



Endlich wieder Erdbeerzeit!

Gurke-Rucola-Feta-Salat mit Erdbeeren und Balsamico

Zutaten:

2 Salatgurken
ca. 100 g Erdbeeren
1 Bio-Limette
3 Stiele Minze
150 g Rucola
50 g Pinienkerne
100 g Feta
3 EL ml Olivenöl
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 EL Balsamico-Creme

Gurken waschen, abtrocknen und fein hobeln. Erdbeeren waschen, trocken tupfen, das Grün entfernen und in Scheiben schneiden. Limette waschen, Schale reiben und beiseitestellen, Saft auspressen. Minze waschen, trockenschütteln, Blättchen von zwei Stielen abzupfen und fein hacken. Rucola waschen und trockenschleudern.

Feta in Stücke zerbröseln, mit Gurke, Erdbeeren, Feta und Pinienkernen in eine Schüssel geben und mit Olivenöl anrichten. Gehackte Minze hinzugeben und unter die Zutaten mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Salat auf einem großen Teller anrichten, mit Balsamico-Creme beträufeln und mit den restlichen Minzblättern dekorieren.

Risotto mit Erdbeeren und Prosecco

Ein Gericht aus dem Italien der 90er Jahre, das am Anfang Puristen empört hat, sich aber mittlerweile in der Erdbeersaison etabliert hat.

Zutaten (für 2-3 Personen):

200 g Risotto-Reis
50 g Butter
1 Schalotte
1 Glas Prosecco
ggf. 1-2 EL Himbeeressig



200 g Erdbeeren
Gemüsebrühe
Salz
4-5 EL frisch geriebener Parmesan
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
frischer Zitronenbasilikum

Erdbeeren waschen, putzen, $\frac{3}{4}$ davon in kleine Würfel schneiden.

Die Hälfte der Butter in einer Kasserolle mit dickem Boden erhitzen, dann die gehackte Schalotte darin glasig andünsten. Nach einigen Minuten den Reis hinzugeben und bei ständigem Rühren mitbraten. Mit Prosecco und Himbeeressig ablöschen und weiterhin rühren. Wenn der Reis Flüssigkeit braucht, immer wieder etwas Gemüsebrühe hinzufügen.

Nach ca. 7-8 Minuten Garzeit die Erdbeeren hinzufügen und weiterhin rühren. Nach ca. 15 bis 16 Minuten müsste der Reis gar sein: Den Topf vom Herd nehmen, kalte Butter und Parmesan miteinrühren und ca. 2 Minuten ruhen lassen. Falls der Risotto zu fest ist, kann etwas Gemüsebrühe hinzugefügt werden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Risotto auf warmen Tellern ggf. mit Hilfe einer Tasse portionieren. Die Risotto-Türmchen dann mit Erdbeerhälften und frischem Zitronenbasilikum dekorieren.

Erdbeer-Gazpacho

Zutaten:

500 g Erdbeeren
 $\frac{1}{2}$ kleine Wassermelone
1 rote Paprikaschote
1 kleine Thai-Chilischote
2 Frühlingszwiebeln (das helle Ende)
 $\frac{1}{2}$ Bund Minze
2 EL Zitronensaft
200 g Tomatensaft
Salz
Pfeffer

Erdbeeren waschen, das Grün entfernen und halbieren. Wassermelone entkernen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Paprika waschen, halbieren, entkernen und in Stücke schneiden. Chilischote waschen und in Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Stücke schneiden. Minze waschen, Blätter abzupfen und grob hacken.



Diese Zutaten mit Zitronen- und Tomatensaft in einen Mixer geben und pürieren, bis eine suppenähnliche Konsistenz entsteht. Bei Bedarf etwas Wasser zugeben.

Erdbeer-Gazpacho mit etwas Olivenöl, Salz, Pfeffer und noch etwas mehr Zitronensaft abschmecken, auf Gläser verteilen. Mit Minzzweigen dekorieren und gut gekühlt servieren.

