

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

GRILLIERTE MANGO MIT BASILIKUMPESTO

Zutaten:

2 STK.	Mangos, reif
1.3 dl	Sonnenblumenöl
2 EL	Honig
1 Bund	Basilikum
50 g	Mandelblättchen
2 EL	Puderzucker
½ Stk.	Zitrone
Etwas	Puderzucker zum bestäuben

ZUBEREITUNG:

Die Mangos schälen und jeweils an der flachen Seite entlang das Fruchtfleisch vom Kern lösen. Das restliche Fruchtfleisch (am Kern) auch entfernen und fein pürieren.

Den Grillrost mit 2 EL Sonnenblumenöl bestreichen und die Mangohälften mit der Schnittfläche darauflegen. Den Honig in einer Aluschale erwärmen und die Mangos damit bestreichen. Die Mangohälften bei mittlerer Hitze (ohne Deckel) ca. 3-5 Min. grillieren.

Für das Pesto den Basilikum waschen und klein schneiden. Die Mandelblättchen ohne Fett in einer Aluschale (ohne Löcher) rösten, bis sie duften. Die Basilikumblätter mit den Mandelblättchen, dem Zucker und Zitronensaft, 2 EL Wasser sowie dem restlichen Sonnenblumenöl im Mixer oder mit dem Pürierstab grob pürieren (oder fein – je nach gewünschter Konsistenz).

Das Pesto in eine schöne Schale giessen und die grillierten Mangohälften darüberggeben. Mit dem fertigen Mango-Coulis verzieren. Alternativ geben Sie das Pesto in ein Schälchen und reichen dies zum Dippen dazu 😊.

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

QUARKAUFLAUF MIT EXOTISCHEN FRÜCHTEN

Zutaten:

4 STK.	EIER
50g	Puderzucker
1 Stk.	Zitrone
1 Stk.	Vanilleschote
250g	Magerquark
Etwas	Salz
40g	Zucker
1 TL	Butter
80 g	Pecannüsse oder sonstige Nüsse nach Wahl
200g	Exotische Früchte nach Wahl (Mango, Papaya, Baby Ananas, Karambole)
Etwas	Puderzucker zum bestreuen

ZUBEREITUNG:

Die Eier trennen und die Eigelbe mit dem Puderzucker schaumig schlagen. Die Eiweisse beiseitestellen. Die Zitrone heiss waschen, abtrocknen und die Schale abreiben und zu den Eigelben geben. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Vanillemark ebenfalls dazugeben. Den Quark in einem sauberen Geschirrtuch ausdrücken und unterrühren.

Den Grill auf ca. 180° C vorheizen. Die Eiweisse mit 1 Prise Salz steif schlagen, den Zucker nach und nach einrieseln lassen. Die Hälfte des Eischnees unter die Quarkmasse rühren und den Rest vorsichtig unterheben. Eine Aluschale ohne Löcher oder eine Auflaufform mit der Butter ausfetten. Die Pecannüsse hacken und in der zweiten Aluschale ohne Fett rösten. Die gerösteten Nüsse in die gebutterte Aluschale bzw. Auflaufform streuen.

Die Quarkmasse auf die Nüsse geben. Das Obst waschen, putzen, falls nötig schälen, in mundgerechte Stücke schneiden und auf der Quarkmasse verteilen. Den Auflauf bei ca. 180° indirekter Hitze mit Decel ca. 15 Minuten grillieren.

Den Auflauf mit etwas Puderzucker bestäuben – und sofort servieren☺.