Leichte Gerichte für heisse Tage

Tolle Rezeptideen für den Sommer

Unilever Food Solutions

① **KNORR Gemüse Extrakt**
Art-Nr. 32071 I 1 x 1 Kg

7 611100 320719

② **KNORR Collezione Italiana Tomato Pronto Napoletana**
Art-Nr. 37020 I 6 x 2 Kg

8 711200 879717

③ **KNORR French Dressing**
Art-Nr. 56020 I 1 x 12 Liter

7 615200 022030

Ihre Gäste erwarten immer das Beste

Besonders an heissen Sommertagen lieben es Ihre Gäste leichte Gerichte zu essen. Deshalb möchten wir Ihnen auch in diesem Jahr wieder mit vielen Ideen und unseren Produkten zur Seite stehen.
Zusammen mit unseren Culinary Fachberatern präsentieren wir Ihnen auf den nächsten Seiten und auf unserer Website tolle Rezepte für einen erfolgreichen und inspirierten Sommer.

Tapas und Erfrischendes für Sommerabende

Heisse Tage und laue Nächte bringen Ihre Gäste in Urlaubsstimmung. Erfrischende Kaltschalen, Tapas-Klassiker in nahrhaften als auch fruchtigen Varianten machen Lust auf mehr.

Frische Leichtigkeit für heisse Tage

Raffinierte Salate und leichte Saucen sind herrliche Gerichte an heissen Tagen. Erfrischen Sie Ihre Gäste mit Quinoa-Salat, italienischem Teigwarensalat, herzhaftem Couscous-Salat und feinen Dressing-Variationen.

Pasta-Ideen für den Sommertisch

Decken Sie für Ihre Gäste den Sommertisch mit klassischen Spaghetti-Gerichten, tollen Penne-Variationen und gefüllter Pasta. Alle schnell vorzubereiten und einfach serviert.

Tapas & Erfrischendes für Sommerabende

Heisse Tage, laue Nächte und mediterranes Flair. Dafür müssen Ihre Gäste ab jetzt nicht mehr in den Urlaub fahren. Zur Begrüssung gibt es eine erfrischende und leichte ① **Zitronen-Gurkenkaltschale.** Das macht Lust auf mehr.
Tapas - die Klassiker immer voll im Trend. Zum Beispiel mit ② **Riesencrevetten an Tomaten-Oliven-Sauce.** Hier steckt aber noch mehr drin und alle werden sie lieben, die feine ③ **Hefeteig-Roulade mit Speck.** Ausserdem ④ **Frittierte Sardinen,** ⑤ **Schwarze Oliven** und ⑥ **Marinierte grüne Oliven.**
Fruchtig, pikante Juwelen und ein echter Hingucker sind ⑦ **Eingelegte Melonenperlen.** Dazu empfehlen wir eine Variation der ⑧ **Bloody Mary.**

Unser Gemüse Extrakt mit Kräutern eignet sich perfekt für das Würzen und Abschmecken von sommerlichen Suppen, Saucen und Beilagen.

Frische Leichtigkeit für heisse Tage

Der Schweizer Klassiker – so muss French Dressing schmecken! Wie man es vom Klassiker erwartet: Cremig und mit feiner Senfnote.

Quinoa – das Trendgetreide 2016 – dient als Basis für einen innovativen Mittags-Snack.
Richtig fein und mit essentiellen Aminosäuren ist der ⑨ **Gemüse-Salat mit Quinoa und Feta-Creme,** der sportive Renner auf Ihrer Speisekarte.
Wecken Sie den Italiener in Ihrem Salat.
Ein ⑩ **Teigwarensalat mit feinem Gemüse** ist wie ein kleiner Urlaub auf Ihrem Tisch.
Märchenhaft exotisch sind die herzhaften Salat-Varianten ⑪ **Couscous-Salat mit grillierten Lamm-Koteletten** und ⑫ **Kabis Mango Salat** sowie der fernöstliche ⑬ **Fenchel-Zitronen Salat** oder der ⑭ **Asia-Salat.**

Jetzt haben Sie es drauf:
Zwei Topping-Variationen für jeden Fall.
Klassisch herzhaftes Ⓐ **Williams-Gambozola-Dressing** oder das fruchtig-frische Ⓑ **Melonen-Feta-Dressing.**

Pasta-Ideen für den Sommertisch

Manche mögen es heiss? Dann liegen Sie mit den ⑮ **Spaghetti aglio olio peperoncini** genau richtig. Ein Klassiker, der auf keiner Karte fehlen darf sind ⑯ **Spaghetti Napoli.**
Eine tolle Idee und einfach in der Zubereitung ist ⑰ **Penne mit Tomaten-Gemüsesauce und Ziegenkäse-Crumble.**
⑱ **Gefüllte Pasta mit Ofen-Tomaten-Sauce** sind schnell vorbereitet und einfach serviert.

