

# Naturküche

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **72 (2015)**

Heft 1-2: **Honig gegen Husten**

PDF erstellt am: **07.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Joannis Malathounis Mittelmeerküche

... wurde 2015 als erstes griechisches Restaurant in Deutschland mit einem Stern des «Guide Michelin» ausgezeichnet.

# Roquefort-Quiche mit Walnüssen

Rezept für 4 Personen



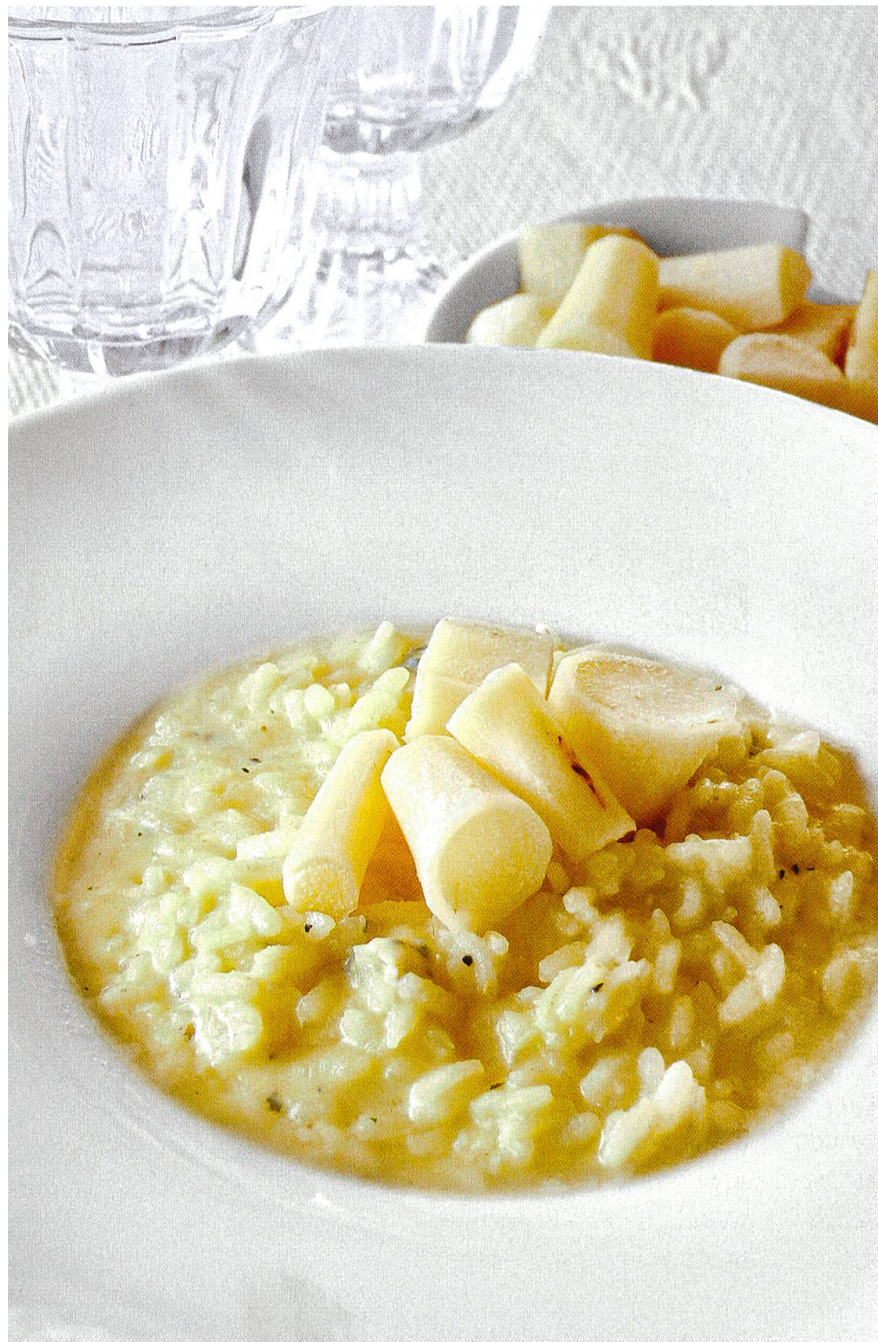
250 g Blätterteig  
 100 g griechischer Joghurt  
 2 Eier  
 Salz (Herbamare)  
 1 Kopf Radicchio, in feine Streifen geschnitten  
 50 g Walnüsse grob gehackt  
 Abrieb von 1 Zitrone oder Limette (Bio/ungespritzt)  
 150 g Roquefort  
 schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
 2 EL Olivenöl

Den Blätterteig ausrollen und auf ein gefettetes Backblech (etwa 20 × 30 cm) legen. Joghurt mit den Eiern verrühren, leicht salzen und auf den Blätterteig streichen. Mit den Radicchiostreifen, den gehackten Walnüssen und dem Zitronenabrieb bestreuen. Den Roquefort zerpfücken und obenauf geben. Mit dem Pfeffer würzen und mit dem Olivenöl beträufeln. Die Quiche bei 175 °C etwa 25 Minuten backen.

«Die Küche des <Malathounis> zeigt reichlich Kraft, Tiefgang und die ganz eigene Handschrift des Chefs.»  
Guide Michelin 2015

## Gorgonzola-Risotto mit Kerbelrübchen

Rezept für 4 Personen



200 g Risottoreis (Arborio oder Carnaroli), heiss ab gespült oder kurz blanchiert  
1 kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
2 EL Butter  
100 ml Weisswein, 750 ml bis 1 l heisse Gemüsebrühe (Herbamare Bouillon)  
1 EL Mascarpone, 150 g Gorgonzola dolce  
500 g Kerbelrübchen, geputzt und der Länge nach halbiert; ersatzweise Petersilienwurzel, geschält und geviertelt  
100 ml Weisswein, 200 ml Wasser  
Salz (Herbamare), Pfeffer  
je 1 Bund Kerbel und Schnittlauch

Zwiebel und Knoblauch in 1 EL Butter hell anschwitzen, Reis dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Weisswein und 200 ml der Gemüsebrühe auffüllen. Etwa 20 Minuten unter gelegentlichem Rühren und weiterer Zugabe von Flüssigkeit köcheln lassen. Wenn der Reis gar, aber noch bissfest ist, beide Käse unterrühren und auflösen lassen. Die Konsistenz sollte noch cremig sein. Abschmecken und bei Bedarf noch etwas Wasser/Brühe zugeben. Nebenbei in einem Topf Kerbelrübchen und die Zwiebel in 1 EL Butter andünsten. Mit Weisswein und Wasser auffüllen und bei geschlossenem Deckel etwa 15 Minuten bissfest garen. Den Deckel abnehmen und die Flüssigkeit verdampfen lassen. Abschmecken und die Kräuter dazugeben. Zum Risotto servieren.