



## Menü vom 23. Juni 2015

Überbackene Wassermelone

---

Kaninchenspiesse mit Apfel und Speck dazu Quinoa

---

Pineberry colada

Angaben für 4 Personen

Kochgruppe:

Bär Walter  
Fux Bruno  
Hauri Michel  
Müller Uwe

# Überbackene Wassermelone

1 Wassermelone

2 Bund Thymian

Pistazien

1 Mozzarella

1 Feta

Baguette

1 Knoblauch

Backblech mit Alufolie oder Backpapier bedecken.

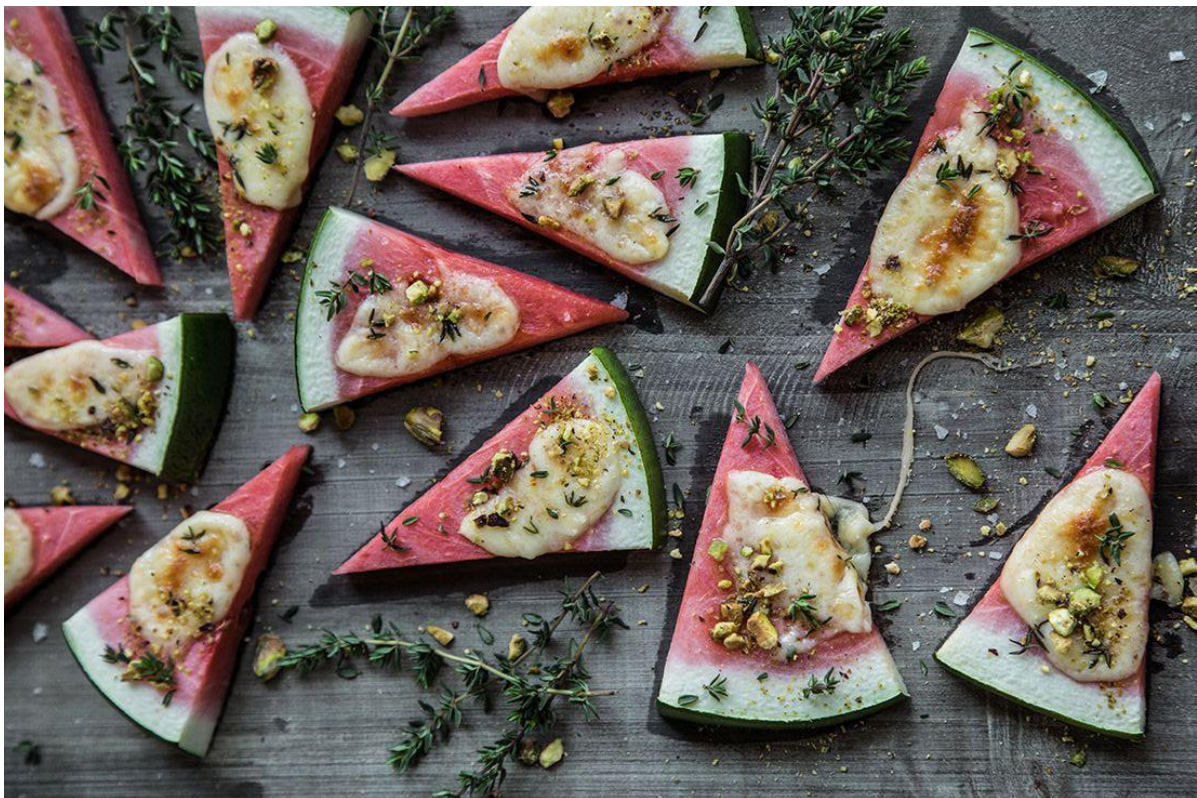
Melonen in Schnitze schneiden und auf Backblech legen.

Mozzarella oder Feta auf Melonenschnitze verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Thymianblättchen und gehackte Pistazien darüber streuen.

Im vorgeheizten Backofen, wennmöglich mit Grillfunktion, ansonsten mit Oberhitze so lange backen, bis der Käse schmilzt und ein wenig Farbe bekommt.

Dazu passt z.B. ein Knoblauchbrot



## Kaninchenspiesse mit Apfel und Speck

|                                            |
|--------------------------------------------|
| 1 Esslöffel Rapsöl                         |
| 1 Teelöffel Currypulver                    |
| 150 g Quinoa                               |
| 3 dl Wasser                                |
| 6 Apfelschnitze                            |
| 6 Specktranche                             |
| 200 g Kaninchenfilets                      |
| 4 Holzspiesse                              |
| 1 Bund Schnittlauch                        |
| 4 Esslöffel Apfelessig oder Weissweinessig |
| 4 Esslöffel Olivenöl                       |
| Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle      |
| 50 g Spinat                                |
| 1 Esslöffel Bratbutter                     |

In einer Pfanne mit Deckel das Rapsöl erhitzen. Curry und Quinoa beifügen und 1 Minute andünsten. Das Wasser beifügen und alles aufkochen, dann 10 Minuten zugedeckt leise kochen lassen. Nun die Pfanne vom Herd ziehen und die Quinoa zugedeckt 10 Minuten ausquellen lassen.

Die Apfelschnitze und die Specktranchen jeweils halbieren. Jedes Apfelstück mit einem Stück Speck umwickeln.

Die Kaninchenfilets in insgesamt 12 Stücke schneiden. Das Kaninchenfleisch und die Apfelstücke im Speck abwechselungsweise auf 4 Holzspiesse stecken. Die Spiesse bis zum Braten kalt stellen.

Die Quinoa in eine Schüssel geben. Den Essig und das Olivenöl beifügen und alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Spinat waschen und gut abtropfen lassen. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Eine Bratpfanne erhitzen. Die Bratbutter hineingeben und die Spiesse darin rundherum auf mittlerer Hitze 8 - 10 Minuten braten.

Den Spinat und den Schnittlauch unter die Quinoa mischen und auf Tellern oder in Gläsern anrichten. Die Spiesse auf oder neben der Quinoa anrichten und sofort servieren.



## Pineberry colada

3 dl Ananassaft

1 dl weisser Rum (z.B. Bacardi)

1 Esslöffel Zitronensaft

2 Esslöffel Zucker

200 g Ananas-Erdbeeren (Pineberrys oder Monatserdbeeren)

2 ½ dl Vollrahm, kalt

1 dl Kokosmilch, kalt

2 Esslöffel Zucker

Ananassaft, Rum und Zitronensaft mit dem Zucker aufkochen, Pfanne von der Platte nehmen, etwas abkühlen, Beeren begeben, auskühlen. Beeren mit dem Saft in Gläser verteilen, zugedeckt ca. 1 Std. kühl stellen.

Rahm mit Kokosmilch und Zucker mit den Schwingbesen des Handrührgeräts flaumig schlagen, auf den Beeren verteilen, sofort servieren.

