

Accso Wintermenü



Wir wünschen besinnliche Feiertage, kulinarische Highlights und einen guten Start ins neue Jahr. Passend zu den kalten Tagen, kannst Du mit diesem Accso-Gewürzset ein winterliches Menü kreieren. In drei Gängen kannst Du alle Gewürze vielseitig einsetzen. Viel Freude beim Kochen!

Vorspeise

Frischer Avocado-Salat 🥑

Hauptgang

Knusprige Blumenkohlsteaks 🥩
mit Süßkartoffelpüree und winterlichem Kräuter-Dip 🌿

Dessert

Provenzalisches Lavendel-Törtchen 🌿





Rezept für 2 Personen



Frischer Avocado-Salat

- Babyspinat und Feldsalat waschen. Eine halbe Gurke in Scheiben schneiden, eine Avocado würfeln und mit Granatapfelkernen in einer Schüssel mischen.
- Eine Hand voll Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl rösten und hinzugeben.
- Dressing: 3 EL Olivenöl, 2 EL frischer Orangensaft, Accso-Avocadosalz  und ein 1 TL Honig vermengen und zum Salat geben.
- Optional: Mit gebratenen Garnelen oder Feta toppen.

Barbecue-Blumenkohlsteaks

- Blumenkohl in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden.
- Mit einer Marinade aus 1 TL Accso-Barbecue-Gewürz , 3 EL Öl und 1 TL Honig würzen, kurz ziehen lassen.
- Auf ein Blech legen und bei 180° ca. 25-30 Minuten rösten. Nach der Hälfte der Zeit wenden, damit beide Seiten knusprig werden.
- Optional: Entenbrust mit gleicher Accso-Barbecue-Marinade  zubereiten.

Süßkartoffelpüree mit Zimt

- Zwei bis drei große Süßkartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser ca. 15-20 Minuten weich kochen.
- Wasser abgießen, die Kartoffeln mit 2 EL Butter, etwas Zimt, Muskatnuss, Salz und Pfeffer pürieren oder fein stampfen. Nach Geschmack mit etwas Sahne oder Milch verfeinern.

Winterlicher Kräuter-Dip

- 150 g Joghurt oder Quark in eine Schüssel geben.
- 1-2 TL Accso-Kräuter der Provence , 1 EL Orangensaft oder -schale, etwas Zimt, Salz und Pfeffer einrühren.
- Alles gut vermischen und für ca. 15 Minuten ziehen lassen, damit die Aromen sich verbinden.

Provenzalisches Lavendel-Törtchen

- Mürbeteig-Törtchen zubereiten. Dafür: 125 g Mehl, 75 g Butter, 40 g Zucker, 1/2 Ei, 1 Prise Salz und 1 TL Zimt (optional) zu einem glatten Teig verkneten und 30 Minuten kühlen.
- Teig ausrollen und in 4-6 kleinen Förmchen bei 180°C ca. 12-15 Minuten blindbacken.
- 100 g Mascarpone mit 2 EL Honig und einem Hauch Accso-Kräuter der Provence  verrühren.
- Die Creme in die Törtchen füllen und für den winterlichen Touch mit kandierten Orangenscheiben oder etwas Zimt/Zucker dekorieren.



Einkaufsliste

Vorspeise

- ☐ 200 g Babyspinat
- ☐ 100 g Feldsalat
- ☐ 1/2 Gurke
- ☐ 1 Avocado
- ☐ 1/2 Granatapfel
- ☐ 1/2 Orange
- ☐ 3 EL Öl
- ☐ 50 g Walnüsse
- ☐ optional: Garnelen oder Feta

Hauptgang

- ☐ 1/2 Blumenkohl
- ☐ 3 EL Öl
- ☐ 2-3 große Süßkartoffeln
- ☐ 2 EL Butter
- ☐ etwas Milch oder Sahne
- ☐ Zimt und Muskat
- ☐ 150 g griechischer Joghurt oder Quark
- ☐ 1/2 Orange
- ☐ optional: Entenbrust

Dessert

- ☐ 125 g Mehl
- ☐ 40 g Zucker
- ☐ 75 g Butter
- ☐ 1/2 Ei
- ☐ 100 g Mascarpone
- ☐ 2 EL Honig
- ☐ etwas Zimt

Was du sonst noch brauchst

- ☐ Salz und Pfeffer
- ☐ eure drei neuen Accso-Gewürze   
- ☐ kleine Förmchen für das Dessert