

REZEPTTE

Kochschule

Marquardt Küchen Holzwickede



06
Juli

- Gemüsesalat
- Kräuterlachs
- Rote Grütze

MARQUARDT[®]
KÜCHEN

Deutschlands Nr.1 für Küchen mit Granit

GEMÜSESALAT

mit Spargel

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 rote Paprika
 - 1 gelbe Paprika
 - 1 Zucchini
 - 1 kleiner Brokkoli

 - 1 kleine Fenchelknolle
 - 1-2 rote Zwiebeln
 - 1-2 Karotten

 - 1 Bund grüner Spargel
 - 1 Bunde weißer Spargel
- Balsamico, weiß
Zucker
Olivenöl
Salz
Pfeffer
1 Bunde Schnittlauch, fein



So wird's gemacht:

Den Spargel waschen und am unteren Ende so weit wie nötig schälen. Das restliche Gemüse putzen und in Streifen schneiden.

Den Spargel in den Dampfgarer geben und bei 100°C ca. 6 Minuten garen. Als nächstes kommen Fenchel, Zwiebeln und Karotten für ca. 3-4 Minuten dazu und zum Schluss Paprika, Zucchini und Brokkoli für ca. 2-3 Minuten.

Nach Ablauf der Garzeit das Gemüse schnell aus dem Dampfgarer nehmen und rasch abkühlen lassen, damit es nicht weitergart.

Aus den übrigen Zutaten ein Dressing mixen und das Gemüse damit marinieren.

Guten Appetit

LACHSFILET

mit Kräutern

Zutaten für 4 Portionen:

- 400g frisches Lachsfilet
- Salz
- Pfeffer
- frische Kräuter



So wird's gemacht:

Den Lachs in die gewünschte Portionsgröße schneiden und nach Belieben würzen. Die Kräuter fein hacken und auf den Lachs streuen.

Zubereitung im Dampfgarer:

Den Lachs in einen gelochten, ausgebutterten Garbehälter legen und mit den gehackten Kräutern bestreuen und bei 65°C etwa 8-15 Minuten garen

Guten Appetit

MARQUARDT ROTE GRÜTZE

aus dem Dampfgarer

Zutaten für 6 Portionen:

- 800 g Waldbeeren z.b. Gefroren
- 125 g Himbeeren
- 150 g Zucker
- 1 Vanillinzucker
- 50 g Sago



So wird's gemacht:

Die Zutaten In eine ungelochte Dampfgarschale geben und vermischen.
Bei 100 % Dampf und 100 C° 20 Min garen

Einmal Durchmischen und nochmal 10 Min bei 100 % Dampf und 100c° garen.

Guten Appetit

Ihre Zufriedenheit ist unser Ziel!

BEWERTEN SIE
unser Werksstudio
in Holzwickede
auf Google!



**Und so
einfach geht's**

- 1** Öffnen Sie einen QR-Code-Scanner oder die Kamera App auf Ihrem Handy
- 2** Scannen Sie den QR-Code
- 3** Schreiben Sie uns Ihre Bewertung
Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

