

Adventstreff Münster St. Bonifatius 2015

Rezepte:

Feta – Mousse

- Fetakäse 500-600gr
- 2-3 Gläser getrocknete Tomaten in Öl,
- Butter (250-400gr),
- Harissa (scharfe arabische Würze aus der Tube,
- Knoblauch (2-3 Zehen)
- Oregano. (kann – muss aber nicht)



Das ist schon alles. Gewürzeinsatz nach persönlichem Geschmack.
Aber die harte Arbeit besteht darin, die Masse mit einem Stabmixer gut zu vermischen.

Locro - Chilenischer Gemüse Eintopf:

400 g 1 400 g	Zucchini Paprikaschote, rot Kartoffeln	vorbereiten, in 2-3 cm schneiden
1 1 2 EL	Zwiebel Knoblauchzehe Olivenöl	schälen, fein würfeln schälen, durch eine Knoblauchpresse drücken, beides in leicht anbraten (2 min.), Zucchini, Paprika und Kartoffeln zugeben, weitere 10 min. dünsten
500 ml 2 TL	Wasser Brühpulver	zugeben, vorsichtig rühren. 10 min. köcheln lassen.
300 g	grüne Erbsen, tiefgefroren	zugeben, aufkochen lassen, 10 min. mit garen
1 Dose (400 g) 1 Dose (400 g) 1 TL ½ TL 1 TL ½ TL ¼ TL 1 EL	Tomaten, gewürfelt Mais Salz Pfeffer Oregano Thymian Paprika, scharf Petersilie, tiefgefroren gehackt	und zum Eintopf geben. Erhitzen. Mit abschmecken. Servieren.