**Mein Fairtrade – Saarlandbotschafter Menü**

**Das Faires Fingerfood**

**Bliesgau Ricotta mit Orangenhonig**

**Schinken vom Schwäbisch Haller Schwein mit Datteln**

**Caserecce Salat mit Bärlauch - Pesto**

**Das Fairtrade Menü**

**Saibling mit Dajeling Tee geräuchert**

**mit Spinat – Chlorophyll**

 **auf Quinoa als Tabouleh**

**Poularde in Würzrotwein Sous-Vide gegart**

**mit Hummus, Chips**

**und gebratenem grünem Spargel**

**„Coco - Latte Macchiato“**

**Mousse, Kuchen und Eis von dreierlei Schokolade**

**Die Fairtrade Weinbegleitung**

**Apfelsecco mit Holunderbeere**

**von Streuobstwiesen**

**der Biosphäre Bliesgau**

**Fruchtgetränke Gersheim**

**2013 Lautaro**

**Sauvignon Blanc**

**Valle de Lontué**

**Sagrada, Curicó Chile**

**2012 Otono**

**Cabernet Sauvignon & Carmenère**

**Valle de Lontué**

**Sagrada, Curicó Chile**

**Saibling mit Dajeling Tee geräuchert**

**Spinat auf Quinoa als Tabouleh**

Fischfilets entgräten und enthäuten. Zucker, Salz, geschnittene Chili und Thymian mischen und den Fisch damit einreiben 20 Minuten beizen.

Backofen auf 200 C° Unterhitze einstellen.

Fisch danach abwaschen, trocknen, in 8 gleiche Stücke teilen und auf ein Backofengitter mit Backpapier legen. Mit Honig, Pfeffer und Salz bestreuen.

In einer kleinen Pfanne den Tee mit dem Reis zum Rauchen bringen und mit dem Bunzenbrenner anzünden. Rauchpfanne und Backofengitter mit Fisch, für 6 Minuten in den Ofen stellen. Danach einfach auskühlen lassen.

Quinoa mit 1/2 Liter Wasser zum Kochen bringen und zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Minuten garen. Mit den Rosinen mischen und zugedeckt neben der Kochstelle 5 Minuten ziehen lassen. Quinoa anschließend auf einem Backblech ausbreiten und auskühlen lassen. Kräuter waschen, putzen und mit Teilen des Stieles fein schneiden.

Quinoa allen Zutaten in einer Schüssel mischen und sofort servieren.

Den Salat waschen. Die hälfte des Spinats als Salat aufheben. Die andere Hälfte in Salzwasser für 3 Sek. blanchieren und abschrecken. Mit den anderen Zutaten mixen, passieren und später damit dekorieren.

400 g Saiblingsfilet (mit Haut, Bio Qualität)

20 g Macobado Vollrohrzucker\*

20 g grobes Meersalz naturbelassen

1 Chilischote

4 Zweige Thymian

1 TL Eukalyptus Honig\*

Weißer Pfeffer\*

Geräuchertes Meersalz

4 EL Darjeeling First Flush\*

1 EL Reis\*

200 g roter Quinoa\*

50 g Rosinen\*

1 Bd Pfefferminze

1 Bd Blattpetersilie

1 TL Orangen Honig\*

Saft einer Limette

1 EL Cashew scharf\*

1 TL Kurkuma\*

1 TL Za’atar\*

1 TL Curry\*

1 TL Kreuzkümmel\*

4 EL Olivenöl Vierge Extra Tunesia\*

Spinatsalat

Meersalz, Wasser

4 EL Olivenöl Vierge Extra Tunesia\*

Weißer Crema di Balsamico

**Poularde in Würzrotwein Sous-Vide gegart**

**mit Hummus, Chips und gebratenem grünem Spargel**

3 Hähnchenbrüste à ca. 200 g

Hähnchenbrüste parieren. Rotwein mit den Gewürzen auf ein Drittel reduzieren. Abkühlen lassen. Die Hähnchen mit der Reduktion vakuumieren. Bei 55 C° im Dämpfer 3 Stunden garen.

von Bio – Freilauf Hähnchen

350 ml Rotwein\*

2 Kardamom\*

1 Zimtstange\*

2 Sternanis\*

Die Hähnchenbrüste dem Vakuum entnehmen, den Fond auffangen. In einer Pfanne Thymian und Butter leicht bräunen und die H-Brüste rundherum darin anbraten. Würzen. Danach bei 70 C° max. 10 Minuten warm halten.

