



## Einkaufsliste

Menge	Produkte	OK
1	Honigmelone	
1	Galiamelone	
4-5 Scheiben	Lachs (geräuchert)	
4 EL	Lachs-Kaviar	
1 Bund	Dill	
1-2 EL	Honig	
½ EL	Senf	
500 ml	Hühnerfond	
2	Schalotten	
1	Knoblauchzehe	
2-3 EL	Butter	
50 ml	Weißwein	
125 gr	Parmesan gerieben	
2	Zitrone (Bio)	
4 Stück (à ca. 100 gr)	Lachs (alternativ Kabeljau)	
300 gr	Risottoreis	
100 ml	Olivenöl	
4 Zweige	Zitronenthymian	
½ TL	Salz	
½ TL	Pfeffer	
4	Limetten (Bio)	
150 gr	Brauner Zucker	
5	Kardamomkapseln (alternativ 2 Zimtstangen)	
10	Zitronenmelisse Blätter	
200 gr	Babyspinat	
150 gr	Creme double	
400 gr	Wasser	





## To do Liste

Bitte vorab zum Start um 16:30 Uhr erledigen.	OK
<b>Einkaufen</b>	
<b>Parmesan hobeln (falls ihr keinen geriebenen habt)</b>	
<b>Babypinac und Dill waschen</b>	
<b>Knoblauch und Schalotten schälen und klein würfeln</b>	
<b>Zitronenmelisse Blätter abzupfen</b>	
Menükarte auf <a href="http://www.GeschmacksAllianz.de/rezepte">www.GeschmacksAllianz.de/rezepte</a> downloaden und drucken	

## Geräte

Menge	Geräte und Hilfsmittel	OK
1	Pfanne	
2	Töpfe (klein)	
1	Pfanne (hoher Rand)	
1	Schüssel (mittel)	
1	Kugelformer	
1	Messer (spitz)	
1	Sieb	
1	Kl. Schüssel	
diverse	Glasgefäße (flach)	
2	Messer	
6-8	Esslöffel	
4-5	Zahnstocher	
1	Spargelschäler	
1	Saftpresse	





**Platz für deine Notizen**





## Vorspeise

### Melonenröllchen mit Lachs

Menge	Zutaten
1	Honigmelone
1 Bund	Dill
4-5 Scheiben	Lachs (ich nehme an geräuchert)
4 EL	Lachs-Kaviar
½ EL	Honig
½ EL	Senf

Die Melone schälen und in dünne Scheiben hobeln (ca. 8 Scheiben). Lachs in Scheiben schneiden und auf den Melonenscheiben verteilen. Die Röllchen mit den Zahnstochern fixieren. Den Dill fein hacken, Senf und Honig verrühren und beiseite stellen. Die Röllchen auf einen Teller legen und Lachskaviar darauf verteilen. Nun die Dill-Senf-Honig Soße darüber träufeln.





## Hauptgang

### Zitronenrisotto mit Lachs und Babypinac

Menge	Zutaten
500 ml	Hühnerfond
50 ml	Weißwein
4 Stück (à ca. 100 gr)	Lachs (alternativ Kabeljau)
300 gr	Risottoreis
125 gr	Parmesan gerieben
2-3 EL	Butter
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
2	Zitronen (Bio)
200 gr	Babypinac
4 Zweige	Zitronenthymian
100 ml	Olivenöl
½ TL	Salz

Schalotten und Knoblauchzehe fein würfeln. In einem Topf die Butter erhitzen und den Knoblauch und die Schalotten anschwitzen. Nun den Reis dazugeben mit dem Hühnerfond und dem Weißwein ablöschen. Alles vollständig einkochen lassen und zum Schluss den geriebenen Parmesan unterheben. Die Zitronen auspressen und den Saft zum Reis geben. Dann den Babypinac mit 2-3 EL Olivenöl in einer hohen Pfanne 2-3 Min. anschwitzen und beiseite stellen. Nun in einer Pfanne Olivenöl erwärmen, den Zitronenthymian darin erhitzen die Lachsstücke dazugeben, von beiden Seiten 3-4 Min. anbraten und zum Schluss mit Salz würzen.

**Wenn das Risotto fertig ist, den Parmesan unterrühren. Leider haben wir das beim Dreh des Videos vergessen. Sorry!!!**





## Dessert

### Melone in Kardamonsirup

Menge	Zutaten
4	Limetten (Bio)
5	Kardamomkapseln (alternativ 2 Zimtstangen)
150 gr	Brauner Zucker
150 gr	Creme double
1	Melone Galiamelone und z.B. Rest Honigmelone
10	Zitronenmelisse Blätter
1 TL	Honig
400 ml	Wasser

Limetten heiß waschen und mit dem Spargelschäler dünne Streifen schälen. Nun die Limetten auspressen und den Saft durch ein Sieb geben. Saft und Schale mit 400 ml Wasser, Zucker und den Kardamomkapseln aufkochen. Etwa 20 Min. köchelnd auf die Hälfte reduzieren lassen und kalt stellen. Melone halbieren und die Samen entfernen. Aus dem Fruchtfleisch kleine Kugeln ausstechen und beiseite stellen. Zitronenmelisse Blätter abzupfen und bereitstellen. Creme double mit 1 TL Honig aufrühren, bereitstellen und anrichten.

