



Rezepte zu den Kräuteressigen- und Kräuterölen von unserer Weinviertler Kräuterführerin Ines Scheibelhofer



SALAT MIT ZIEGENKÄSE UND HIMBEEREN *(alle Rezepte sind für 2-4 Personen!)*

1 Salat (z.B. Batavia, Eichblatt, ...)
100 g Rucola

200 g Himbeeren (frische)
1 TL Gewürzmischung: Kräuter der Provence
4 EL gehackten Kürbiskernen
8 Stück kleine Käse (Ziegenkäse), mild
2 TL süßen Senf
2 EL **ADAMAH Ysop-Rapsöl**¹
2 EL **ADAMAH Kräuter-Essig**²

> und
> waschen und in mundgerechte Stücke zerteilen. Den Salat abtropfen lassen und auf Tellern anrichten.
> darüber verteilen.
> mit
> mischen und
> darin wenden.

> miteinander verrühren, über dem Salat verteilen und den Ziegenkäse darauf anrichten.

SALAT MIT APFEL UND TOMATEN

1/2 grüner Salat
1 Lollo rosso, Eichblattsalat oä.
4 Paradeiser
1 Feldgurke
1 süßlicher Apfel
Salz, Pfeffer
3 EL ADAMAH Kräuter-Essig
5 EL ADAMAH **ADAMAH Kräuter-Distelöl**³
frische Kräuter wie Schnittlauch und Petersilie
3 EL Kürbiskernen

> und
> putzen, waschen und schneiden.
> in mundgerechte Stücke schneiden.
> und
> in kleine Stücke schneiden. Aus

> und
> ein Dressing mischen, gehackte
> durchmischen und mit
> bestreut servieren.

PAPRIKA-APFEL-SALAT

1 rote und eine gelbe große Paprikaschote

1 großer, reifer Apfel (süßliche Sorte)

20g Porree geben.
1/2 Zitrone
30g Kürbiskerne
4 EL **ADAMAH Kräuter-Distelöl**³

> entkernen, längs und quer halbieren, in dünne Streifen schneiden und in eine Salatschüssel geben.
> halbieren, entkernen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden
> klein schneiden und in Salatschüssel

> darüber auspressen und
> sowie
> hinzugeben. Gut durchmischen.

MOZARELLA MIT TOMATEN

6 Paradeiser
500 g Mozzarella

2 EL **ADAMAH Basilikum-Sonnenblumenöl**⁶
ADAMAH Kräuter-Essig² (oder Balsamico)
Salz und Pfeffer

Basilikumblättern

Mit frischem Baguette servieren!

> und
> in Scheiben schneiden, diese auf einem flachen Teller nebeneinander verteilen, danach
> und etwas
> darüberträufeln. Danach mit
> würzen, ca. 10 Min. ziehen lassen und vor dem Servieren mit frischen
> garnieren.

KAROTTEN-FENCHEL-SALAT

4 Karotten
1 Fenchel
etwas Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker
2 EL **ADAMAH Estragon-Essig**⁷,
1 EL Sonnenblumenöl
Petersilie

> raspeln,
> in Würfel schneiden und mit
> und
> würzen, dann mit
> und frisch gehackter
> verfeinern.

GRIECHISCHER SALAT

1 grünen Salat
6 Paradeiser
2 Paprika (rot und gelb)

> waschen und mundgerecht zerteilen,
> in Scheiben schneiden,
> halbieren, entkernen und in Streifen schneiden
> in dünne Ringe schneiden und alles zusammen in eine Salatschüssel geben.

1 Stk. Zwiebel

5 EL **ADAMAH Kräuter-Distelöl**³
3 EL **ADAMAH Zitronenmelissen-Essig**⁵
1 Prise Salz,
1 Prise Zucker
1 Prise Pfeffer
1 TL Senf (mittelscharf)
1 Bund frischer Schnittlauch
ein paar Blätter Zitronenmelisse
250 g Schafskäse
50 g Oliven (schwarz)

> und
> verrühren und über den Salat geben.

> fein schneiden, über Salat geben.
> in Würfel schneiden mit
> über Salat geben.

Mit Baguette oder Fladenbrot servieren.

SALAT MIT RADIESCHENVINAIGRETTE

½ grüner Salat
½ Eichblattsalat

> und
> putzen und waschen, in mundgerechte Stücke zupfen.
> fein würfeln, frische
> fein hacken.

8 Radieschen
Kräuter nach Wahl

1 EL ADAMAH Gewürzmischung: Sommersalatgewürz,

5 EL **ADAMAH Salbei-Rapsöl**⁴

> und

3 EL **ADAMAH Zitronenmelissen-Essig**⁵

> zu einer Vinaigrette rühren, Radieschenwürfel unterheben. Salate mit Vinaigrette mischen und auf Teller verteilen.

MARINIERTE ZUCCHINI

2 mittelgroße Zucchini

> waschen, in feine Streifen hobeln und mit

Salz und Pfeffer

> würzen. Die Zucchiniestreifen mit

3 EL Zitronensaft

> und

6 EL **ADAMAH Kräuter-Distelöl**³

> vermischen, auf Tellern anrichten und mit

8 EL grob geraspelter Parmesan

> bestreut servieren.

¹ **ADAMAH Ysop-Rapsöl** ist sehr geschmacksintensiv, auch ideal für Gemüsespießchen, Paradeiser, Frischkäse oder gebratene Melanzani

² **ADAMAH Kräuter-Essig** besteht aus Thymian, Salbei und Oregano und hat einen sehr fein würzigen Geschmack - für Genießer.

³ **ADAMAH Kräuter-Distelöl** besteht aus Thymian, Salbei und Oregano; ein würziges Geschmackserlebnis! Für Salate, Pasta und Risotto, kalte Vorspeisen oder das Marinieren von Schafkäse.

⁴ **ADAMAH Salbei-Rapsöl** ist sehr geschmackvoll und ideal für Gemüsespießchen, Paradeiser, Frischkäse oder gebratene Melanzani!

⁵ **ADAMAH Zitronenmelissen-Essig** hat einen wunderbar frischer Geschmack, der Speisen die besondere Note verleiht.

⁶ **ADAMAH Basilikum-Sonnenblumenöl** Zur Verfeinerung mediterraner Speisen, wie z.B. Tomaten mit Mozzarella, Paradeissalat oder Fischgerichten.

⁷ **ADAMAH Estragon-Essig** Klassiker der französischen Küche, würziger Geschmack.

Ein kleiner Tipp zum Anrichten der Dressings:

Manchmal ist es hilfreich, alle Zutaten in ein Schraubglas zu geben, dieses fest zuzuschrauben und kräftig zu schütteln. So vermischen sich die Dressingzutaten optimal!