

Sendung: Ratgeber  
Datum: 22. April 2005  
Redaktion: Myriam Zumbühl

---

## **Apéro-Snacks - leicht gemacht**

Wenn unerwartet Gäste vor der Türe stehen - oder spontan etwas gefeiert werden soll, bleibt nicht viel Zeit um einen Apéro vorzubereiten.

Die Ratgeber Redaktorin Myriam Zumbühl zeigt heute im Ratgeber, dass ein Pizza Teig und einige frische Gewürze ausreichen, um den Gästen zum Prosecco etwas Feines zu servieren. Dazu viele Tipps und Tricks für den gelungenen Apéro zu Hause.

### **Basisrezept Pizza-Teig**

600g Weissmehl

2 Teelöffel Salz

1 Esslöffel Zucker

50g Butter

20g frische Hefe

3 Esslöffel Olivenöl

ca. 350 ml lauwarmes Wasser

Das Mehl mit dem Zucker und Salz in eine Schüssel geben. Die Butter in kleine Stücke schneiden und mit dem Mehl verreiben, bis eine sandige Konsistenz entsteht. Die Hefe im Wasser auflösen, das Olivenöl begeben. In der Mehl-Masse eine Mulde bilden, die Flüssigkeit dazugeben und zu einem geschmeidigen Teig kneten.

Ca. eine halbe Stunde zugedeckt aufgehen lassen.

## **„Breadsticks“ - würzige Brotstangen**

ergibt ca. 40 Stück

eine Portion Pizza-Teig (siehe oben)

fein gehackter Rosmarin

fein gehackter Thymian

fein geriebener Parmesan mit einer Prise Chayenne Pfeffer

etwas Olivenöl

Den Teig in ca. 20g schwere Portionen aufteilen. Jede Teig Portion zu einer ca. 20cm langen „Stange“ rollen. Etwas Olivenöl auf die Arbeitsfläche streichen, die Pizza-Teig Stangen zuerst im Öl rollen, bevor sie die Stangen in den gehackten Kräutern oder dem geriebenen Parmesan rollen.

Auf einem Backblech mit genügend Abstand, bei 220 Grad für ca. 10-15 Minuten backen (variiert nach dicke und Länge der Stangen). Am Schluss sollten die Breadsticks goldig-braun und knusprig sein.

\*\*\*

## **Marinierter Mozzarella**

2 Kugeln Mozzarella (ca. 300g)

2-3 kleine getrocknete Chili, im Mörser zerstampft (oder eine frische, fein geschnittene Chili)

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

ca. 125 ml bestes Olivenöl

eine Hand voll frischer Thymian, gehackt



Schweizer Radio DRS1

eine Hand voll frischer Basilikum, gehackt

Salz und frisch gemahlener Pfeffer

Das Öl in einer Pfanne mit dem Knoblauch und den zerstampften Chili auf sehr niedriger Flamme erhitzen. In der Zwischenzeit den Mozzarella in ca. 2 cm dicke Würfel schneiden und in eine flache Form geben. Die frischen Kräuter darübergerben, mit Salz und Pfeffer würzen und zum Schluss mit dem gewürzten Olivenöl übergiessen. Für einige Stunden marinieren lassen. Hält in einem Konservierungsglas für einige Wochen im Kühlschrank.

Der marinierte Mozzarella passt wunderbar zu einem kleinen Ruccola-Salat, auf eine feine Focaccia oder zu frischen Cherry Tomaten.

\*\*\*

### **Schnelle Pizza mit caramelisierten Zwiebeln**

1/2 Portion Pizza-Teig

4-5 rote Zwiebeln, in feinen Scheiben

1 Teelöffel frischer, fein gehackter Rosmarin

1 Teelöffel frischer, fein gehackter Thymian

1 Teelöffel Zucker

einige Esslöffel Ruccola-Pesto

Den Ofen auf 220 Grad heizen. - Etwas Olivenöl in eine heisse Pfanne geben, die Zwiebeln und Gewürze darin rösten, bis die Zwiebel schön weich ist. Den Zucker begeben und für eine weitere Minute weiter rösten. - Zur Seite stellen.

Den Pizzateig dünn auswallen - auf ein geöltes oder mit Backtrennpapier belegtes Blech geben und mit der Zwiebel gleichmässig belegen. Eventuell mit etwas Pfeffer nachwürzen. Für ca. 15 Minuten in der Mitte des Ofens backen.

Die Pizza in kleine Stücke schneiden, so, dass sie gut mit der Hand gegessen werden kann. Mit etwas Pesto garnieren.

\*\*\*

## **Ruccola-Pesto Rezept**

3 grosszügige Hand voll frischer Ruccola

2 Hand voll geriebener Parmesan Käse

1 Hand voll Pinien-Kerne, leicht geröstet

5-6 Cherry Tomaten, ohne Kernen und in kleine Würfelchen geschnitten

bestes Olivenöl

Den Ruccola und die Pinienkerne in einen Standmixer geben und einige grosszügige „Gütsch“ Olivenöl dazugeben - kurz mixen - der Ruccola soll nicht zu fein gehackt sein. Den Parmesankäse und die gewürfelten Cherry Tomaten begeben. Soviel Olivenöl dazugeben, bis eine schöne Masse entsteht.

In einem Konservenglas über mehrere Wochen im Kühlschrank haltbar.