

**JOHANN
LAFER****META
HILTEBRAND**

DAS GROßE SWR3 GRILLEN

AM 10. APRIL 2022

ZUTATEN für 4 Personen

OBST UND GEMÜSE

- 4 **Äpfel**, groß
- 1 **Avocado**
- 80 g **Basilikum**, frisch
- 3 **Chilischoten**, rot
- 4 **Frühlingslauch**, Stangen
- 4 **Kartoffeln**, á 150 –200g
- 8 **Knoblauchzehen**
- 1 **Kopfsalat**
- 7 Zweige **Koriander**
- 5 **Limetten**
- 1 Bund **Petersilie**, glatt
- 2 Zweige **Rosmarin**
- 50 g **Rucola**
- 100 g **Salatgurke**
- 1 TL **Thymian**, frisch
- 1 **Tomate**
- 1 **Zitrone** zum Entsaften
- 1 **Zwiebel**, rot, klein

MOLKEREIPRODUKTE UND EIER

- 70 g **Butter**, zimmerwarm
- 9 **Eier**, Größe M
- 975 g **Frischkäse**, natur, Doppelrahmstufe
- 50 g **Parmesan**, am Stück
- 50 g **Sahne**



**JOHANN
LAFER**



**META
HILTEBRAND**

TROCKENWARE

30ml	Aceto Balsamico
15g	Agavendicksaft
125ml	Ahornsirup
30g	Cranberries , gedörnte
50g	Currypaste , grün
80g	Erdnüsse , gesalzen
60 ml	Gemüsefond
150 g	Langkornreis Natur (bitte vorkochen!)
150 g	Maismehl
50g	Marshmallows
30g	Meersalz
300 ml	Olivenöl
350 g	Peanutbuttercreme
	Pfeffer , schwarz
50g	Salz
100g	Soft Tomaten , getrocknet (alternativ: Getrocknete Tomaten aus dem Glas, abgetropft)
30g	Srirachasauce
1 Beutel	Trockenhefe , á 7g
400g	Weizenmehl (für Pizza geeignet)
50g	Zitronengraspaste
5g	Zucker

FLEISCH / FISCH

200 g	Garnelen , geschält, ohne Darm, blanchiert (TK)
2	Hähnchenschenkel , ganz



**JOHANN
LAFER**



**META
HILTEBRAND**

AUSSERDEM

- 1 **Akkuschrauber** mit Bohrer 9-10mm
- 1 **Apfelentkerner** oder **Kugelausstecher** (Pariserlöffel)
- 1 **Blumentopf aus Ton** ohne Glasur etc., ø 16-17cm ca. 1,7l Volumen
- 1 **Guglhupf-** oder **Springform**
- 4 **Holzspieße** (einen Tag vorher in Wasser eingelegt)
- 1 **Springform** oder **Blech**, ø 20cm
- 1 **Tarte-** oder **Pizzaform**, ø 26cm

SONSTIGES

- 1 **Feine Reibe**
- 1 **Frischhaltefolie**
- 1 **Gemüsebürste**
- 1 **Handrührgerät** (Rühr- und Knethaken)
- 1 **Küchenpinsel**
- 1 **Küchenrolle**
- 1 **Küchensieb**
- 1 **Mixbecher**
- 1 **Multizerkleinerer** oder **Stabmixer**
- 1 **Nudelholz**
- 2 **Rührschüsseln**
- 1 Sauberes **Brett**, das beschädigt werden kann/altes Vesperbrett
- 1 **Schneebesen**
- 1 **Spritzbeutel**
- 250ml **Wasser**, warm
- 1 **Zitruspresse**