



Mein Fairtrade – Saarlandbotschafter Menü

Das Faire 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

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

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.



Poularde in Würzrotwein Sous-Vide gegart mit Hummus, Chips und gebratenem grünem Spargel

3 Hähnchenbrüste à ca. 200 g
von Bio – Freilauf Hähnchen
350 ml Rotwein*
2 Kardamom*
1 Zimtstange*
2 Sternanis*

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.

20 g Butter
4 Zweige Thymian
Butter
Schwarzer Pfeffer*
Fleur de sel

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.

2 EL Crema di Balsamico
400 ml Rotwein*
1 Zweig Thymian
Fond aus dem Vakuum
1 TL Pfeilwurzelmehl

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

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*

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.

500 g grüner Spargel
20 ml Olivenöl Vierge
Extra Tunesia *
20 g Butter
½ TL Moscobado
Vollrohrzucker*
Fleur de sel

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

„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 Flachsschläger 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.