

Köstliches aus Teig



SAISON
KÜCHE

MIGROS



Impressum

Herausgeber: Verlag SAISON-KÜCHE,
Limmatdruck AG
Projektleitung: Daniel Höhn, Rut Müller
Konzept/Rezepte: Flavia Zarro Grunder
Text: Kathrin Fritz, Flavia Zarro Grunder
Fotos: Fotostudio Grünert/Küng
Layout: Dino Caracciolo
Lithos/Druck: Limmatdruck AG
Nachdruck – auch auszugsweise – nur
mit schriftlicher Genehmigung
des Verlags.
Zürich, September 2002

Thai-Gemüseröllchen	4
Gemüse-Geflügel-Pie	6
Apfeltarte mit Vanille	8
Rassige Empanadas	10
Bio-Früchtekuchen	12
Tartelettes mit Limettensabayon	14
Pizza Piccante	16
Gefüllte Olivenbrote	18
Gemüsetagliatelle mit Rohschinken	20
Eierschwammravioli an Safranschaum	22



Ob feurige Pizze, fruchtige Kuchen oder raffinierte asiatische Spezialitäten: Das breite Sortiment der Migros-Fertigteige eröffnet fast unbegrenzte Back-Möglichkeiten. Sie können die Teige beliebig formen, füllen oder belegen. Mit ausgewählten Zutaten zaubern Sie im Nu einen gesunden Familiennacht oder ein exklusives Dessert auf den Tisch. Die Empanadas mit der rassigen Füllung sorgen für einen fulminanten Partystart, und mit den Eierschwammravioli aus Pasta-Teig werden Sie an jedem Pastabuffet brillieren. Die rechteckig oder achteckig ausgewallten und auf Backpapier gelegten Fertigteige sind besonders praktisch, wenn Sie es eilig haben. Wollen Sie Form und Dicke selber bestimmen, wählen Sie die Teige en bloc. Sowohl Teige wie auch Teigspezialitäten lassen sich gut tiefkühlen. Eine hervorragende Lösung, sollten unerwartet Gäste vor der Tür stehen. Lassen Sie sich von der Vielfalt verführen: Wir haben hier für Sie köstliche Rezepte bereit.

Tartelettes mit Limettensabayon

Für 24 Stück
2 Muffinbleche

500 g süsser Mürbteig
72 bunte Papier-Backförmchen
Mehl zum Auswallen
500 g Saisonbeeren, z.B. Himbeeren, Johannisbeeren, Heidelbeeren oder Brombeeren
Puderzucker zum Bestäuben

Sabayon:

4–5 Limetten
1 dl Roséwein, z.B. Oeil de Perdrix
4 EL Zucker
1 Ei
3 Eigelb
1,5 dl Rahm

1 Mürbteig auf Mehl ca. 1,5 mm dick auswallen. Kreise von ca. 10 cm Ø ausstechen. Teig in zwei ineinander gestellte Papierförmchen legen (am besten gehts in der Hand). Überstehenden Teigrand abschneiden. Ofen auf 200 °C vorheizen.

2 Tartelettes in die Muffinbleche legen, Teig dicht einstechen und je ein Papierförmchen in die Tartelettes legen, leicht festdrücken. In der unteren Ofenhälfte 8–9 Minuten backen. Blech herausnehmen. Hineingelegte Papierförmchen entfernen. Tartelettes 3–4 Minuten fertig backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

3 Für das Sabayon 1 dl Limettensaft auspressen. Mit Wein, Zucker, Ei und Eigelb in einer Chromstahlschüssel verrühren. Mit dem Handrührgerät über dem heissen Wasserbad mindestens 10 Minuten zu einer schaumigen, festen Masse aufschlagen. Schüssel ins Eiswasser stellen und die Masse rühren, bis das Sabayon kalt ist. Rahm steif schlagen, darunter ziehen. In die Tartelettes füllen. Im Kühlschrank mind. 3 Stunden fest werden lassen.

4 Beeren verlesen, auf den Tartelettes verteilen. Mit wenig Puderzucker bestäuben und sofort servieren.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde
+ 12 Minuten backen + 3 Stunden kühlen
Pro Tartelette ca. 3 g Eiweiss, 8 g Fett,
16 g Kohlenhydrate, 630 kJ/150 kcal

TIPP

Blind backen

Den Teig ohne Belag backen nennt man blind backen. Damit der Teig seine Form behält, den Boden dicht einstechen und zum Backen mit einem Förmchen oder mit Hülsenfrüchten beschweren.

Süsser Mürbteig
500 g



Eierschwammravioli an Safranschaum

Für 2 Personen

2 Pasta-Teige
rechteckig ausgewallt, à 125 g
wenig Mehl
Parmesan am Stück
Oregano für die Garnitur

Füllung:

150 g frische Eierschwämme
1 Schalotte
1 EL Bratbutter
1,5 dl Weisswein
Salz, Pfeffer aus der Mühle
3 Zweige Oregano
125 g Ricotta
Paprika

Sauce:

1/2 Brieflein Safran
einige Safranfäden
1/2 Becher Sauer-Halbrahm, 90 g
Salz, Pfeffer

1 Für die Füllung Pilze putzen, frisch anschneiden und grob zerteilen. Schalotte hacken und in der Bratbutter andünsten. Pilze beifügen und mitdünsten. Mit Wein ablöschen, würzen und 5 Minuten köcheln lassen. Flüssigkeit durch ein Sieb in eine kleine, hohe Pfanne giessen. Pilze abtropfen lassen. Pilze und Oregano fein hacken, mit Ricotta mischen und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

2 Eine Rolle Pasta-Teig sorgfältig entrollen und auf ein mit wenig Mehl bestäubtes Tuch legen. Füllung in 14 Häufchen auf den Pasta-Teig geben. Teig mit wenig Wasser bepinseln. Zweiten Teig entrollen und darauf legen. Um die Füllung herum festdrücken. Mit einem scharfen Teiggrädchen oder Messer 14 grosse Ravioli schneiden. Wasser aufkochen, salzen und die Ravioli ca. 5 Minuten al dente ziehen lassen. Herausheben, gut abtropfen lassen und auf vorgewärmten Tellern anrichten.

3 Für die Sauce Safran und Safranfäden zum Pilzfond geben und aufkochen. Vom Herd ziehen und den Sauerrahm darunter mischen. Nochmals gut heiss werden lassen und abschmecken. Mit dem Pürierstab schaumig mixen und über die heissen Ravioli giessen. Pasta mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen und mit Oregano garnieren. Sofort servieren.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten
 Pro Person ca. 29 g Eiweiss, 31 g Fett,
 84 g Kohlenhydrate, 3250 kJ/780 kcal



Pasta-Teig
 rechteckig ausgewallt, 2 x 125 g

TIPP

Lasagne & Co.

Pasta-Teig eignet sich auch für Lasagne oder Canelloni. Der Teig braucht nicht vorgekocht zu werden. Die Füllung aber mit etwas mehr Flüssigkeit zubereiten.

