

Rezepte zum Kochabend 24. September 2020

Thema „Dips“

Vegane Mayonnaise

Sojamilch und neutrales Speiseöl, z.B. Rapsöl, im Verhältnis 1:3 bei Zimmertemperatur bereitstellen.

Milch mit 1 TL Senf, 1 TL Salz und 1 EL mildem Essig anrühren, nach Belieben mit weiteren Zutaten, z.B. Knoblauch, Kräutern, Gewürzen variieren.

Nachdem die Milchbasis gut vermischt ist, vorsichtig einen Tropfen Öl hinzufügen und einrühren. In kleinen Portionen das übrige Öl dazugeben und verrühren, bis die Mayonnaise fest wird. Je mehr Öl zugegeben wird, desto fester wird die Mayonnaise. Vorsicht: Öl nicht über den Kippunkt (Verhältnis 1:3) zugeben, sonst wird sie wieder flüssig.

Guacamole

Eine Tomate enthäuten, Samen auslöffeln, Tomatenfleisch klein schneiden. Grüne Peperoni ohne Samen kleinschneiden. Reichlich Basilikum oder grünen Koriander waschen und entstielen. Tomate, Peperoni, Kräuter im Zerkleinerer mixen und den Saft einer halben Limette zugeben. Das Fruchtfleisch einer Avocado zugeben, gut vermischen. Mit Pfeffer abschmecken.

Rucolapesto

Pinienkerne in 1 EL Öl leicht anrösten. Rucolablätter gut waschen und trocknen. Mit einer Knoblauchzehe in Mörser oder Zerkleinerer geben und kleinhacken. Einige EL Olivenöl langsam einrühren, bis eine sämige Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Ajvar

3 rote Paprika halbieren und die Samen entfernen. Eine halbe Aubergine in dicke Scheiben schneiden. Im Backofen bei 200° 35 bis 40 min grillen. Die Haut darf ruhig anbrennen, gibt Röstaromen.

Paprika und Aubergine enthäuten, klein schneiden und abtropfen lassen.

Eine Zwiebel, eine Knoblauchzehe und eine rote Peperoni (ohne Kerne) fein hacken, in Öl anbraten und mit Essig ablöschen. Gemüse dazugeben, ziehen lassen.

In den Zerkleinerer geben und fein mixen, mit Salz abschmecken.