

Salattorte



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Zutaten:

ca. 7-9 Blätter eines Eisbergsalats

1-2 Tomaten in Scheiben (Multizerkleinerer)

1 Gurke in Scheiben (Multizerkleinerer)

1 roter Paprika in Streifen

1 rote Zwiebel in Ringen (Multizerkleinerer)

1/2 Dose Mais

Stangensellerie und Karotten nach Belieben in Scheiben (Multizerkleinerer)

2 gekochte Eier in Scheiben

div. Käsereste aufgeschnitten (bei mir 8-10 scheiben Räucherkäse, 4-6 Blatt Emmentaler und 1 Eck Camembert)

optional Schinken (oder was man sonst will)

Sauce:

350 g Frischkäse Natur

250 g Topfen

1-2 TL Senf

2-4 TL Kren/Meerrettich aus dem Glas oder frisch gerieben

Prise Zucker

1 EL Kräuter

2 EL Balsamico hell

1 TL Paprikapulver

Salz Pfeffer

Zubereitung:

Saucenzutaten vermischen (auf Foto mit Blender, ggf. ist Multizerkleinerer mit Messer besser).



Ich hab zum Schichten eine Tortenform genommen. Am besten beginnen mit Salatblättern und enden mit Salatblättern, dazwischen ist es eigentlich recht egal welche Reihenfolge, zb Salat-Käse-Sauce-Gurke-Paprika-Sauce-Salat-Eier-Käse-Mais-Zwiebel-Sauce-Salat-...am besten immer 2 Gemüsesorten zusammen auflegen und nicht so viele Saucen-schichten.







Ein paar Stunden kühl stellen, damit es durchziehen kann.
Fertig!

Rote-Beete-Aufstrich

Rezept zur Verfügung gestellt von Ber Na Eber:

Zutaten:

1 Packung Frischkäse (auch gern von der Ziege)

1-2 Knollen gegarte geschälte rote Beete

3-4 EL Kren/Meerrettichcreme (den cremigen)

Salz, Pfeffer, Zitrone

Zubereitung:

Ab in den Multi (mit Messer)

Tolle Farbe, toller Geschmack!

Spinat-Lachs-Rolle



Rezept und Foto von Alexandra Müller-Ihrig
(www.sinnreichleben.de – Ernährungsberatung)

Zutaten:

4 Eier
450 g Rahmspinat
200g Reibekäse – light
200g Lachs geräuchert
300 g Frischkäse – light
2 TL Meerrettich scharf

Zubereitung:

Rahmspinat auftauen lassen.

Eier etwas schaumig schlagen, dann den aufgetauten Rahmspinat unterrühren.

Ein Backblech mit Backpapier belegen und die Masse darauf gleichmäßig verteilen. Mit dem Streukäse bestreuen.

Backofen auf 180° vorheizen und die Masse ca 20 Min. darin backen.

Die fertige Masse auskühlen lassen. Anschließend auf ein großes Stück Alufolie oder Backpapier stülpen.

Die Käsemasse sollte direkt auf der Alufolie/Backpapier sein und die Spinatseite oben.

Frischkäse mit dem Meerrettich bestreichen, oben einen Rand lassen.

Den Lach gleichmäßig darauf verteilen.

Nun von unten nach oben aufrollen und anschließend in die Alufolie einwickeln.

Die Rolle kommt nun mind. 8 Stunden in den Kühlschrank.

Vor dem Servieren die Rolle aus der Alufolie wickeln und in ca 1cm dicke Streifen schneiden und servieren.

Eine Schitt-für-Schritt Anleitung mit Fotos findet ihr unter <http://www.sinnreichleben.de/2015/03/15/spinat-lachs-rolle/>