



Kräuter

Herzhaft und süß

Jan Thorbecke Verlag

Inhalt

Blumenkohlsuppe mit Ziegenkäse	5
Erbsen-Brokkoli-Suppe mit Minze	6
Gaspacho aus Tomaten und Paprika mit Basilikum	9
Gaspacho mit Joghurt, Gurke und Minze	10
Panna cotta mit Ziegenkäse und Rosmarin	13
Flans mit Senf und Kräutern	14
Artischocken-Carpaccio mit Petersilie	17
Chicoree surprise	18
Mille-feuille mit Ziegenkäse und Bohnenkraut	21
Salat mit gegrillten Aprikosen und Basilikum	22
Salat aus Ofenkarotten, Orangen und Avocado	25
Kräuter-Kracker	26
Apfeltörtchen mit Camembert und Thymian	29
Kräuter-Muffins mit Spinat und Schnittlauch	30
Sandwichtorte mit frischen Kräutern	33
Käse-Zupfbrot mit Schnittlauch	34
Buchweizenbratlinge mit Zucchini und Koriander	37
Tarte mit Kresse, Pilzen und Ricotta	38
Süßkartoffel-Gnocci mit Salbei	41
Tagliatelle mit Sauerampfer-Pesto	42
Seebarsch mit Kresse	45
Lachsquiche mit Erbsen und Dill	46
Hähnchen mit Cashew und chinesischem Schnittlauch	49
Hühnerspießchen mit Estragon	50
Lammschulter mit Gemüse und Thymian	53
Clafoutis mit Aprikosen und Rosmarin	54
Tarte mit Grapefruit und Rosmarin	57
Basilikumeis mit frischen Himbeeren	58
Pfefferminz-Gelee	61
Feigenkonfitüre mit Oregano und Sesam	62



Sandwich- torte

mit frischen Kräutern

½ BUND RADIESCHEN ■ ½ SALATGURKE ■ 12 ROTE UND GELBE COCKTAIL-
TOMATEN ■ 1 BUND SCHNITTLAUCH ■ 450 G QUARK ■ 150 G FRISCHKÄSE,
CA. 15% FETT I.TR. ■ 5 SCHEIBEN RUNDES FLADENBROT (WIE FÜR WRAPS)
■ 4 SCHEIBEN RÄUCHERLACHS ■ ½ ZITRONE (SAFT) ■ 2 STÄNGEL
BASILIKUM ■ SALZ ■ PFEFFER

- 1.** Die Radieschen waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden. Die Gurke waschen, die Hälfte in feine Scheiben schneiden. Die Cocktailtomaten vierteln. Ein paar der Schnittlauchhalme fein hacken. Den restlichen Schnittlauch sowie ein paar Radieschenscheiben und ein paar Tomatenviertel für die Dekoration beiseite stellen.
- 2.** Mit einer Gabel den Quark mit dem Frischkäse und dem gehackten Schnittlauch verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Mischung in 6 gleiche Portionen teilen.
- 3.** Ein Fladenbrot mit einer Portion der Quark-Käse-Mischung bestreichen. Die Gurkenscheiben dachziegelartig darüberlegen.
- 4.** Mit einer weiteren Schicht Brot fortfahren, diese wieder mit der Quarkmischung bestreichen, dann die Lachsscheiben mit Zitronensaft beträufeln und darüberlegen.
- 5.** Auf die nächste Schicht Fladenbrot mit Quarkmischung wieder Gurkenscheiben geben.
- 6.** Auf die vierte Schicht Fladenbrot mit Quark geviertelte Cocktailtomaten legen.
- 7.** Mit einem Fladenbrot abschließen, mit Quarkmischung, Tomaten, Radieschen und Basilikum dekorieren.
- 8.** Den Rest der Quarkmischung auf dem äußeren Rand der Torte verteilen und damit die Schnittlauchhalme festkleben.

Flans

mit Senf und Kräutern

100 G FETA ■ 4 GELBE ZUCCHINI ■ 2 EL OLIVENÖL ■ 250 ML SAHNE ■
4 EIER ■ 1 EL KÖRNIGER SENF ■ 2 EL THYMIANBLÄTTCHEN ■ 1 ZWEIG
ROSMARIN ■ 20 G BUTTER ■ SALZ, PFEFFER

1. Den Feta zerbröseln. Die Zucchini schälen, die Enden abschneiden, das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. 10 Minuten in Olivenöl unter Rühren leicht andünsten, salzen und pfeffern.
2. Die Zucchini mit der Sahne, den Eiern, dem Senf und dem Feta pürieren, bis ein flüssiger Brei entsteht.
3. Den Ofen auf 180 °C vorheizen.
4. 6 kleine Förmchen ausbuttern. Das Püree einfüllen. Im Wasserbad für etwa 35 Minuten im Ofen garen.
5. Die Flans nach Wunsch aus der Form holen oder im Förmchen servieren, mit Thymian bestreuen und mit kleinen Rosmarinblättchen dekorieren.



VERLAGSGRUPPE PATMOS

PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Für die Verlagsgruppe Patmos ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Alle Rechte vorbehalten

© 2021 Jan Thorbecke Verlag,
Verlagsgruppe Patmos
in der Schwabenverlag AG,
Ostfildern
www.thorbecke.de

Gestaltung: Finken & Bumiller,
Stuttgart
Umschlagabbildung: Stockfood:
Leoni, Ira
Druck: Firmengruppe APPL, aprinta
druck, Wemding
Hergestellt in Deutschland
ISBN 978-3-7995-1488-0



Bildnachweis:

Alle Bilder im Innenteil: Stockfood/
Photocuisine
Deslandes: S. 5; Ploton: S. 6, 22, 49,
61; Kerouédan: S. 9, 37, 38, 45, 46, 54;
Jubault: S. 10; Garnier: S. 13, 53; Chivoret:
S. 14; Lascève: S. 17, 25; Mariella: S. 18;
Roulier-Turiot: S. 21; S'Cuiz in: S. 26; Carnet:
S. 29; Lawton: S. 30; Syl d AB: S. 33, 34;
Goleva: S. 41; Nicoloso: S. 42; Caste: S. 50;
Swalens: S. 57; Perrin: S. 58; Subiros: S. 62