Tomato Pronto Napoletana –
nur die sonnigsten, besten und nachhaltig angebauten Tomaten für natürlich-intensiven Tomatengeschmack.
So schmeckt der Sommer.

1 I Zitronen-Gurkenkaltschale

Zutaten (für 10 Personen)

800 g	Gurken, geschnitten
500 g	Kefir
160 g	RAMA Cremefine Fraîche
8 cl	Zitronensaft
10 g	KNORR® Mise en Place Knoblauch
5 dl	Gemüse Extrakt KNORR® , zubereitet
1 cl	Olivenöl
30 g	Zitronen, Zesten

Zubereitung

Rama und Kefir mit den Gurkenwürfel mischen. Zitronensaft, Knoblauch-Paste, Olivenöl und Bouillon dazugeben und pürieren. In gekühlten Tassen anrichten und mit Zitronenenzesten garnieren.

8 I Bloody Mary

Zutaten (für 10 Personen)

1 kg	KNORR® Tomatino
4 dl	Vodka
2 dl	Zitronensaft
1 cl	Worcestershire-Sauce
20 g	KNORR PROFESSIONAL® Gewürzpaste Chili
3 g	Salz
1 g	Pfeffer schwarz aus der Mühle

Zubereitung

Für einen Bloody Mary einfach alle Zutaten im Shaker mit einigen Eiswürfeln kräftig mixen. In ein Long-Drinkglas giessen (die zum Mixen verwendeten Eiswürfel bleiben im Shaker).
Tipp: Etwas Stangensellerie als Garnitur verwenden. Gewürze separat dazu servieren damit der Gast nach seinem Geschmack abschmecken kann.

2 I Riesencrevetten mit Tomaten-Oliven-Sauce

Zutaten (für 10 Personen)

800 g	Riesencrevettenschwänze
25 g	KNORR Würzmix für Fisch
4 cl	SAIS® Goldflex
	Sauce
6 cl	Olivenöl
100 g	Zwiebeln, gehackt
30 g	KNORR PROFESSIONAL® Gewürzpaste Knoblauch
400 g	KNORR® Collezione Italiana Tomato Pronto
60 g	CHIRAT® schwarze Oliven o. Stein, geschnitten
60 g	CHIRAT® grüne Oliven Royales, geschnitten
10 g	KNORR PROFESSIONAL® Gewürzpaste Chili

Zubereitung

Bei den Riesencrevetten den Darm entfernen.
Mit Würzmix Fisch würzen und in Goldflex sautieren.
Sauce. Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl andünsten.
Mit Sauce Tomato Pronto auffüllen und leicht köcheln lassen.
Oliven und Chilipaste zugeben, mischen und zu den Crevetten servieren.

9 I Gemüse-Salat mit Quinoa und Feta-Creme

Zutaten (für 10 Personen)

	Salat
500 g	Karotten, 3 farbig, in Spalten geschnitten
200 g	Zwiebeln, rot, geschnitten
200 g	Cherry Tomaten
15 g	Zitronenthymian
15 g	Rosmarinzweig
4 cl	Olivenöl
6 g	Salz
1 g	Pfeffer schwarz aus der Mühle
100 g	Lattich- Herzen, gewaschen
200 g	Quinoa
1 dl	Gemüse Bouillon Nature KNORR, zubereitet
4 dl	Orangensaft
8 g	KNORR PROFESSIONAL® Gewürzpaste Chili
10 g	Basilikum, gezupft
	Dressing
150 g	Feta (Schafskäse)
3 dl	KNORR® French Dressing

Zubereitung

Salat. Gemüse, Zitronenthymian, Rosmarin, Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen und min. 30 Minuten marinieren lassen. Gemüse mit der Marinade auf ein Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 180°C garen (Gemüse darf ruhig Farbe bekommen). Herausnehmen und abkühlen lassen. Quinoa in einem Sieb unter fliessendem Wasser abspülen. Orangensaft, Gemüsebouillon und Chilipaste mit etwas Salz aufkochen. Quinoa zugeben, verrühren und zugedeckt bei mittlerer Hitze 10–12 Minuten garen und bei ausgeschalteter Herdplatte 20 Minuten quellen lassen. Zum Gemüse geben und vorsichtig mischen. Lattich-Herzen unter den Salat heben, gefällig auf Tellern anrichten und mit Basilikum bestreuen oder mit der Dressing mixen.
Dressing. French-Dressing mit dem Feta mixen. Dressing à part servieren.

