



Horst Schrepfer

27. August 2018

**Party-Cracker mit Frischkäse (Kräuter)  
Gurken und Radiesli**



**Poulet-Bowl  
Saltimbocca Style**



**Pancakes mit Brombeeren**

**Party-Cracker mit Frischkäse**

**Zutaten**

1 Becher Frischkäse (Bsp. M-Budget Frischkäse mit Kräuter)  
1 P. salzige Cracker (Bsp. TUC oder Party Cracker)  
½ Gurke  
4 Radiesli  
1 Melone

**Zubereitung**

Cracker vorsichtig mit Frischkäse bestreichen. Gurke und Radiesli in dünne Scheiben schneiden und auf die die Cracker legen.

Melone in Schiffli schneiden, alles schön anrichten und servieren.



**Poulet-Bowl Saltimbocca Style** (schnell & einfach)

**Zutaten für 4 Personen**

600 g Broccoli  
300 g Trockenreis  
Salzwasser, siedend  
  
4 Pouletbrüstli (je ca. 160 g)  
100 g Rohschinken in Tranchen  
8 Zweiglein Salbei  
Öl zum Braten  
1 ½ dl Weisswein (oder Gemüsebouillon)  
  
250 g Cherry-Tomaten  
½ TL Salz  
wenig Pfeffer



## **Zubereitung**

Broccoli in Röschen schneiden. Reis im siedenden Salzwasser ca. 15 Min. kochen, dabei ca. 5 Min. vor Kochende Broccoli mitkochen, abtropfen.

Pouletbrüstli in ca. 2 cm grosse Würfel, Rohschinken und Salbei in Streifen schneiden. Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Pouletwürfel, Rohschinken und Salbei zusammen portionenweise je ca. 4 Min. rührbraten. Wein dazu giessen, ca. 2 Min. köcheln.

Tomaten halbieren, beigegeben, würzen, mit dem Reis anrichten.



## **Pancakes mit Brombeeren**

Zutaten (für ca. 12 Stk.)

### **Beeren**

250 g Brombeeren  
50 g grobkörniger Rohzucker  
2 EL Wasser

### **Pancakes**

200 g Mehl  
4 EL grobkörniger Rohzucker  
1 TL Backpulver  
¼ TL Salz  
1 ¾ dl Milch  
180 g Magerquark  
20 g Butter, flüssig abgekühlt  
1 frisches Ei  
Bratbutter zum Backen  
300 g griechisches Joghurt



**Vor- und Zubereiten ca. 40 Min.**

**Für die Beeren** Brombeeren, Zucker und Wasser zugedeckt ca. 2 Min. köcheln. Beeren herausnehmen, Saft ca. 1 Min. einkochen. Beeren wieder beigegeben, beiseitestellen.

**Für die Pancakes** Mehl, Zucker, Backpulver und Salz in einer Schüssel mischen. Milch, Quark, Butter und Ei verrühren, zum Mehl giessen, rühren, bis der Teig glatt ist.

Wenig Butter in einer weiten beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, portionenweise so viel Teig in die Pfanne geben, dass Pancakes von ca. 10 cm Ø entstehen. Sind die Unterseiten gebacken und lösen sich von selbst, Pancakes wenden, fertig backen, warm stellen.

Pancakes mit Joghurt bestreichen, lagenweise anrichten. Beiseitegestellte Brombeeren darauf verteilen.

