

Das perfekte Landjugend Dinner

Von Christina Meingassner
28.06.2020

Vorspeise

Überbackene Käsestreifen mit Sesamkruste auf buntem Blattsalat

Zutaten:

2 Frischkäsehäupferl (mit Kuhmilch)
1 Häupel Salat
Rucola
Tomaten
3 EL Mehl
2 Eier
8 EL Semmelbrösel
4 EL Sesam
Essig
Öl
Salz, Pfeffer
Butterschmalz

Zubereitung:

- Den Salat und Rucola waschen und in mundgerechte Stücke zupfen.
- Den Kuhfrischkäse in Streifen schneiden und mit Mehl, Ei (mit Salz und Pfeffer gewürzt), Semmelbrösel und Sesam zweimal panieren.
- Die Tomaten schneiden und den Salat mit Öl und Essig anrichten.
- Die Frischkäsestreifen in Butterschmalz goldgelb herausbacken und sofort servieren.
- Dazu wird ein Baguette, oder Gebäck nach Wahl gereicht.

Gebäck

Dinkelbaguette

Zutaten:

400ml Wasser
250g Dinkelvollkornmehl
100g Dinkelmehl
100g Roggenvollkornmehl
60g Roggenmehl
100g Körnermischung (Sesam, Leinsamen, Sonnenblumenkerne, Haferlocken)
0,5 Würfel Germ
10g Salz
10g Backmalz
10g Brotgewürz
20g weiche Butter

Zubereitung:

- Zuerst die Körnermischung mit der Hälfte der gesamten Wassermenge überbrüht und für ca. 10 min. stehen lassen. Das Wasser dafür sollte heiß sein.
- In der Zwischenzeit die trockenen Zutaten (Mehl, Salz, Backmalz, Brotgewürz, Germ) in eine Rührschüssel geben.
- Dann die überbrühte Körnermischung, das restliche Wasser und die weiche Butter dazugeben. Alles zu einem eher weicheren Germteig verarbeiten und diesen für ca. 20 Minuten gehen lassen.
- Danach den Teig in 5 gleich großen Teile teilen und ein Baguette formen. Die Baguette mit Wasser bestreichen, einer Körnermischung bestreuen und nochmals ca. 15 Minuten gehen lassen.
- Im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad Heißluft ca. 20 Minuten backen.

Hauptspeise

Putenroulade gefüllt mit Spinat und Feta, dazu gefüllte Zucchini

Zutaten:

4 Putenschnitzel
60g Spinat
150g Feta
2 kl. Zucchini
Cocktailtomaten
1kl. Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
100g Couscous
50g geriebenen Käse
Schlagobers
Ein Schuss Weißwein
2 EL Mehl
Salz, Pfeffer
Schnittlauch, Basilikum
Butterschmalz

Zubereitung:

- Die Zucchini in ca. 4cm Scheiben schneiden und aushöhlen, das Fleisch der Zucchini klein schneiden und beiseitestellen.
- Für den Couscous die doppelte Menge an Wasser zum Kochen bringen, den Couscous hineingeben von der Herdplatte nehmen und ca. 5 Min. ziehen lassen.
- Die feingeschnittene Zwiebel und die feingeschnittene Knoblauchzehe goldgelb anrösten und den Couscous, sowie das Fleisch der Zucchini und die feingewürfelten Tomaten dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Basilikum abschmecken.
- Mit dem Couscous - Gemüse nun die Zucchini füllen und beiseitestellen.
- Für die Putenroulade die Schnitzel mit dem Fleischklopfer von beiden Seiten ca. 3-4 mm dünn klopfen.
- Feta und Spinat gleichmäßig auf dem Fleisch verteilen, zusammenrollen, mit einem Zahnstocher, oder Fleischspieß durchstechen und die Roulade, rundherum mit Pfeffer würzen.
- Die Rouladen auf allen Seiten scharf im Butterschmalz anbraten und dann in Alufolie wickeln.
- Die gefüllten Zuchinis mit dem geriebenen Käse bestreuen und gemeinsam mit den Putenrouladen im Backrohr bei 180 Grad Heißluft backen.
- Für die Soße den Weißwein in die Pfanne geben und mit Schlagobers, Salz, Pfeffer und Kräutern abschmecken und mit dem Mehl eindicken.
- Vor dem Servieren die Zahnstocher aus der Roulade ziehen.

Nachspeise

Mohr im Hemd mit Vanilleeis und Früchten der Saison

Zutaten: (für 8 kleine Formen)

50g Zucker
50g Butter
3 Eier
60g flüssige Schokolade
60g geriebene Mandeln
40g Maizena
10g Semmelbrösel
1/8l Milch
1 TL Backpulver
Butter zum Form einfetten
Schokolade und Milch
Saisonale Früchte
Vanilleeis

Zubereitung:

- Die Förmchen mit Butter einfetten
- Eier trennen und mit dem Eiklar einen Eischnee schlagen
- Butter, Dotter und flüssige Schokolade schaumig rühren
- Geriebene Mandeln, Maizena, Backpulver, Semmelbrösel und Milch nach und nach dazugeben und den Eischnee unterheben.
- Die Masse gleichmäßig auf die Förmchen verteilen und mit Mandelblättchen bestreuen.
- Bei 180 Grad Heißluft ca. 40 Minuten backen.
- In der Zwischenzeit die Schokosauce mit Schokolade und Milch zubereiten.
- Den Mohr im Hemd am Teller mit Schokosauce, einer Kugel Vanilleeis und saisonalen Früchten anrichten.