

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

EASY COLADA

Zutaten:

1 Stk.	Baby Ananas oder kleine Schnitze Ananas
2dl	Ananassaft
1 dl	Kokosmilch
2 EL	Rum
1 Handvoll	Eiswürfel

ZUBEREITUNG:

Von der Ananas 4 Schnitze herausschneiden, beiseite legen. Krone, Stielansatz und Schale weg-schneiden, einzelne Blätter beiseite legen.

Fruchtfleisch in Stücke schneiden, in ein Mixglas geben. Ananassaft, Kokosmilch, Rum und Eiswürfel bei-geben, fein pürieren. Drink in Gläser füllen, mit beiseite gelegten Ananasschnitzen und -blättern verzieren.

CAJUN GEWÜRZ

Zutaten:

4 EL	Paprikapulver
4 EL	Basilikum, getrocknet
4 EL	Thymian, getrocknet
2 EL	Cayennepfeffer
1 EL	Knoblauchpulver
2 EL	Zwiebelpulver
1 EL	Schwarzer Pfeffer
1 EL	Weisser Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Die Gewürze vermischen und nochmals in der Moulinette kurz vermischen. Hält ca. ½-1 Jahr. Das Gewürz ist allpräsent in karibischen Speisen, Marinaden etc.

ANANAS IM SPECKMANTEL

Zutaten:

1 STK.	Ananas
3 Stk.	Peperoni / Paprika rot
100 ml	Gemüsebouillon
1-2 EL	CAJUN Gewürz
1 Prise	Chilipulver (nach Belieben)
24 Stk.	Speckscheiben

ZUBEREITUNG:

Die Ananas schälen, den Strunk entfernen, in sechs Spalten und anschliessend in 24 Stücke schneiden. Die geputzte und zerkleinerte Peperoni mit der Gemüsebrühe im Mixer pürieren und anschliessend durch ein Sieb in eine Schüssel streichen. Die Masse mit Gewürzen abschmecken. Die Ananasstücke mit der Masse bestreichen und mit den Speckscheiben umwickeln, eventuell mit Zahnstochern feststecken. Das Ganze in eine feuerfeste Form geben und im Backofen bei 220° C 7-8 Minuten kross grillen. Alternativ direkt auf dem Grill rösten.

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

CREOLISCHER REIS MIT PAPAYA

Zutaten:

300 g	Langkornreis
7dl	3.5 DL Ananassaft, 3.5 DL Gemüsebouillon
Etwas	Salz, Pfeffer
3 EL	Butter oder Oel
1 Stk.	Papaya
100 g	Erdnüsse geschält und geröstet
3 EL	Rum
Etwas	Cajun Gewürz
1 Stange	Stangensellerie
1 Stk.	Peperoni, gelb/orange oder Grün

ZUBEREITUNG:

Ananassaft und Gemüsebouillon zum Kochen bringen, Rein hineingeben und ca. 20 Minuten bei schwacher Hitze ausquellen lassen, würzen. Papaya und restliches Gemüse klein schneiden. Die Erdnüsse grob hacken. Die Fruchtstücke und 2/3 der gerösteten Erdnüsse unter den gegarten Reis geben. Mit Rum und Cajun Gewürz abschmecken. Mit den restlichen Erdnüssen bestreuen.

JERK BARBECUED CHICKEN

Zutaten:

1kg	Pouletschenkel, Drumsticks, Flügel oder auch Pouletbrüste – Alternativ Turkey
Paar EL	Jerk Bajan Sauce (oder nach Belieben)
1 Dose	Mandarinen mit Saft (oder auch Pfirsiche/Aprikosen)
5-7dl	Kokosnussmilch
3 Stk.	Zwiebeln
3 Stk.	Knoblauchzehen
2 Stk.	Nelken
Etwas	Cayenne, Paprika
Etwas	Barbeque Sauce oder Chili Sauce, Hot Chili Ketchup
Etwas	Thymian, frisch
2 EL	Currypulver
2 EL	Ingwerpulver
Einige Spritzer	Worcestersauce
1 TL	Zucker
2 TL	Salz
1 TL	Brauner Zucker
1 DL	Weisswein
Etwas	Limette, Zesten und Saft
Etwas	Orange, Zesten und Saft

ZUBEREITUNG:

Zwiebeln, Knoblauch schälen und in der Moulinette pürieren. Das zusammen mit den übrigen Zutaten sowie der Kokosmilch und dem Wein gut vermischen. Die Pouletstücke darin marinieren (am besten über Nacht). Am nächsten Tag die Sauce bei mittlerer Hitze einkochen lassen bis eine sämige Sauce entsteht. Diese dient zum bepinseln während des grillens - wie auch später als Sauce. Das Hühnchen langsam bei mittlerer Hitze auf dem Grill mit Deckel garen. Alternativ im Backofen bei 160° C auf Grilleinstellung auf unterster Schiene backen – bis diese schön braun sind☺.

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

KNUSPERROLLEN MIT BANANEN UND SCHOKOLADE

Zutaten:

2-4 Stk.	Bananen (je nachdem wie gross diese sind – alternativ Baby-Bananen verwenden)
100 g	Kokosraspel
1-2EL	Vanillepulver
150 g	Milchschokolade oder Zartbitterschokolade
1 Stk.	Eiweiss
1 Lt	Oel zum fritieren *oder alternativ im Backofen zubereiten

ZUBEREITUNG:

Die Bananen schälen und längs in Stücke schneiden. Den Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett rösten. Die Bananen in den gerösteten Kokosraspeln wälzen, bis diese gut umhüllt sind.

Die Teigblätter Strudelteigblätter mit der flüssigen Butter (oder auch Olivenöl) bepinseln und übereinanderlegen. Ein Stückchen Banane (längs geschnitten) an den unteren Rand legen, einen Riegel Schokolade daneben legen und das Teigblatt aufrollen, dabei die Seitenränder einschlagen – ODER den Strudelteig satt einrollen bis eine Zigarre entsteht – zusammendrücken. Bis zum Backen in den Kühlschrank legen.

Strudelteigpäckchen oder Knusperrollen auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene bei 200°Grad ca. 10-12 Minuten goldbraun backen ODER in der Friteuse backen. Mit gewünschtem Eis servieren.

BANANEN-KOKOSNUSS EISCREME

Zutaten:

3 DL	Joghurt oder Sauerrahm
3-5 Stk.	Reife Bananen (oder Bananennektar)
80-90 g	Puderzucker
½ Stk.	Tonka-Bohne, geraspelt
2 DL	Orangensaft
1 DL	Kokosnussmilch

ZUBEREITUNG:

Als erstes das Bananeneis vorbereiten. Bananen pürieren oder entsprechende Bananennektar-Menge verwenden.

Joghurt/Sauerrahm mit Puderzucker sowie der geraspelten Tonkabohne verrühren. Kokosnussmilch, sowie Orangensaft begeben – alles verrühren und in einer Eismaschine bzw. Sorbetière in 30-40 Minuten zu Eiscreme gefrieren lassen. Anschließend das Eis bis zum Servieren im Tiefkühlfach aufbewahren.