

Rezept
Betty Bossi
exklusiv für Coop

FETA-CROSTINI MIT FRÜHLINGSSALAT

Dieses Gericht lässt sich aus der Vielfalt an Naturaplan-Produkten zusammenstellen. Ein leichtes, natürliches Essen.

Zutaten

Vorspeise für 6 Personen:
pro Person
ca. 4000 kJ/ca. 956 kcal

1 dl Rotwein*
5 getrocknete Tomaten*
200 g Feta*, in ca. 1 cm grossen Würfeln
2 Zweiglein Thymian*
2 Zweiglein Rosmarin*
ca. 15 schwarze Pfefferkörner, zerdrückt
1 Knoblauchzehe*, gescheibelt
ca. 2½ dl Olivenöl

250 g Weissmehl*
1 TL Salz
10 g Hefe*
1½ EL Feta-Marinade (ca. 15 g)
1½ dl Wasser

2 EL Feta-Marinade

4 EL Rotweinessig*
6 EL Feta-Marinade (ca. 60 g)
1 kl. Zwiebel* (ca. 40 g), fein gehackt
¼ TL Salz
wenig Pfeffer aus der Mühle
1 kleiner roter Batavia*
1 kleiner grüner Lollo*

Vor- und Zubereitungszeit

ca. 45 Minuten
Marinieren: ca. 3 Tage
Aufgehen lassen:
ca. 1¼ Std.
Backen: ca. 25 Minuten



*Diese Zutaten sind als Naturaplan-Produkte erhältlich.

Zubereitung

Feta marinieren: Wein aufkochen, Hitze reduzieren. Tomaten begeben, ca. 5 Min. köcheln. Pfanne von der Platte nehmen, Tomaten ca. 15 Min. ziehen lassen, gut abtropfen, auskühlen, würfeln. Feta in ein Glas mit weiter Öffnung schichten, Tomaten, Kräuter, Pfefferkörner und Knoblauch dazugeben, mit dem Olivenöl vollständig bedecken. Das Glas gut verschliessen, im Kühlschrank ca. 3 Tage marinieren.

Brotteig: Mehl, Salz und Hefe in einer Schüssel mischen. Öl und Wasser dazugiessen, mischen, zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Std. aufs Doppelte aufgehen lassen. Zu einer ca. 30 cm langen Rolle formen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Wasser bestreichen. Nochmals ca. 15 Min. aufgehen lassen. Mit scharfem Messer leicht schräg mehrmals ca. 1 cm tief einschneiden.

Jeden Tag um
12.30 Uhr auf SF1,
Wiederholung um
16.00 Uhr auf SF1



Bisherige Rezepte unter:
www.coopzeitung.ch/rezepte

Backen: ca. 20 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen.

Crostini: Vom Brot schräg 12 ca. 1½ cm dicke Scheiben abschneiden. Auf Blech zurücklegen. Mit Feta-Marinade beträufeln.

Rösten: ca. 5 Min. in der Mitte des auf 250 Grad vorgeheizten Ofens. Marinierten Feta darauf verteilen.

Salat: Essig, Feta-Marinade und Zwiebel in einer grossen Schüssel gut verrühren, würzen. Salat begeben, mischen und mit den Crostini auf Tellern anrichten.

NATÜRLICHE FRISCHE

Der Mont sur Rolle *Domaine de la Bigaire* wird aus biologisch angebauten Chasselas-Trauben gewonnen. Er ist sowohl zum Aperitif wie auch als Begleiter zu Süsswasserfisch und Käsefondue geeignet. Er wird mit einer Temperatur von 10 bis 12 Grad serviert.

Erhältlich in grösseren Coop-Verkaufsstellen und online unter: www.coop.ch/wineshop





DER SOMMER IST SCHON NAH