

Vegetarisch



Mediterraner Frischkäse-Aufstrich mit „Duft der Macchia“



120 g weicher, zimmerwarmer Frischkäse, 1 EL saure Sahne, 1 EL frischer, fein geschnittener Schnittlauch, 1 EL geriebener Parmesan, 1 TL „Duft der Macchia“, „Sizilianisches Steinsalz“ aus der Mühle, „Trio Noir“ Pfeffer aus der Mühle. *Alle Zutaten verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.*

Südstaaten-Avocado-Dip mit „Cajun Spices“



2 reife, aber feste Avocados in kleine Würfel geschnitten, 2 Schalotten fein geschnitten, 1 rote Paprika in kleine Würfel geschnitten, 1 TL frischer Koriander fein geschnitten, 1 kleine reife Tomate ohne Strunk und Kerne klein gewürfelt, Saft einer Limette, 2 EL Olivenöl, „Cajun Spices“ aus der Mühle. *Alle Zutaten vermischen, mit „Cajun Spices“ nach Belieben würzen.*

Marokkanischer Schwarze-Bohnen-Dip mit „Tajine Marrakesch“



50 g schwarze Bohnen, 8 Stunden in Wasser eingeweicht, 1 EL Olivenöl, ½ Zwiebel in feine Würfel geschnitten, 1 Knoblauchzehe in feine Würfel geschnitten, 1 EL Sojasauce süß, 2 TL „Tajine Marrakesch“, 50 ml Geflügelbrühe, „Sizilianisches Steinsalz“ aus der Mühle. *Bohnen sehr weich kochen. Olivenöl erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten, Bohnen, Sojasauce und Gewürze dazugeben. Nach Belieben Geflügelbrühe zugießen und mit Salz abschmecken.*

Amerikanisches Tomaten-Relish mit „Trio Noir“



2 Roma-Tomaten ohne Kerne gewürfelt, Saft einer Limette, 2 Lauchzwiebeln in schräge Streifen geschnitten, 1 EL frischer Koriander fein geschnitten, 1 TL Agavendicksaft, „Trio-Noir“ Pfeffer aus der Mühle, „Sizilianisches Steinsalz“ aus der Mühle. *Alle Zutaten vorsichtig vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.*

Indisches Joghurt-Minze-Raita mit „Hot'n Spicy“



250 g Joghurt 10%, 2 EL frische Minze in Streifen geschnitten, Chili „Hot'n Spicy“ aus der Mühle. *Joghurt und Minze verrühren, je nach Geschmack mit Chili würzen. Gekühlt servieren.*

