

Salat mit Bratkartoffeln und karamellisiertem Bacon

Zutaten für 2 Personen:

500 g gegarte Pellkartoffeln (auch Reste vom Vortag)

½ TL edelsüßes oder geräuchertes Paprikapulver

Salz

1 TL Weizenmehl

3 EL Olivenöl

2 Knoblauchzehen

2 Frühlingszwiebeln

10 grüne Oliven

1 TL Kapern

3 EL Balsamico

2 EL süße Chilisauce

2 EL Olivenöl

Salz

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

2 Tomaten

1 Handvoll Basilikum

Zubereitung:

Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Paprikapulver, Salz und Mehl mischen und die Kartoffeln darin schwenken.

Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin knusprig braten.

Knoblauch schälen und fein hacken. Frühlingszwiebeln schräg in Stücke schneiden. Oliven halbieren. Knoblauch, Frühlingszwiebel, Oliven und Kapern zu den Kartoffeln geben und kurz mitbraten.

Balsamico, Chilisauce und Olivenöl vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tomaten würfeln und mit Basilikum zu den Kartoffeln geben. Das Dressing dazugeben, vermengen und etwas ziehen lassen. Abschmecken.

Karamellisierter Bacon mit Honig

Zutaten für 2 Personen

4 Scheiben gekochter geräucherter Bauchspeck

1 EL brauner Rohrzucker Zucker

1 EL Honig

½ TL geschroteten schwarzen Pfeffer

50 ml Apfelsaft

Zubereitung:

Ein Backblech mit Papier auslegen. Baconstreifen nebeneinander darauf legen, mit Honig bestreichen, Zucker auf den Bacon streuen und vorsichtig etwas Apfelsaft darüber träufeln.

Backofen auf 190°C Ober und Unterhitze ca. 25 Minuten knusprig garen. Den Speck dabei immer mal wieder kontrollieren, denn der Zucker sollte braun aber nicht zu dunkel karamellisieren.

Anrichten:

Den Kartoffelsalat auf Teller verteilen und zwei Scheiben Bacon dazu legen und warm servieren.

Süßkartoffelsalat mit Scampi und Limetten-Pfeffer-Dip

Zutaten für 2 Personen:

Süßkartoffelsalat:

300 g Süßkartoffeln

3 EL Mango-Chutney

3 EL hellen Balsamicoessig

2 Msp. Curry

1 TL frisch geriebener Ingwer

3 EL Olivenöl

8 kleine, küchenfertige Scampi oder Garnelenschwänze (frisch oder TK)

2 EL Pflanzenöl

Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

3 EL Maiskörner aus der Dose

3 EL Kidneybohnen aus der Dose

1 Handvoll Rucola

Dip

1 EL Mayonnaise

2 EL Crème fraîche

Saft von ½ Limette

1 TL geschroteter schwarzer Pfeffer

Salz

etwas Honig

Zubereitung:

Zubereitung:

Süßkartoffeln schälen, würfeln und in leicht gesalzenem, kochendem Wasser etwa 7 Minuten garen. Anschließend abgießen.

Süßkartoffeln etwas auskühlen lassen und mit Mango-Chutney, Olivenöl, Curry und Balsamico mischen.

Die Scampi nach Geschmack in mundgerechte Stücke schneiden oder ganz lassen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Scampi darin braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Dip Mayo, Crème fraîche und Limettensaft vermengen, Pfeffer unterrühren und mit Salz und Honig abschmecken.

Süßkartoffeln, Mais, Bohnen und Rucola schichtweise in Gläser füllen, dabei den Dip in die Mitte geben und Scampi draufsetzen.

Gegrillte Wassermelone mit Agavensirup und Minze

Zutaten für 4 Personen:

1/2 rote Wassermelone (am besten kernlos)

2 EL Aprikosenkonfitüre

2 EL brauner Rohrzucker

50 g Pinienkerne

1 kleine Handvoll frische Minzblättchen

Zubereitung:

Die Wassermelone in Spalten schneiden.

Die Melonenspalten auf beiden Seiten mit Aprikosenkonfitüre bestreichen und mit braunem Zucker bestreuen.

Die Melonenspalten auf dem sehr heißen Grillrost oder eine Grillpfanne legen und auf beiden Seiten jeweils 1 Minute pro Seite grillen.

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fettzugabe kurz anrösten.

Melonenscheiben vom Grill nehmen, auf 4 Teller verteilen. Die Pinienkerne darüber streuen und alles mit grob gezupften Minzblättchen garnieren.