Frittierte Erdbeeren

Eine traditionelle Spezialität aus der Region Friaul: Aromatische Walderdbeeren - in Oblaten eingepackt und im knusprigen Pfannkuchenmantel

Für den Pfannkuchenteig:

1 Glas kaltes Wasser
 1 TL Zucker
 150 Gramm Weißmehl
 2 Eigelb
 1-2 EL brauner Rum
 1 EL Olivenöl
 Salz

Aus diesen Zutaten einen Pfannkuchenteig rühren und ca. 1 Stunde lang ruhen lassen.

400 g Walderdbeeren, oder sehr aromatische Gartenerdbeeren
 2 EL g Zucker
 Saft einer Zitrone
 1 Päckchen Lebkuchen-Backoblaten (ca. 8 cm Durchmesser)
 neutrales Öl zum Frittieren
 frische Minzblätter

Erdbeeren waschen, trocken tupfen, das Grün entfernen, in Stücke schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Zucker und dem Saft der Zitrone mischen und ziehen lassen. Sollten die Gartenerdbeeren groß und sehr süß sein, können sie ganz gelassen werden.

Walderdbeeren ganz lassen. Weniger Zitrone und Zucker verwenden.

Eiweiß steif schlagen und im Pfannkuchenteig unterheben.

Die Oblaten mit Wasser befeuchten, auf die Handfläche legen und mit einer großen bzw. mit einigen Erdbeerstücken (oder mit 3 bis 4 Walderdbeeren) füllen und schließen. Die Früchte dabei vorher abtropfen lassen.

Frittieröl in einem kleinen, tiefen Topf erhitzen.



Die Oblaten-Päckchen kurz in den Teig tauchen, dann nacheinander im heißen Öl frittieren, bis die goldbraun sind. Päckchen auf Krepppapier legen, mit Zucker bestreuen und noch warm mit Vanilleeis und Minzblättern servieren.

Eton Mess

Das englische Nationaldessert mit einem ansprechenden „Durcheinander“ von Sahne, Beeren und Baiser.

Das Dessert wurde 1893 erstmals erwähnt und soll am berühmten Eton College entstanden sein, wo es zu einem Cricket-Spiel gegen die Harrow School serviert wurde, wobei Baiser erst später hinzugefügt wurde. Kurioserweise hatten viele Colleges ihre eigene Dessertspezialität - alle mit dem Namen „Mess“, was sich wörtlich wahrscheinlich auf die Menge Essen bezieht. Es aber kann auch als Chaos oder Durcheinander verstanden werden. Das Brexit-Chaos wird oft als „Eton Mess“ bezeichnet, weil im Unterhaus viele Eton-Absolventen waren.

Zutaten:

200 g fertige Baisers *oder*:
2 Eiweiß
90 g Zucker
1 TL Speisestärke
1/2 TL Apfelessig oder Weißweinessig
2 Prisen Salz

Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Eiweiß mit Salz steif schlagen. Nach und nach den Zucker hinzufügen. So lange aufschlagen, bis keine Zuckerkristalle mehr zu spüren sind.

Speisestärke sieben, auf den Eischnee geben und mit einem Schneebesen unterrühren. Den Essig ebenfalls unterrühren.

Den Eischnee auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und glattstreichen. Im vorgeheizten Ofen ca. 75 Minuten lang trocknen lassen. Falls das Baiser Farbe annimmt, die Temperatur auf 90 °C oder 80 °C reduzieren. Backofen ausschalten und das Baiser bei leicht geöffnetem Ofen abkühlen lassen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.



Für die Creme:

60 g Puderzucker
400 g kalte Sahne
etwas Vanillemark
400 g Crème fraîche
700 g frische Erdbeeren
2 Stiele Minze
1-2 TL Kastanienhonig

Puderzucker mit Sahnesteif mischen. Sahne steif schlagen, Zucker einrieseln lassen.

Crème fraîche und Vanillemark gut vermischen, steif geschlagene Sahne unterheben und kaltstellen.

Die Erdbeeren waschen und vorsichtig trockentupfen. Blättchen entfernen, Früchte halbieren oder vierteln. 1/4 der Erdbeeren mit einigen Minzblättern pürieren. Mit Kastanienhonig abschmecken.

Baiser in Stücke brechen und in großen Gläsern abwechselnd mit Creme und pürierten Erdbeeren aufschichten. Mit Minzblättern und weiteren Erdbeeren garnieren und gut gekühlt servieren.