

Gemeinsames Kochen per Videokonferenz

Freitag, 20.Mai 2022, 17 Uhr

Vorbereitung für eine provençalische Vorspeise, die Tapenade.
Hauptspeise ist ein Spargel-Kartoffel-Auflauf.

Für 2 Portionen benötigt Ihr

Für das Hauptgericht:

400 g Kartoffeln

250 g weiße Spargel

50 g Kochschinken (in Würfel geschnitten)

100g Crème fraîche

100 ml Sahne

½ TL Senf

Saft und Abrieb von einer halben Bio-Zitrone

Pfeffer, Salz, Muskat

75 g geriebenen Emmentaler

Vorspeise - während der Auflauf im Ofen ist, haben wir Zeit, als Vorspeise eine Tapenade zuzubereiten; dazu benötigt Ihr:

2 TL Sonnenblumenkerne

2 TL Kürbiskerne

optional: 1 TL Pinienkerne

100 g schwarze Oliven, entsteint

4 Tomaten (getrocknet, in Öl)

1 Knoblauchzehe

4 EL natives Olivenöl

1 TL rosa Pfefferkörner

etwas Meersalz (Fleur de Sel)

etwas Kräuter der Provence oder frischen Thymian und Rosmarin

einige Scheibchen Baguette

Utensilien:

1 ofenfeste Form, einen kleinen und einen mittleren Kochtopf, Pürierstab, Schälmesser, Schneidebrett

Getränke:

Wasser und ein Glas trockener Weißwein oder Rosé.