

# Rezepte mit Zutaten aus der Region Basel

## Vorspeise

### Randen-Carpaccio (6 Portionen)

3 Randen	fein hobeln
1 Zitrone	Schale abreiben, Saft auspressen
3 EL Olivenöl	
1 EL Balsamico Bianco	
Salz, Pfeffer, Birnel	Zitrone, Öl, Essig mischen und mit Salz, Pfeffer und Birnel abschmecken.

Salatsauce über die Randen giessen und diese gut damit kneten. Etwas marinieren lassen, anrichten.

### Dinkel-Focaccia

500g Vollkorn-Dinkelmehl	in eine Schüssel geben, eine Mulde bilden
25g Hefe	mit Zucker in 4 EL Wasser auflösen, in Mulde geben
1 TL Zucker	und mit Mehl bestreuen, ca. 30min stehen lassen
18g Salz	
3 EL Olivenöl	
8dl Wasser	alles zusammen zu einem Teig verkneten
Teig ca. 1 Stunde gehen lassen, ca. 2cm dick auswallen, mit grobem Salz und nach Belieben mit Kräutern bestreuen, im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad ca. 20-30min backen.	

### Asia-Salat mit Aronia-Sauce (4 Portionen)

20g Aroniabeeren getrocknet	
1 dl Balsamico	zusammen aufkochen, kurz stehen lassen, mixen, abkühlen lassen
Salz, Pfeffer	abschmecken
250g Asia-Salat	waschen
50g Amaranth gepufft	
20g Haselnüsse	grob hacken, trocken rösten
20g Walnüsse	grob hacken, trocken rösten
2EL Zucker	in Pfanne schmelzen, Nüsse und Amaranth dazu geben, kurz karamellisieren, auf Teller abkühlen lassen.

Asia-Salat auf Teller anrichte, Sauce darüber geben und mit Amaranth-Nuss-Granola garnieren.

### Gemüse-Birnen-Suppe (4 Portionen)

1 EL Öl	in einem Topf erhitzen
1 Zwiebeln	hacken, im Öl glasig braten
1 kleiner Lauch	gut waschen, schneiden, dazu geben und mitbraten
1-2 Birne	fein schneiden, im Topf mitbraten, sodass sie karamellisiert
1dl Weisswein	ablöschen
1l Wasser	dazu geben
1 EL Bouillon	dazu geben, weich kochen.
1 EL Balsamico Bianco	abschmecken
Salz, Pfeffer	abschmecken, pürieren

Nach Geschmack mit etwas Milch verfeinern.



## Hauptgang

### Vacherin-Kernotto mit Coulis aus getrockneten Chirsi (4 Personen)

1 EL Butter	in einer Pfanne schmelzen
1 Schalotte	fein hacken, dazu geben, anschwitzen
400g Kernotto	dazugeben, mitdünsten
2dl Weisswein	ablöschen
Ca. 8dl Gemüsebouillon	nach und nach zugeben, ca. 30min köcheln lassen
200g Vacherin	dazu reiben
Salz, Pfeffer gemahlen	abschmecken
80g getrocknete Chirsi	
40g Zucker	
½ dl Balsamico weiss	Chirsi, Zucker, Balsamico und Weisswein aufkochen
1 dl Weisswein	und auf 1/3 der Flüssigkeit reduzieren
1 ¼ dl Gemüsebouillon	
1 TL Maizena	in Bouillon auflösen, zugeben, leicht eindicken
Salz, Pfeffer gemahlen	abschmecken

### Mangoldwraps (8 Wickel für ca. 4 Portionen)

8 Mangoldblätter	entstielen, ca. 30sec in reichlich Salzwasser blanchieren, abschöpfen und abschrecken.
1 Karotten	in Julienne schneiden/hobeln
1 kleine Pastinake	in Julienne schneiden/hobeln, zusammen mit Karotten sautieren.
60g Ziegenkäse	mit den sautierten Karotten und Pastinaken mischen.
Salz, Pfeffer, evtl. etwas Honig	abschmecken
Auf jedes Mangoldblatt 2-3EL Gemüse-Käsefüllung geben, einrollen und warm oder kalt servieren.	

