

2015, WGT-Rezepte, Bahamas

Scharfe Fleischklößchen

200 g Schweinehackfleisch, 500 g gelbe Paprikaschoten, 2 grüne Peperoni, 1 große Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 5 El Olivenöl, 2 Tl scharfes Paprikapulver, 4 Tl mildes Paprikapulver, 2 El Ketchup, 1 Tl scharfer Senf, 1 Eigelb, 1-2 El gemahlene Mandeln, Salz und Pfeffer

Paprikaschoten und Zwiebel klein würfeln, 2 El Öl erhitzen und die Würfel darin anbraten, salzen und pfeffern. Bei kleiner Hitze 20 Min. schmoren.

In der Zwischenzeit Hackfleisch mit Paprikapulver, Ketchup, Senf, Salz, Pfeffer und Eigelb verkneten. Peperoni und Knoblauch kleinhacken und unter die Masse arbeiten; mit den geriebenen Mandeln binden.

Kleine Bällchen formen, Öl in der Pfanne erhitzen und die Bällchen rundum 4 Min. braten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und leicht mit Paprikapulver überpudern.

Gemüsegratin mit Kokosschnee

1 kg Karotten, 4 Zwiebeln, 4 grüne Chilischoten, 1 kg Tomaten, 2 Knoblauchzehen, 1 l Wasser, 50 g Butter, ½ l Schlagsahne, 4 Eier, 500 g Maisgrieß, 150 g Kokosraspeln, Salz und Pfeffer

Karotten und Zwiebeln in Würfel schneiden, Butter schmelzen und das Gemüse darin 15 Min. andünsten.

Maisgrieß dazugeben, Sahne und Wasser angießen, zum Kochen bringen, salzen und pfeffern. Bei kleiner Hitze 30 Min. quellen lassen, öfters umrühren.

Tomaten häuten, entkernen und in kleine Stücke schneiden, Chilis putzen und würfeln, Knoblauch hacken, alles unter den Maisbrei rühren.

Backofen auf 175° Umluft (200° Ober- und Unterhitze) vorheizen, Eier trennen, Eigelb unter die Masse ziehen.

Backblech fetten, Masse darauf streichen. 4 Eiweiß steif schlagen, Kokosraspeln unterheben, über dem Gemüse verteilen.

Im Backofen 30 Min. backen.

Tropischer Obstsalat

Mangos, Ananas, Bananen, Sternfrucht, Orangen, Papaya, weißer Rum, Kokosraspeln

Früchte klein schneiden, alles in einer Schüssel vermischen, Rum darüber gießen und kühl stellen.

Kokosraspeln in einer trockenen Pfanne rösten, über den Salat streuen.

Planter's Punch

Ananassaft, Limettensaft, Orangensaft (und Rum) mischen, mit Eiswürfel in ein Glas geben, mit einer Orangenscheibe verzieren, servieren.

Rezept Käsfüße (Thema Fußwaschung)

250 g Mehl, 1 gestr. TL Backpulver, ½ TL Salz, 1 Msp. Paprikapulver, 100 g geriebener Käse, 75 g Parmesankäse, 1 Ei, 1/8 l Sahne, 125 g Margarine

für den Belag: grobes Salz, Sesam, Mohn, Kümmel, Schwarkümmel, 1 verquirltes Ei zum Bestreichen.

Mit allen Zutaten einen Knetteig herstellen, diesen ca. 1 cm dick ausrollen, Füße ausstechen und mit dem verquirlten Ei bestreichen. Nach Belieben mit den o.g. Zutaten bestreuen und auf ein Blech mit Backpapier legen. Bei 175° ca 10-12 Min. backen.