

C H N O C H E - C H U C H I
Winterthur

Griechischer Salat
Spargel - Cremé Suppe
Lammspiesse mit Zucchini
an Pestosauce
überbackne Frühlingskartoffeln
Honig - Zitronenschaum

Griechischer Salat

I Kopfsalat
4 Tomaten
2 Peperoni gelb
I Salatgurke
I mittlere Zwiebel
200 g Feta

Rotweinessig
Olivenoel
Salz
Pfeffer

rüsten und waschen,
waschen und vierteln,
waschen und in Streifen schneiden,
schählen und würfeln,
schählen und in Ringe schneiden,
in Würfel schneiden,

alle Zutaten in eine Schüssel
geben und mischen.
eine Salatsauce anrühren und
unter den Salet rühren.

Dazu passt Weissbröt

Spargel - Cremé Suppe

$\frac{1}{2}$ Bund weisse Spargeln
 $\frac{1}{2}$ Zitrone
Salz
I l Wasser

Boullionwürfel
Salz
Pfeffer
2,5 dl Rahm

schählen und in 2 -3 cm lange
Stücke schneiden, dannach im
Salzwasser mit etwas Zitronen-
saft weichkochen, vom Herd
nehmen und mit dem Stabmixer
puréeieren.
Das ganze durch ein Sieb in eine
2 Pfanne streichen.
zugeben,

abschmecken,
die Suppe mit Rahm verfeinern.
Wenn nötig mit etwas Meizena
eindicken.
Garnitur: ein Kräuterbüschchen

Lamm-Spiese mit Zucchini
an Pestosauce

500 g Lamm-Coquilles
2 mittlere Zwiebeln
2 Zucchini
einige Cherry-Tomaten
4 Holzspiesse

Marinade:

Abgeriebene Schale und
Saft einer Zitrone
1 Knoblauchzehe, gepresst
 $\frac{1}{2}$ TL Rosmarinnadeln, gehackt
Pfeffer
3 EL Olivenoel

Pesto:

2 Bund Basilikum
3 Prisen Salz
4 EL Olivenoel
3 Knoblauchzehen
25 g Pinienkerne
50 g Parmesan, gerieben

Fleisch und Gemüse in gleich
grosse Stücke schneiden und ab-
wechselnd auf die Spiesse stecken.

Alle Zutaten mischen und das
Fleisch damit marinieren. Im
Kühlschrank ca. 1 Std. ziehen
lassen.

Basilikum waschen, die Blätter mit
dem Salz und dem Oliveroel im
Cutter nicht zu fein hacken.
Pinienkerne und Knoblauchzehe
(gepresst) zufügen, ebenfalls hacken.
Zum Schluss Parmesan beifügen.

Die Spiesse aus der Marinade nehmen
und gut abtropfen lassen.
Auf dem Grill oder in einer Grill-
pfanne unter mehrmaligen wenden
8-10 Min. grillieren. (das Fleisch
sollte innen noch rosa sein)
Erst vor dem Servieren salzen.
Pesto separat zu den Speisen
servieren.

Überbackne
Frühlingskartoffeln

12 mittelgrosse Kartoffel
flüssiger Butter
Salz
Kümmel

Kartoffeln waschen und halbieren,
rundherum mit Butter bestreichen
und Salzen.
in eine ausgebutterte mit der
Schnittfläche nach oben auslegen.
1/3 mit Kümmel bestreuen.
Im Backofen bei ca. 220 Grad
goldbraun backen.

Honig-Zitronenschaum

150 ml Naturjoghurt
2 El Honig, angewärmt
geriebene Schale und Saft
einer halben Zitrone
1 Eiweiss
Zitronenjulinen zum
garnieren

Joghurt, Honig, Zitronenschale und
-saft verrühren. Das Eiweiss Steifsch-
lagen und unter die Joghurtmischung
heben.

Auf 4 Gläser verteilen und mit
Zitronenschale verzieren.
In den Kühlschrank stellen und
bald servieren.

E N G U E T E