10 I Teigwarensalat mit feinem Gemüse

Zutaten (für 10 Personen)

800 g	KNORR® Collezione Italiana Farfalle
40 g	Knoblauch, geschält
500 g	Gurken, geschnitten
350 g	Gelbe Cherry Tomaten, halbiert
350 g	Cherry Tomaten, in Scheiben geschnitten
100 g	CHIRAT® schwarze Oliven o. Stein
30 g	Schnittlauch, fein geschnitten
15 g	Basilikum gezupft
	Dressing
3 dl	KNORR® French Dressing
20 g	KNORR® Mise en Place Basilikum

Zubereitung

Salat. Farfalle mit dem Knoblauch in Salzwasser al dente kochen- Teigwaren abgiessen, abkühlen und Knoblauch bei Seite stellen- Geschnittenen Gemüse mit Farfalle und den Kräutern mischen. Gefällig anrichten.
Dressing. French-Dressing mit dem gekochten Knoblauch von der Pasta und Basilikum-Paste mixen. Dressing über den Salat geben.

11 I Couscous-Salat mit grillierten Lamm-Koteletten

Zutaten (für 10 Personen)

	Salat
650 g	Couscous
6 Stk	Grapefruits, rosa, filetieren (Saft auffangen)
7 dl	Orangensaft
5 dl	Gemüse Bouillon Nature KNORR, zubereitet
1 dl	Olivenöl
300 g	Datteln getrocknet, geschnitten
6 Stk	Frühlingszwiebeln (Cipolotti), geschnitten
100 g	Granatapfel , Kerne
30 g	Pfefferminze, frisch, gezupft
15 g	Petersilie, glattblättrig, frisch, grob gehackt
10 g	Fenchelsamen, geröstet, zerdrückt
5 g	KNORR® AROMAT
	Fleisch
1,4 kg	Lammkoteletts
30 g	KNORR® Würzmix für Fleisch Klassik

Zubereitung

Salat. Grapefruits filetieren, den Rest der Grapefruits ausdrücken und den Saft auffangen. Bouillon mit Orangensaft und Grapefruitssaft aufkochen und zu Couscous geben. Couscous quellen lassen.
Mit Olivenöl und Aromat vollenden. Restliche Zutaten untermischen und den Salat gefällig auf einem Teller anrichten.
Fleisch. Lamm-Kotelettes mit Würzmix würzen und rosa grillieren. Kotelettes auf dem Salat anrichten.

16 I Spaghetti Napoli

Zutaten (für 10 Personen)

1 kg	KNORR® Collezione Italiana Spaghetti
50 g	Phase Professional wie Butter zu verwenden
1 kg	KNORR® Collezione Italiana Tomato Pronto
20 g	Basilikum
100 g	Parmesan, gerieben

Zubereitung

Spaghetti in Salzwasser al dente kochen. Abschütten, in Phase "Wie Butter" schwenken und abschmecken. Tomatensauce aufkochen und mit den Spaghetti mischen oder Spaghetti mit der Sauce nappieren. Basilikum zupfen und drüberstreuen. Geriebenen Parmesan separat dazu servieren.

17 I Penne mit Tomaten-Gemüsesauce und Ziegenkäse-Crumble

Zutaten (für 10 Personen)

1 kg	KNORR® Collezione Italiana Penne Rigate
50 g	Phase Professional wie Butter zu verwenden
5 cl	SAIS® Goldflex
100 g	Zwiebeln, gehackt
10 g	KNORR® Mise en Place Knoblauch
250 g	Peperoni, rot, geschält, gewürfelt
250 g	Auberginen, gewürfelt
250 g	Zucchetti, klein, gewürfelt
1 kg	KNORR® Collezione Italiana Tomato Pronto
100 g	BERTOLLI® Getrocknete Tomaten, geschnitten
8 g	KNORR® AROMAT
200 g	Ziegenfrischkäse
100 g	Weissbrot
15 g	Oregano, frisch

Zubereitung

Penne in Salzwasser al dente kochen, abschütten, in Phase "Wie Butter" schwenken und abschmecken. Goldflex erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch, Paprika, Auberginen und Zucchetti anbraten. Mit Tomato Pronto auffüllen und aufkochen. Mit getrockneten Tomaten, Aromat und Pfeffer würzen. Ziegenfrischkäse grob zerbröseln. Weissbrot im Kombidämpfer bei 80°C 2 Stunden trocknen, abkühlen lassen und mit dem Ziegenfrischkäse vermischen. Heisse Pasta in einen tiefen Teller geben und mit Tomaten und Gemüseragout nappieren. Mit Ziegenfrischkäse-Crumbles garnieren und etwas gezupftem Oregano bestreuen.

Diese und noch viele weitere Rezepte für den Sommer finden Sie auf **www.ufs.com/heissersommer.**

Gewinnen Sie das neue Profi Cooling Shirt!

45 Grad am Herd? Ab jetzt bleiben Sie cool.
Mit der Hilfe von Hochleistungsfasern wurde ein T-Shirt entwickelt, welches exakt auf die Anforderungen der Profiküche abgestimmt wurde. Höchste Beständigkeit, optimale Unterstützung und Flexibilität zeichnen dieses Kleidungsstück aus.
Exklusiv und nur bei Unilever Food Solutions bis zum 30.09.2016 erhältlich. **Jetzt mitmachen auf www.ufs.com/heissersommer**