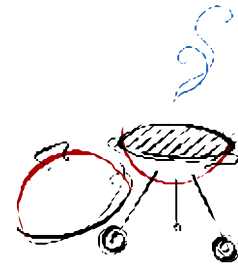


Leckeres zur Grillzeit



Eisbergsalat mit Erdbeeren

(4 Personen)

Zutaten:

1 kleiner Eisbergsalat
300 g Erdbeeren
100 ml Rama Cremefine (oder ähnliches)
Saft von 1 Zitrone
Salz, Pfeffer
1 EL gehackte oder ganze Sonnenblumenkerne

Zubereitung:

Den Salat in mundgerechte Stücke schneiden /zupfen.
Die Erdbeeren halbieren. Aus dem Rama Cremefine, Zitronensaft, Salz und Pfeffer eine Marinade zubereiten und mit dem Salat und den Erdbeeren vermischen.
Die Sonnenblumenkerne erst zum Schluss dazu geben.

Anstelle von Erdbeeren können auch Orangen oder Birnen verwendet werden.

Schnelle Remoulade

(4 Personen)

Zutaten:

2 hartgekochte Eier
100 g Gewürzgurke
1 Becher Rama Cremefine zum Verfeinern (oder ähnliches)
2 TL Petersilie, TK oder frisch
Kräuteressig
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Eier und die Gewürzgurken fein würfeln. Beide Zutaten mit Rama Cremefine zum Verfeinern vermengen und mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Zum Schluss die Petersilie dazugeben.

Gegrilltes Lachsfilet

(4 Personen)

Zutaten:

500 g Lachs (roh oder TK)
4 TL Honig
1 TL Rapsöl
4 TL Sojasoße
2-3 Spritzer Tabasco
1 rote Chilischote
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Aus dem Honig, dem Öl, der Sojasoße und dem Tabasco eine Marinade anrühren. Die Chilischote in feine Ringe schneiden, mit Salz und Pfeffer zur Marinade geben. Das Lachsfilet mit der Marinade bestreichen und für ca. 1 Stunde im Kühlschrank ziehen lassen.
Die Lachsfilets in einer Grillschale ca. 10-15 Minuten grillen.