



## Ochsenbrust-Radieschensalat in Meerrettich-Marinade

### Zutaten (für vier Personen)

800 g Ochsenbrust  
1 Bund Suppengemüse  
1 Zwiebel  
4 Lorbeerblätter  
je 4 Pfefferkörner und Wacholderbeeren

2 Romana-Herzen  
1 kleiner Rettich  
1 Bund Radieschen  
1 Schale Kresse  
6 Zweige Thymian  
1 geschälte, in Ringe geschnittene Zwiebel

### Marinade

100 ml Fleischbrühe oder Kalbsfond  
2 EL geriebener Meerrettich  
6 cl Weinessig  
2 EL Sonnenblumenöl  
4 EL Kürbiskernöl  
1 EL Schnittlauchröllchen  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung (circa 35 Minuten)

1,5 Liter Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Zwiebel mit Schale halbieren, in heißer Pfanne mit der Schnittfläche gut anbräunen und mit dem gesäuberten Suppengemüse, den Lorbeerblättern und Pfefferkörnern ins vorbereitete Wasser geben. Ochsenbrust zufügen, in rund 1,5 Stunden weich kochen, danach das Fleisch abkühlen lassen und in grobe Blättchen schneiden.

Vom Salat die Blätter abtrennen. Den Romana gut waschen, abtropfen lassen und in breite Streifen schneiden. Die Radieschen säubern, in Scheiben schneiden, den Rettich grob raspeln. Den Meerrettich in eine Schüssel geben und mit Brühe, Weinessig und Sonnenblumenöl gut verrühren. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und das Kürbiskernöl mit einrühren. Nun Ochsenbrust, Zwiebelringe, Radieschen, Schnittlauch, Rettich und gerebelten Thymian zufügen, alles gut mischen und durchziehen lassen. Danach auf vorbereiteten Salat mit der Marinade anrichten, geschnittene Kresse darüber streuen und mit einer Pfeffermühle nochmals kurz darüber gehen.

**Dieses Gericht ist gluten- und lactosefrei.**

## **Beluga-Linsensalat mit Paprika, Avocado und Orangenfilets**

### **Zutaten (für vier Personen)**

160 g gekochte Belugalinsen  
120 g feine Paprikaschotenwürfel (bunt)  
1 große geschälte Avocado (klein gewürfelt)  
Saft von 2 Limetten  
Filets von 1 Orange  
2 Msp. Chiliflocken  
Salz  
3 Stängel Koriander

### **Zubereitung (circa 15 Minuten - ohne Marinierzeit)**

Linsen mit Paprikaschoten und der Avocado vermengen, Limettensaft zugeben und mit Salz und Chili abschmecken. Zum Schluss die Orangenfilets und Korianderstreifen untermischen, alles gut eine halbe Stunde im Kühlschrank ziehen lassen.

## **Neue Rosmarinkartoffeln mit Sauerrahm-Rauchforellen-Dip**

### **Zutaten (für vier Personen)**

600 g neue Kartoffeln  
3 EL Olivenöl  
4 Zweige Rosmarin  
150 g Sauerrahm  
3 EL Schmand  
120 g grob pürierte geräucherte Forelle  
2 EL Schnittlauchröllchen  
2 EL Olivenöl  
1 EL Kapern fein gehackt  
Salz, Pfeffer  
1 TL fein geschnittener Knoblauch  
400 g Hagelsalz (wieder verwendbar)

### **Zubereitung (circa 45 Minuten)**

Kartoffeln waschen und der Länge nach halbieren. Das Hagelsalz auf einem Blech verteilen, halbe Kartoffeln auf das Salz setzen, Rosmarinzwige dazwischen legen. Schnittflächen der Kartoffeln mit Olivenöl bepinseln.  
Bei rund 150 Grad die Kartoffeln im Backofen garen (je nach Größe 30 bis 40 Minuten). Sauerrahm, Schmand und Forelle sowie Knoblauch, Öl, Schnittlauch und Kapern gut

verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Dip zu den warmen Kartoffeln als Aufstrich servieren.

Statt Rauchforelle kann auch natur eingelegter Thunfisch verwendet werden (bitte aus nachhaltiger Fischerei).

## **Russische Eier auf Kräcker**

### **Zutaten (für vier Personen)**

4 hart gekochte Eier (M)  
8 Kräcker  
3 EL Joghurtmayonnaise  
½ TL mittelscharfer Senf  
4 Scheiben Beiz- oder Räucherlachs  
1 EL schwarzer Kaviar (Algen- oder Sojakaviar)  
Salz, Pfeffer  
8 Deutschland-Flagge-Spießchen

### **Zubereitung (circa 20 Minuten)**

Gekochte, geschälte Eier halbieren, die Eigelbe vorsichtig herausnehmen und in einer Schüssel mit der Mayonnaise, Senf, Salz und Pfeffer kräftig glatt verrühren. In einen Spritzbeutel mit Lochtülle geben und in die Eigelbgrube dressieren (füllen). Mit Lachs und Kaviar ausgarnieren, auf den Kräcker setzen und mit Deutschland-Flagge-Spießchen feststecken.

## **Alkoholfreie Weißbierbowle**

### **Zutaten (für vier Personen)**

1 Liter Weißbier (alkoholfrei)  
0,7 Liter spritziges Himbeergetränk (alkoholfrei)  
120 g frische Himbeeren dezent geist  
3 Zweige frische Minze

### **Zubereitung (circa zehn Minuten)**

Weißbier mit dem Himbeergetränk mischen, Himbeeren und Minzeblättchen zugeben, zugedeckt rund eine Viertelstunde im Kühlschrank ziehen lassen. In kalten Gläsern servieren.