

Edelschmausrezepte

Juli





selbstständiger Berater
EDELSCHMAUS
kochen mit Herz

Gustoso- Erbsen- Snack

1 Dose Kichererbsen
3 TL Gustoso
2 EL Basilikum Öl
2 EL Omas Butteröl
25 g Parmesan

Zubereitung

Kichererbsen abgießen und abtrocknen.
Gustoso mit Wasser aktivieren, Öl und Parmesan hinzugeben.
Gut vermengen und einige Minuten ziehen lassen.
Auf der Stoneware 45 Minuten bei 180°C Grad O/U knusprig backen.

Toller Snack zum nächsten Fernsehabend!

Guten Appetit!





selbständiger Berater
EDELSCHMAUS
kochen mit Herz

Gustoso- Mozzarella- Brot

130 ml Milch
5 g Hefe
1 TL Zucker
1 Ei
1 TL Gustoso
1 TL Italienisches Genuss Salz
35 g Omas Butteröl
285 g Mehl

Für den Belag:

1 EL Basilikum Öl
1 EL Omas Butteröl
2 TL Gustoso
2 Kugeln Mozzarella

Zubereitung

Milch erwärmen, mit Zucker und Hefe und 10 Minuten ruhen lassen.
Alle weiteren Zutaten hinzugeben und den Teig 5 Minuten kneten.
Teig abgedeckt an einem warmen Ort für 1 Stunde gehen lassen.
Zwei TL Gusto mit Wasser aktivieren.
1 EL Basilikum Öl und 1 EL Omas Butteröl untermischen.
Mozzarella in Scheiben schneiden.
Teig rund ausrollen (circa 30 cm) mit Gustoso - Öl Gemisch bestreichen und mit Mozzarella belegen.
Ca. 20 Minuten bei 200°C O/U Hitze backen.

Guten Appetit!





selbständiger Berater
EDELSCHEMAUS
kochen mit Herz

Pizza Soße

Zutaten für 2 Pizzen (ca. 25-30 cm Durchmesser)

200 g passierte Datteltomaten
1 TL Gustoso
5-6 Umdrehungen Meersalz aus der Mühle
1 TL Basilikum Öl oder Griechisches Olivenöl

Zubereitung

Passierte Datteltomaten, Gustoso und Meersalz in eine Schüssel geben und vermengen, dann Basilikum Öl oder Griechisches Olivenöl unterrühren.

Fertige Soße auf die Pizza geben, gleichmäßig verteilen und nach Wunsch belegen!

Guten Appetit!





selbständiger Berater
EDELSCHMAUS
kochen mit Herz

Spaghetti Gustosa

500 g passierte Tomaten
2-3 TL Gustoso
1 EL Griechisches Olivenöl
1 TL Basilikum Öl
Regenbogen Pfeffer
Meersalz

500 g Spaghetti

Zubereitung

Passierte Tomaten in einen Topf geben.
Gustoso dazu geben und 5 Minuten köcheln lassen.
Olivenöl und Basilikum Öl zufügen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.
Nudeln nach Packungsanleitung kochen und mit der Soße genießen.

Guten Appetit





selbständiger Berater
EDELSCHMAI
kochen mit

Spaghetti- Tomaten- Feta Salat

250 g Spaghetti
250 g Feta (Hirtenkäse)
200 g Cocktailtomaten

Dressing:
3 TL Gustoso
8 TL Wasser
5 EL Olivenöl
1 EL Basilikum Öl
1 EL Sanfte Traube

Zubereitung

Spaghetti nach Packungsanleitung kochen.
Gustoso mit Wasser aktivieren und 5 Minuten quellen lassen.
In der Zwischenzeit Tomaten halbieren und Feta würfeln.
Die gekochten Spaghetti abgießen und auskühlen lassen.
Die aktivierte Gewürzzubereitung mit beiden Ölen zu einem Pesto vermischen und mit den Spaghetti vermengen.
Sanfte Traube, Tomaten und Feta zugeben und untermischen.

Guten Appetit





selbstständiger Berater
EDELSCHMAUS
kochen mit Herz

Thunfisch Pasta

1 Zwiebel, gewürfelt
500 ml Sahne
2 Dosen Thunfisch im eigenen Saft
2 EL Basilikum Öl
2 TL Gustoso
2 EL Tomatenmark
Basilikum

500 g Spaghetti

Zubereitung

Nudeln nach Packungsanleitung kochen. In der Zwischenzeit die Zwiebeln in 1 EL Basilikum Öl andünsten. Alle weiteren Zutaten zugeben und verrühren. Zum Schluss feingeschnittener Basilikum darüberstreuen und mit frischer Pasta genießen.

Guten Appetit





selbständiger Berater
EDELSCHMAUS
kochen mit Herz

Tomate Mozzarella

500 g Tomaten
2 Kugeln Mozzarella
1 EL Sanfte Traube
1 TL Basilikum Öl
2 EL Griechisches Olivenöl
1 TL Gustoso
2 TL Wasser
Basilikum

Zubereitung

Wasser, Gustoso, Olivenöl und Basilikum Öl in einer Schüssel verrühren und ca. 5 Minuten ziehen lassen.
Die Tomaten und den Mozzarella in Scheiben schneiden und abwechselnd auf einen großen Teller oder auf eine Platte legen.
Das Pesto darüber träufeln und mit frischem Basilikum garnieren.

Guten Appetit!



selbstständige Managerin
EDELSCHMAUS
kochen mit Herz

