s. S. 72)
 - * 4 EL Olivenöl
- * 1/2 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
- * Meersalz (Fleur de Sel) und Pfeffer aus der Mühle

Die Spargel nur wenig schälen, waschen und 10 Minuten in Salzwasser kochen. Sie sollten gar, aber noch bissfest sein und ihre grüne Farbe behalten. Aus dem Kochwasser nehmen und kalt abschrecken.

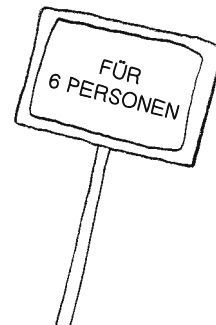
Die Gelatine in kaltem Wasser auflösen. Die Sahne in einem kleinen Topf langsam erwärmen. Parallel dazu in einer Rührschüssel den Ziegenfrischkäse, den Quark und das Olivenöl mit dem Handrührgerät verquirlen, salzen und pfeffern. Die eingeweichte Gelatine leicht ausdrücken. Die Sahne von der Kochstelle nehmen und die Gelatine in der heißen Sahne auflösen. Gründlich verrühren. Die Sahne in die Frischkäsemischung rühren, den klein geschnittenen Schnittlauch unterheben, abschmecken und wenn nötig nachwürzen.

Die Hälfte der Frischkäse-Zubereitung in eine Terrine füllen und die Hälfte des Spargels darüber legen. Den Vorgang wiederholen und mit einer Schicht Spargel abschließen. Die Terrine mindestens vier Stunden vor dem Servieren kalt stellen.

ZUBEREITUNG: 25 MIN KÜHLZEIT: 4 STUNDEN
KOCHZEIT: 10 MIN



52





BESONDERE ZUTATEN

Das **Bouquet garni** ist ein Kräutersträußchen, das zum Würzen in Suppen oder Eintöpfe gehängt und nach dem Kochen entfernt wird. Es besteht normalerweise aus 3 Stängeln Petersilie, 1 Zweig Thymian und 1 Lorbeerblatt

Faisselle ist eine französische Frischkäse-Spezialität, ein ungerührter, bröckeliger, sehr saftiger Quark, vergleichbar mit Schichtkäse oder dem polnischen

Twarog, jedoch noch etwas lockerer. Man kauft **Faisselle** in kleinen Bechern mit einem Siebeinsatz, der den Quark in der Molke hält. In Deutschland ist sie in den Gourmetabteilungen z.B. des Kaufhofs erhältlich, von französischen Marken wie *Rians*.

Die Salatsorte **Little Gem** ist eine Unterart des Romana-Salats, die vor allem als kleine Salatherzen verkauft wird. Sie schmeckt leicht süßlich-nussig.

*Danke an Margot Lhomme und Christiane Perrochon für die zauberhaften Keramiken.
Und Danke an Florence für ihre wertvolle Unterstützung.*

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRUNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Aus dem Französischen von Christine
Frauendorf-Mössel

Alle Rechte vorbehalten

© der deutschen Ausgabe 2016 Jan Thorbecke Verlag
der Schwabenverlag AG, Ostfildern

© der Originalausgabe unter dem Titel: *Legumes d'été*
– Tomates, Courgettes, Poivrons ... 2014 Larousse
www.thorbecke.de

Umschlaggestaltung: Finken und Bumiller, Stuttgart

Umschlagfotos: Valérie Lhomme

Gestaltung: Claire Morel-Fatio

Satz: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: Gráficas Estella

Hergestellt in Spanien

ISBN 978-3-7995-1033-2

