

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER



Eingelegte weiße Bohnen



Folienkartoffel mit
Kräuterquark

Beilagen zum Grillen!

Rezepte Dirk Luther



Salat vom **Blumenkohl** mit
Senfdressing und Estragon



Eingelegter **Fetakäse**

Die heißesten Beilagen der Saison

Wer seine Beilagen mit ganz viel Liebe und aus allerbesten Zutaten zubereitet, kann beobachten, dass manch ein Freund oder Gast das Fleisch für einen frisch eingelegten Fetakäse erst einmal beiseite schiebt – und auch unsere Beilagen schmecken so lecker wie manch eine Hauptspeise.

Folienkartoffel mit Kräuterquark

- 4 mittelgroße Kartoffeln (mehlig kochend)
- 4 EL Quark
- 2 EL Crème fraîche
- 1 große rote Zwiebel, fein gewürfelt
- 2 Stangen Frühlingslauch, in Röllchen geschnitten
- 4 EL gehackte Kräuter
- 2 TL Rapsöl
- 1 Spritzer Zitronensaft
- Zucker
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Die Kartoffeln in Alufolie wickeln. Direkt in die Glut legen, mit glühender Holzkohle bedecken und ca. 40 Minuten backen. Die Kartoffeln sind gar, wenn man mit dem Messer ohne Widerstand durch die Kartoffel stechen kann.

Für den Quark alle Zutaten außer dem Frühlingslauch vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Mit den Frühlingslauchröllchen bestreuen.

Eingelegte weiße Bohnen

- 1 Dose weiße Bohnen (425 g)
- 6 in Öl eingelegte getrocknete Tomaten
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 350 g stückige Tomaten aus der Dose
- 1 EL Kräuter der Provence
- 60 g Tomatenpesto
- Olivenöl
- Cayennepfeffer
- Salz und Zucker

Prima vorzubereiten!

Getrocknete Tomaten, Zwiebel und Knoblauch fein würfeln und in Olivenöl andünsten. Stückige Tomaten hinzufügen und bei milder Hitze dicklich einkochen. Kräuter der Provence dazugeben und mit Salz, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken. Bohnen abgießen, abspülen, abtropfen lassen und mit dem Tomatenpesto unter die eingedickte Tomatensauce rühren.

Eingelegter Fetakäse

- 400 g Fetakäse
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Pimentkörner
- 6 weiße Pfefferkörner
- 5 Chilischoten
- 2 Knoblauchzehen, geschält und in Scheiben geschnitten
- 2 Thymianzweige
- 2 Rosmarinzweige
- Olivenöl

Hält sich im Kühlschrank auch bis zur nächsten Grillparty!

Piment- und Pfefferkörner zerdrücken. Die Chilischoten halbieren und die Kerne entfernen. Den Fetakäse in Streifen schneiden. Alle Zutaten auf zwei Einweckgläser verteilen. Mit Olivenöl auffüllen, so dass die Zutaten bedeckt sind.

Blumenkohlsalat mit Senfdressing und Estragon

- 1 Blumenkohl
- 2 EL mittelscharfer Senf
- 2 EL Pommery-Senf
- 120 ml Rapsöl
- Saft von 1 Bio-Zitrone
- 1 EL Honig
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Estragon, fein geschnitten

Den Blumenkohl putzen, in Röschen zerteilen und fein hobeln. Alle Zutaten – außer den Estragon – mit 5 EL kochendem Wasser zusammenrühren. Das Ganze über den rohen Blumenkohl gießen, mischen und ca. 30 Minuten marinieren lassen. Kurz vor dem Servieren mit dem Estragon bestreuen.



Ein Rezept von Dirk Luther für
RUMPSTEAK MIT KRÄUTERBUTTER UND ROTEN ZWIEBELN
finden Sie auf
www.edeka-kochschule.de

