

Mit den Früchten der Saison

Leichte Küche voller **Aromen** von frischen Früchten und Kräutern – das ist der Sommer, wie ihn die Zürcher Kochbuchautorin Annabelle Knaur zelebriert.

BUCHTIPP

Annabelle Knaur hat den Sommer ihrer eigenen Kindheit in ein inspirierendes Kochbuch gepackt: «Annabelles Sommer Kochbuch», 184 S., Eigenverlag, ca. 35 Franken.



Rucolasalat mit Melone, Parmesancroûtons und Mozzarella

Für 6 Personen

½ Cantaloupe-Melone, in mundgrosse Stücke geschnitten, 8 Scheiben Prosciutto crudo, 250 g Mozzarella, mit den Fingern zerteilt, 3 Handvoll Rucola,

2 EL Minze, grob gehackt, 2 EL Basilikum, grob geschnitten
Croûtons: 100 g Weissbrotscheiben, würfelig geschnitten, 40 g Parmesan, gerieben, 30 ml Olivenöl, geriebene Schale von 1 Zitrone

Dressing: 1 Knoblauchzehe, zerstoßen, 60 ml Olivenöl, 30 ml Balsamicoessig, Saft von ½ Zitrone, Salz, Pfeffer aus der Mühle



- 1 Backofen auf 180 Grad vorheizen.
- 2 Die Zutaten für die Croûtons vermengen, auf einem Backblech mit Backpapier verteilen und 8 bis 10 Minuten im Ofen goldgelb knusprig backen. Eventuell einmal wenden.
- 3 Für das Dressing alle Zutaten gut verrühren.
- 4 Rucola, Kräuter und Mozzarella mit der Melone auf einer Platte anrichten, Dressing darüberträufeln und zum Schluss Prosciutto und Croûtons darüber verteilen. Sofort servieren.

Tipps:

Auf den ersten Blick wirkt der Salat vielleicht kompliziert, aber das Gegenteil ist der Fall: Es geht ganz schnell und zahlt sich wirklich aus – so köstlich!

Wenn allerdings die Zeit sehr knapp ist: Die Croûtons kann man schon ein paar Stunden vorher backen, auch die Melone kann man geschnitten für ein paar Stunden im Kühlschrank aufbewahren.



Salat mit Tomaten, Nektarinen und Mozzarella

Für 6 Personen

200 g gemischter Blattsalat, 500 g bunte Tomaten, in Stücke geschnitten, 3 Nektarinen, in Stücke geschnitten, 2 Mozzarellas, mit den Fingern zerteilt

1 Handvoll Basilikumblätter, grob geschnitten

Dressing: 3 EL Apfelessig, 6 EL Olivenöl, 1 TL Dijonsenf, ½ TL Honig oder Ahornsirup, Salz, Pfeffer aus der Mühle

2 Für das Dressing alles gut vermengen und abschmecken.

3 Vor dem Servieren über den Salat giessen. Zum Schluss mit Basilikum dekorieren.

Tipps:

Sehr gut passt dazu auch etwas geschnittene Frühlingszwiebel.

Falls man keine bunten Tomaten findet, kann man auch nur rote nehmen.

Das Dressing in einem verschraubbaren Glas mischen, so kann man es einfach mit auf die Wiese nehmen ...