

Picknicken mit Stil

Sandwiches, Suppen und Salate eignen sich gut für den Genuss im Freien. Wir geben Ihnen drei Rezepte auf den Weg

Mit den wärmeren Temperaturen steigt die Lust auf ein genussvolles Essen in der Natur. Picknicken kann stilvoll inszeniert werden. Selbst zubereitete Gerichte in ein Tupperware verpacken ist zwar praktisch, aber nicht attraktiv. Das Essen kann auch gediegener verpackt werden – am besten portionenweise. Dadurch gibt es weniger Pannen beim Transport. Andere Materialien erfüllen ebenfalls ihren Dienst und können nachher problemlos entsorgt werden: etwa Sandwichbeutel, Butterbrotpapier, Back-

papier oder Gläser für Suppen. Damit auch «outdoor» in einer angenehmen Atmosphäre diniert werden kann, verwende man etwa Küchentücher als tolle Servietten. Wer in der Natur essen will, fährt mit den «drei S» am besten: Sandwich, Salat und Suppen eignen sich ideal zum Mitnehmen. Alle Varianten lassen sich problemlos vorbereiten und transportieren. Damit der Ausflug von kulinarischem Erfolg gekrönt wird, schlagen wir drei schmackhafte Rezepte vor. *Karin Messerli / Peter Keller*



FOTOS: MARTIN HEIMLI

Wein-Keller

Frisch



Peter Keller

Die Sorte Chardonnay erreicht ihre schönste Ausdruckskraft in den grossen Burgunder-Lagen von Puligny-Montrachet und Meursault. Die Geheimtipps findet man anderswo, etwa in der wenig bekannten Appellation Rully an der Côte Chalonnaise. Eine herrliche Eleganz und ein tolles Trink-Erlebnis zeichnen den Rully Premier Cru Grésgigny 2008 von Paul und Marie Jacqueson aus: mineralische Noten in der Nase, animierend im Gaumen dank präsender, gut integrierter Säure. Der reintonige Wein zeigt, zu welchen Leistungen ein Chardonnay fähig ist – sofern Terroir und Arbeit des Winzers stimmen. In diesem Fall ist es jene von Marie Jacqueson, die das Gut von ihrem Vater übernommen hat. Bewertung: 17/20 Punkte.



Rully 1er Cru Grésgigny 2008, Marie und Paul Jacqueson, Fr. 28.–, erhältlich bei Divo, Winterthur, www.divo.ch; weitere Tipps unter www.nzz.ch/wein-keller

Supplément

Hochwertig



Die Kaffeerösterei Sirocco in Schmerikon (SG), bekannt für ihre hochwertigen Spezialitäten, diversifiziert. Der Familienbetrieb bietet seit kurzem erstklassigen Tee in Bio-Qualität an.

Er ist in biologisch abbaubaren Beuteln verpackt. Dies hat zwei Vorteile: Der Tee ist länger haltbar, und die Menge ist genau dosiert. Mit herkömmlichen Beuteln haben die Sirocco-Teemischungen indessen nichts zu tun. Geschäftsführer Ralph Grüniger kauft nur erstklassige Ware aus den besten Anbaugebieten ein. Der Beweis ist schnell erbracht: Wer an den Teebeutel riecht, wird von intensiven, natürlichen Düften umgarnet. Ein herrlicher Earl Grey betört die Sinne ebenso wie ein Rooibos mit Mandarine oder ein Schweizer Kräutertee mit Bergkräutern aus dem Puschlav. Zurzeit vertreibt das Haus Sirocco, neu mit einem edlen Logo, zwölf verschiedene Geschmacksrichtungen. Die hohe und nachvollziehbare Qualität der Tees hat allerdings ihren Preis. Doch das Geld ist gut angelegt. (kep.)

