

REZEPTTEXTE ZUR PRESSEINFORMATION
Aquasale – Den Sommer mediterran genießen

Marinierte Lammkoteletts mit Salbei-Bohnen



Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten | Wartezeit: ca. 40 Minuten
Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten (für 4 Portionen):

2 Zweige Rosmarin
6 Stiele Thymian
3 Stiele Oregano
2 Stiele Minze
3 Stiele Petersilie
5 EL Olivenöl
4 schwarze Pfefferkörner
2 TL Aquasale Grobes Meersalz 1 kg Beutel
8 Stück (à ca. 140 g) Lammkoteletts
1 Glas (720 ml) weiße Bohnen
2 Schalotten
4 Stiele Salbei
600 g Kirschtomaten
1 EL Tomatenmark
Aquasale Fleur de Sel
Pfeffer
250 ml Weißwein
Frischhaltefolie

Zubereitung:

Rosmarin, Thymian, Oregano, Minze und Petersilie wasche und, zerzupfen. Kräuter, bis auf etwas Oregano, mit 3 EL Olivenöl, Pfefferkörner und Aquasale Grobes Meersalz in einem Mörser fein zerstoßen. Lammkoteletts waschen, mit der Paste einstreichen, mit Frischhaltefolie abdecken und ca. 1 Stunde kaltstellen.

In der Zwischenzeit Bohnen abgießen, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Schalotten schälen und fein würfeln. Salbei waschen und, bis auf etwas, grob hacken. Die Tomaten waschen und würfeln.

Eine gusseiserne Pfanne auf den heißen Grill stellen. 2 EL Olivenöl darin erhitzen, die Schalotten zufügen und ca. 2 Minuten anbraten. Tomatenmark zugeben und kurz mit anschwitzen. Tomaten und Salbei beimengen und gut durchschwenken. Mit Aquasale Fleur de Sel und Pfeffer würzen. Anschließend mit Weißwein ablöschen und ca. 10 Minuten einköcheln. Bohnen zugeben und nochmals durchschwenken. Mit Aquasale Fleur de Sel und Pfeffer abschmecken.

Die Marinade grob vom Fleisch entfernen und auf dem heißen Grill von jeder Seite ca. 3 Minuten grillen. Das gegrillte Fleisch in die Pfanne zu den Bohnen geben, mit Rest Salbei- und Oreganoblättern garnieren.

Gegrillte Sardinen in Pancetta mit toskanischem Brotsalat



Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zutaten (für 4 Portionen):

125 g Baguettebrot
1–2 EL Butter
2 rote Zwiebeln
300 g Kirschtomaten
100 g Piemontos
8 EL Olivenöl
6 Stiele Basilikum
2 Stiele Estragon
75 ml heller Balsamico-Essig
Aguasale Fleur de Sel Meersalz
Pfeffer
1 Packung (125 g) Mozzarella
16 küchenfertige Sardinen (à ca. 40 g; ohne Kopf)
Aguasale Feines Meersalz mit Jod
16 Scheiben (à ca. 10 g) Pancetta
3 Stiele Petersilie
3 EL Zitronensaft
Aguasale Fleur de Sel Meersalz
Bio-Zitronenspalten zum Garnieren

Zubereitung:

Das Baguettebrot grob würfeln. Butter in einer großen Pfanne erhitzen, das Brot darin rundherum ca. 5 Minuten anrösten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Tomaten und Piemontos waschen, putzen. Mit 3 EL Olivenöl in eine Grillpfanne (für den Grill geeignet) geben.

Die Pfanne auf den heißen Grill stellen und das Gemüse ca. 15 Minuten grillen. Inzwischen 3 Stiele Basilikum und Estragon waschen, grob hacken. 3 EL Olivenöl mit Essig, Aquasale Fleur de Sel und Pfeffer vermengen. Pfanne vom Grill nehmen. Brotwürfel, gehackte Kräuter und gegrilltes Gemüse mit Kräuter-Mix mischen. Mozzarella abtropfen lassen, trocken tupfen, mit den Händen grob zupfen und auf den Brotsalat geben. Beiseitestellen.

Die Sardinen abspülen, trocken tupfen und mit 2 EL Olivenöl einpinseln. Mit Aquasale Feines Meersalz mit Jod und Pfeffer würzen. Je 1 Scheibe Pancetta fest um je 1 Sardine wickeln. Sardinen auf den heißen Grill geben und von jeder Seite ca. 3 – 6 Minuten kross grillen.

Petersilie und Rest Basilikum waschen und, bis auf einige Blätter zum Garnieren, grob hacken. Die Sardinen vom Grill nehmen und mit Zitronensaft beträufeln. Sardinen mit Brotsalat und gehackten Kräutern anrichten. Mit Basilikum, Petersilie, Aquasale Fleur de Sel und Zitronenspalten garnieren.

Tipp: Solltest Du keine frischen Sardinen bekommen, kaufe ganze Tiefkühl-Sardinen. Diese einfach über Nacht im Kühlschrank auftauen und wie im Rezept angegeben verarbeiten.

Für ein intensiveres Raucharoma Aquasale Grobes Meersalz in Wasser auflösen und eine Zedernholz-Grillplatte eine Stunde darin einlegen. Platte trocken tupfen, mit Olivenöl bepinseln, auf den Grill legen und Sardinen hierauf grillen.