

1/5 Grillkäse

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Sommer



Zutaten

3 L	Milch
	Saft von 2 Zitronen
	Salz und Kräuter nach Wunsch

Zubereitung

1. Die Milch in einen Topf geben und auf etwa 85 °C erhitzen, also kurz vor dem Aufkochen.
2. Danach den Topf vom Herd nehmen und den Zitronensaft einrühren.
3. Durch die Säure beginnt die Milch sofort zu flocken und trennt sich in Käse und Molke.
4. Diese Mischung etwa 10 Minuten stehen lassen.
5. Anschließend ein Sieb mit einem Tuch auslegen und die Käsemasse darin abtropfen lassen.

Am besten eignet sich ein sauberes Baumwolltuch!
6. Wer eine festere Konsistenz möchte, kann den Käse auch leicht ausdrücken.
7. Danach nach Geschmack mit Salz und Kräutern verfeinern und zu kleinen Laibchen formen.
8. Alternativ kann die Masse auch direkt in eine kleine Käseform gefüllt werden.
9. Je länger der Käse abtropft, desto fester wird er. Lässt man ihn kürzer abtropfen, entsteht eine weichere Variante, die sich auch als Frischkäse eignet.

10. Die entstandene Molke sollte unbedingt weiterverwendet werden –
zum Beispiel zum Backen oder als erfrischender Molke-Drink

2/5 Feuerfladen

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Sommer



Zutaten

220 ML	Wasser
21 G	frischen Germ
1 TL	Zucker
420 G	Mehl
20 ML	Oliveöl
1 TL	Salz

Zubereitung

1. Für den Teig alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
2. Zugedeckt ruhen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat.
3. Danach den Teig in sechs gleich große Stücke teilen.
4. Zu Kugeln formen und nochmals etwa 10 Minuten ruhen lassen.
5. Die Teigkugeln anschließend dünn ausrollen und ohne Fett direkt am Grill oder in einer Pfanne von beiden Seiten backen.
6. Dabei mehrmals wenden, bis die Fladen schön goldbraun sind.

3/5 Fülle

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Sommer



Zutaten

gebratener Grillkäse

gebratenes Filetstück

Tomaten

Gurkenscheiben

rote Zwiebeln

Ruccola

Zubereitung

1. Den gebratenen Grillkäse und das Filetstück sowie das frische Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden

4/5 Sauce

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Sommer



Zutaten

.....
Sauerrahm

.....
Joghurt

.....
Zitronensaft

.....
eventuell Chili

.....
Salz und Kräuter
.....

Zubereitung

1. Die Sauce aus Sauerrahm, Joghurt, Zitronensaft, Kräutern, Salz und nach Wunsch etwas Chili einfach glatt verrühren.

5/5 Fertigstellung

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Sommer



Zubereitung

1. Die noch warmen Fladen werden anschließend mit Käse, Fleisch, Gemüse und Sauce gefüllt.
2. Zusammengeklappt und am besten sofort serviert und genossen.