20 g Butter

4 Zweige Thymian

Butter

Schwarzer Pfeffer\*

Fleur de sel

2 EL Crema di Balsamico

Balsamico karamellisieren. Mit dem Rotwein nach und nach löschen. Thymian und Fond dazu geben und auf Konsistenz einkochen. Bei Bedarf abbinden.

400 ml Rotwein\*

1 Zweig Thymian

Fond aus dem Vakuum

1 TL Pfeilwurzelmehl

Kichererbsen über Nacht einweichen, abgießen und abwaschen. In Salzwasser 40 Minuten Kochen. Wasser erneut abgießen. Zwiebel und Knoblauch klein schneiden und in dem Öl ohne Farbe anschwitzen. Die gegarten Kichererbsen zufügen und erwärmen. Kichererbsen mit Knoblauch und Zwiebeln, Joghurt und Zitronensaft in der Küchenmaschine pürieren. Ist die Masse zu trocken, mit etwas Brühe flüssiger machen. Mit Salz abschmecken.

Mit den Kernen und mit Gewürz bestreuen und mit Chips dekorieren.

100 g Kichererbsen\*

1 Zwiebel

3 Knoblauchzehen

1 EL Öl

2 EL Türkischer Joghurt

3 EL Zitronensaft

Salz fein

1 EL Cashew salzig\*

1 TL Za’atar \*

Evtl. etwas Brühe

Gemüsechips\*

Den Spargel putzen und in moderate Stücke schneiden. Unter gelegentlichem Rühren in Öl und Butter mit etwas Salz und Zucker rührbraten

500 g grüner Spargel

20 ml Olivenöl Vierge

Extra Tunesia \*

20 g Butter

½ TL Moscobado Vollrohrzucker\*

Fleur de sel

**„Coco - Latte Macchiato“**

**Mousse, Kuchen und Eis von dreierlei Schokolade**

**„Mousse als Milchschaum“**

50 g Café blanc Schokolade\*

200 ml Kokosmilch\*

20 g Macobado Vollrohrzucker\*

5 g Agartine

1 EL Guarana Beeren\*

Schokolade in kleine Stücke schneiden. Kokosmilch mit Zucker aufkochen. Schokolade zufügen und mit Agartine gelieren. Kalt stellen. Vor dem Servieren aufschäumen und mit den Beeren verzieren.

**„Eis als Café“**

500 ml Wasser

4 EL Chiapas Mexikanischer Espresso\*

350 g Macobado Vollrohrzucker\*

1 Vanilleschote Madagascar\*

1 Zimtstange\*

4 Kardamomkapseln\*

200 g Fleur de Sel Schokolade\*

100 g Amaribe Kakao\*

20 ml Weinbrand

Das Wasser mit Zucker, Café Vanille – Mark und Schote, ganzer Zimtstange und Kardamom Kapseln aufkochen, danach vom Herd nehmen und bis auf 50 C° abkühlen lassen. Während dieser Zeit die Schokolade schmelzen lassen. Alle Zutaten mischen und in einer Eismaschine zu einem Sorbet abdrehen.

**„Kuchen“**

150 ml Olivenöl Vierge Extra Tunesia \*

150 g Grand Noir Edelbitterschokolade 85% Cacao\*

150 g Mehl

1 Prise Salz fein

150 g Moscobado Vollrohrzucker\*

4 Eier

8 Weck Sturzgläser 240 ml

Den Backofen auf 150°C Umluft vorheizen, die Gläser mit Öl einfetten.

Schokolade mit Vanillemark schmelzen.

Zucker, Olivenöl und Eier mit dem Flachschläger der Küchenmaschine 3 Minuten kräftig verrühren, bis man eine luftige blass-gelbe leicht dickliche Masse erhalten hat.

Bei langsamer Geschwindigkeit Schokolade einrühren und anschließend das Mehl.

Den dunklen und flüssigen Teig in die gefetteten Weckgläser geben. Nach 12 Minuten bei 150 °C Umluft backen.