



REZEPT DES MONATS Juni 2020

Grillfleisch in Gyros-Marinade

ZUBEREITUNG

- Alle Gewürze mit dem Öl mischen. Die Knoblauchzehen fein hacken, mit einem TL Salz zerreiben. Mit dem Öl und den Gewürzen vermischen.
- Die Fleischstücke mindestens 1 Stunde, besser 24 Stunden marinieren.
- Den Grill vorheizen und die Fleischstücke unter Wenden grillen.
- Mit Baguette, Kräuterbutter und einem Salat servieren.

Einen trockenen Rotwein, z. B. einen Spätburgunder aus Baden, dazu reichen.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 1 kg Grillfleisch (z.B. Schnitzel)
- 2 TL Oregano
- 2 TL Thymian
- 2 TL Bohnenkraut
- 1 TL Chilipulver
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer, aus der Mühle
- 2 Zehen Knoblauch
- 8 EL Olivenöl



REZEPT DES MONATS Juni 2020

Lauwarmer Spargelsalat

ZUBEREITUNG

- Spargel waschen, schälen und holzige Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden. Schalotten schälen, fein würfeln.
- Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Spargel darin unter Wenden 4–5 Minuten anbraten. Schalotten ca. 2 Minuten mitbraten. TK-Erbsen und 1 Prise Salz zugeben, Wasser angießen, aufkochen und 5–6 Minuten köcheln.
- Weißweinessig, Honig und Senf verrühren und unter das Gemüse mischen. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.
- Spargel-Erbsen-Salat lauwarm servieren. Bergkäse darüber reiben.
Mit Baguette und einem kühlen Glas Silvaner genießen.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 500 g grüner Spargel
- 500 g weißer Spargel
- 4 Schalotten
- 3 EL Öl
- 250 g TK-Erbsen
- Salz, Pfeffer
- 100 ml Wasser
- 4 EL Weißweinessig
- 2 EL Honig
- 1 TL Senf
- 100 g Bergkäse