Sirocco Bio-Tee, eine 20er-Packung je nach Sorte ab Fr. 17.20 Fr., erhältlich etwa im Globus, Loeb in Bern oder unter www.sirocco.ch

Vegetarisches Sandwich

4 bis 6 Stück

2 EL Rohrzucker;
1 EL Zitronensaft;
2 TL süsser Paprika;
1 TL Kreuzkümmel, gemahlen;
½ TL Zimt, gemahlen;
wenig Cayennepfeffer;
¾ TL Meersalz;
3 EL Olivenöl;
750 g Karotten, geschält, längs

in dünne Scheiben geschnitten;
250 g grüne Tapenade,
gekauft oder hausgemacht;
12 Scheiben Sauerteigbrot;
200 g Frischkäse, z. B. Ziege

Zucker, Zitronensaft, Gewürze, Salz und Öl verrühren. Karotten in Salzwasser kurz blanchieren, abgiessen, gut abtropfen lassen. Noch warm mit der Marinade

mischen, zugedeckt 30 Minuten bis 4 Stunden ziehen lassen.

Fertigstellen: 6 Brotscheiben mit Tapenade bestreichen, mit Karotten und Käse belegen, mit restlichen Brotscheiben bedecken. Satt in Butterbrotpapier wickeln, schnüren. Kalt stellen.

Tapenade: 200 g grüne Oliven,

entsteint, mit 3 EL Kapern, gespült, 2 EL Petersilie, gehackt, 1–2 Sardellenfilets, gehackt, 1 TL Zitronenschale, 1–2 EL Zitronensaft, ½ TL schwarzer Pfeffer und 3–4 EL Olivenöl mischen.

Tip: Statt Sauerteig-Brotscheiben Fladenbrot oder Baguettes waagrecht halbieren, belegen wie im Rezept beschrieben.



Fatoush (Libanesischer Brotsalat)

3 bis 4 Portionen

1 Pain Libanais (Fladenbrot), in Stücke geschnitten;
1 dl Olivenöl;
250 g Cherry-Tomaten, halbiert;
1 Freilandgurke, fein geschnitten; je ¼ Tasse glattblättrige Petersilie und Minze, Blättchen;
½ roter Peperone, halbiert, entkernt, fein geschnitten;
4 Radiesli, fein gehobelt;
2 bis 3 Bund Zwiebeln, fein geschnitten;
½ bis 1 TL Sumac;

Olivenöl;
Zitronensaft;
Meersalz

Das Fladenbrot im heissen Olivenöl schön golden backen. Herausnehmen und auf einem Haushaltspapier abtropfen lassen. Nachher Tomaten, Gurke, Kräuter, Peperoni, Radiesli und Zwiebeln mischen. Mit Sumac, Olivenöl und Zitronensaft abschmecken und nach Bedarf salzen. Mit Fladenbrot lagenweise in Gläser schichten.



Gemüsecreme-Suppe aus dem Glas

4 Portionen

3 bis 4 Lauchstengel, nur heller Teil, fein geschnitten;
Butter zum Dämpfen;
Salz;
3 bis 4 mehlig kochende Kartoffeln, geschält, in Würfel geschnitten;
7 dl Bouillon, heiss;
1 dl Milch; weisser Pfeffer;
1 bis 2 Bund Kräuter, gemischt, zum Beispiel Petersilie, Majoran oder Kerbel

Den Lauch mit etwas Salz in der Butter 20 Minuten dämpfen. Nachher Kartoffeln, Bouillon und Milch beifügen. Das Ganze zugedeckt und 30 Minuten bei kleiner Hitze köcheln.

Die Kräuterblättchen abzupfen. Dann zur Suppe geben, pürieren. Mit Salz abschmecken. In Weckgläser oder Weck-Flaschen füllen. Zum Transportieren die Gläser in Sandwichbeutel verpacken. Die Suppe schmeckt heiss oder kalt.

Genuss

ANZEIGE

zingg-lamprecht
Mindset No.81

Royal Botanica
outdoor luxury

Gartenmöbel in vollendetem Design, jetzt im Showroom von Zingg-Lamprecht in Brüttsellen zu sehen.

zingg-lamprecht
interior intelligence.

Möbel- und Einrichtungshaus
am Stampfenbachplatz, CH-8006 Zürich
Zentrum für Designmöbel und Firmeneinrichtungen
Stationsstrasse 1-3, CH-8306 Brüttsellen
www.zingg-lamprecht.ch