



REZEPT DES MONATS August 2017

Marinierte Hähnchenbrust vom Grill

ZUBEREITUNG

1. Zitronenschale abreiben, Saft auspressen. Knoblauch fein hacken und zerdrücken

Zitronenschale, Zitronensaft, Knoblauch, Oregano, Pfeffer und Olivenöl vermischen.

2. Hähnchenbrustfilets von beiden Seiten mit der Mischung bestreichen und abgedeckt im Kühlschrank einige Zeit ziehen lassen.

3. Die Filets salzen und von jeder Seite ca. 5 Minuten grillen.

Dazu schmeckt sehr gut ein knackiger Salat oder Ofengemüse und frisches Baguette.

Als Getränk passt ein trockener aber fruchtiger Weißwein.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 4 Hähnchenbrustfilets
- 1 Zitrone, unbehandelt
- 2 Knoblauchzehen
- 2 TL Oregano
- 1 TL schwarzer Pfeffer
- 3 EL Olivenöl
- Salz



REZEPT DES MONATS August 2017

Backofengemüse auf Schafskäse

ZUBEREITUNG

1. Das Gemüse würfeln, Tomaten achteln, Zwiebeln in Streifen schneiden und Knoblauch hacken.

Alle Gemüsesorten in eine Schüssel geben und miteinander vermengen. Mit dem Olivenöl vermischen. Den Knoblauch und die Zwiebel hinzufügen und kräftig mit den Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Den Schafskäse in Scheiben schneiden und eine gefettete Auflaufform damit auslegen. Darauf das vorher angemachte Gemüse verteilen.

3. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C Umluft oder 200°C Ober-/Unterhitze ca. eine halbe Stunde im Backofen garen.

4. Das Gemüse zu Gegrilltem reichen oder als Hauptspeise mit Reis oder frischem Brot servieren.

Dazu schmeckt ein kräftiger Weißwein, z.B. ein Grauburgunder aus Baden, oder auch ein trockener Rotwein.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 1 rote Paprikaschote
- 1 gelbe Paprikaschote
- 2 Zucchini
- 6 Tomaten
- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 500 g Schafskäse
- 3 EL Olivenöl
- Oregano, Thymian, Basilikum
- Salz und Pfeffer