

Rezeptsammlung

THURVITA

Basis: Stedy Gewürze

Quelle: Weihnachtsgeschenk 2023



Gerettete Brot- und sonstige Resten

Man nehme Resten, die ansonsten bald weggeworfen würden:

- Trockene Brotscheibe, z.B. Baguette, Bürli, Semmeli oder ähnliches vom Vortag, Vorvortag oder Vorvorvortag
- Butter
- Knoblauch
- Artischocken im Glas
- Käse zum Reiben
- Thurvitas Stedy-Gewürze "A" und "E" (Anmerkung: Pizza & Pasta Gwürz und Händöpfel Gwürz 😊)

Stelle deinen Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze (160 Grad bei Umluft).

Lege deine Backmatte auf Rost oder Backblech, darauf deine Brotscheibe.

Bestreiche das Brot mit etwas Butter, belege es nach Belieben oder mit dem, was der Kühlschrank noch aus geöffneten Gläsern oder Dosen hergibt.

Bestreue es mit geriebenem Käse und schiebe es in den Ofen, auch wenn er noch nicht zu 100% aufgeheizt ist. Nach 10 - 15 Minuten, je nach Bräunungswunsch des Käses, nimmst du das Blech aus dem Ofen und lässt das Brot kurz abkühlen.

Nun kommen deine Thurvita-Stedy-Gewürze zum Einsatz 😊 Bestreue dein Brot mit deinem Lieblingsgewürz "D", "A", "N", "K" oder "E".

Et voilà, en Guete!



Für Eilige: Italienische Salatsauce

Zutaten:

- Ein Flammkuchen, aus dem Tiefkühler
- Ein frischer Kopfsalat
- Olivenöl
- Weisser Balsamico
- Stedy Salat Gewürz

Schnell, gesund und lecker!



Junges Gemüse

Zutaten:

- 30g frische Butter
- 4 Pak Choi
- 4 junge kleine Fenchel
- 8 Cherry Tomaten
- 1 KL Stedy Gmües Gwürz
- Wenig Salz
- Frischer Pfeffer
- Schnittlauch

Das Gemüse rüsten (vierteln, Tomaten ganz lassen und grüner Struck stehen lassen, dann laufen sie weniger aus).

Butter in der Bratpfanne zergehen lassen.

Gemüse in der Bratpfanne verteilen, kurz heiss anbraten und dann wenden.

Hitze reduzieren, ca. 20 Minuten zugedeckt weiter bräteln lassen, ev. nochmals wenden.

Würzen, mit frischem Pfeffer und Schnittlauch bestreuen und geniessen!



Lachs mit Gemüse

Zutaten für 4 Portionen:

- 600 g Kartoffeln
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Zucchini
- 3 Möhren
- 1 gelbe Paprikaschote
- 250 g Kirschtomaten
- 3 EL Olivenöl
- gemahlener Pfeffer
- Salz
- Stedy Gmües und Hårdöpfel Gwürz
- 3 – 4 Rosmarinzweige
- 4 Lachsfilets (je 140 g)
- nach Belieben Zitronenspalte



Kartoffeln schälen, waschen, in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebeln abziehen, in Achtel schneiden. Zucchini waschen, putzen, der Länge nach halbieren, in Scheiben schneiden. Möhren schälen, putzen, in Scheiben, dann in schmale Stifte schneiden. Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen, in mundgerechte Stücke schneiden. Kirschtomaten halbieren.

Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft: 160 Grad) vorheizen. Das Gemüse mit 2 EL Olivenöl mischen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Mit Pfeffer, etwas Salz und den Stedy Gewürzen bestreuen. Einige Nadeln der Rosmarinzweige abzupfen und Nadeln und Zweige zwischen dem Gemüse verteilen. Gemüse ca. 30 - 35 Minuten im Ofen garen.

In der Zwischenzeit den Lachs abbrausen, mit Küchenpapier trocken tupfen, in kleine Stücke schneiden. In einer grossen, beschichteten Pfanne das übrige Olivenöl (1 EL) erhitzen. Lachsfilets von jeder Seite ca. 1 Minute goldbraun anbraten. Mit Pfeffer und etwas Salz würzen. Backblech aus dem Ofen nehmen, Temperatur auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) erhöhen. Die Fischfilets auf das Gemüse legen, in den Ofen zurückschieben und ca. 10 Minuten gar ziehen lassen. Herausnehmen und mit Zitronenspalten servieren.

Erfrischender Gemüse-Früchte-Topf

Man nehme ein paar knackig frische Maiskolben und eine Zucchetti. Die Orange sorgt für eine fruchtige Note und abgeschmeckt wird das Ganze mit Gmües-Gwürz.

Än Guete!