### Gedämpfter Gemüsesalat (8 Portionen)

Ca. 400g Gemüseresten (Karotten, Mangoldstiele, Salatresten, Pastinaken, Lauch, Kohl ...)	Alles fein schneiden Zwiebeln und Lauch in Pfanne anbraten, dann das restlichen Gemüse dazu geben und sautieren.
6 EL Olivenöl	
3 EL Balsamico Bianco	
1 EL Honig	schmelzen
1 Knoblauchzehe	fein geschnitten
1 EL grober Senf	
Salz, Pfeffer	Öl, Essig, Honig, Knoblauch, Senf und Gewürze zu einer Sauce mischen, mit dem noch warmen Gemüse vermengen und lauwarm servieren.

### Gemüsechips (ca. 8 Portionen)

2 Karotten	
2 Kartoffeln	
3 Topinambur	fein hobeln
2 EL Olivenöl	



Salz, Pfeffer

Öl mit Gewürzen mischen, gut mit dem Gemüse vermengen.

Auf einem Blech gut verteilen und im Ofen bei 150 Grad ca. 30min knusprig backen.

### **Kale-Chips** (ca. 4 Portionen)

5 Palmkohlblätter

5 Federkohlblätter

2-3 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

bei beiden Kohl Rispe entfernen, grob zerzupfen

Öl mit Gewürzen mischen, gut mit dem Kohl vermengen.

Auf einem Blech gut verteilen und im Ofen bei 150 Grad ca. 30min knusprig backen. Darauf achten, dass sie nicht verbrennen.

### **Bohnen-Aufstrich** (4 Portionen)

1 Glas weisse Bohnen

1cm Ingwer

Salz, Pfeffer

Zitronen

1 Knoblauchzehe

fein reiben

Schale von 1/8 der Zitrone abreiben

alles zusammen mit dem Mixer fein pürieren, nach Geschmack mit etwas Öl abschmecken.

## **Dessert**

### **Blechkuchen mit Pfirsichen** (1 Gratinform, ca. 8 Portionen)

125g Butter

100g Zucker

1 Prise Salz

2 Eier

1/2 Zitrone

200g Dinkelmehl

1 TL Backpulver

1.5 dl Milch

1 Glas/2 frische Pfirsiche

in einer Schüssel schaumig rühren

zur Butter geben, rühren

dazu geben, rühren

dazu geben, rühren

Schale abreiben, Saft auspressen, dazu geben

mit Mehl mischen Mehl abwechselnd mit Milch zur Masse geben. In eingefettete Gratinform geben.

halbieren, auf Masse verteilen, bei 200 Grad ca. 35min backen.

### **Dinkelcrêpe mit Vanillequark-Apfelkompott-Beerenkompott-Füllung** (8-10

Crêpes)

3dl Milch

1 1/2 dl Wasser

2 Eier

250g Urdinkel-Halbweissmehl

30g Butter

1/4 Zitrone

Bratöl/Bratbutter

Milch, Wasser, Eier mischen

dazu geben, verrühren. 30min ruhen lassen

schmelzen, abkühlen lassen, unter den Teig rühren

Schale abreiben, unter den Teig rühren

Bratpfanne auspinseln, 1 Kelle Teig hineingeben, dünn verteilen. Sobald Crêpe sich löst umdrehen.



250g Quark

2 EL Honig

½ TL Zitronenmelisse

½ TL Vanille

3 Äpfel

1.5 dl Apfelsaft

1 Messerspitze Kardamom

30g getrocknete Zwetschgen

30g getrocknete Kirschen

30g getrocknete Aroniabeeren

1cm Ingwer

3 dl Apfelsaft

*Crêpes mit je 1EL Quark und der beiden Kompotts füllen, einrollen.*

4EL Haselnüsse

4EL Baumnüsse

2EL Honig

30g Butter

fein hacken

Zutaten ab Quark gut vermengen, mind. 1h kühlen.

halbieren, entkernen, in feine Stücke schneiden

Apfel im Saft mit Kardamom knapp weich kochen.

halbieren

Früchte, Ingwer im Saft köcheln, bis sie weich sind.

trocken rösten

dazu geben

dazu geben, karamellisieren, auf Teller abkühlen lassen,  
über Crêpes streuen.