

Rezepte mit Zitronen-Essenz und Zitronenolivenöl

Würzöl (für grilliertes Fleisch, Gemüse, Souvlaki Spiesschen)

100ml Olivenöl extra virgin
2 TL Salz
2 TL Oregano getrocknet
2 TL Paprika
1 TL schwarzer Pfeffer
Saft von ½ Zitrone
20 Tropfen Zitronen-Essenz

Alle Zutaten bis auf die Zitronenessenz in einem kleinen Topf auf geringer Hitze erwärmen und beiseite stellen.

Wenn das Öl abgekühlt ist, die Zitronenessenz unterrühren.

Das Würzöl nach dem grillieren über das Fleisch od. Gemüse pinseln.

So bleiben die Aromastoffe erhalten.

Zum Beispiel die Fleischspiesschen auf ein Pittabrot legen, mit dem Würzöl bepinseln und einrollen

Zitronen-Joghurt Dip

500g Naturjoghurt
1 kl. Gurke
1 gepresste Knoblauchzehe (alternativ etwas Knoblauchpulver), od. 1 Frühlingszwiebel
1 EL frische Minze, Dill od. Basilikum fein gehackt
1 Handvoll Walnusskerne gehackt
Salz, Pfeffer
10 Tropfen Zitronenessenz

Dieses Dip ist schnell gemacht und passt zu Rohkost wie auch zu Fleisch, Kartoffeln und frischem Brot.

Apple Cramble mit Zitronen-Essenz

8 säuerliche Äpfel mit Schale in feine Scheiben schneiden od. grob raffeln (Rösti)
Mit 25 Tr. Zitronenessenz mischen und in ausgebutterte Gratinform verteilen.
Saft einer Zitrone darüber träufeln.
Streusel: Je 80gr Butter, Zucker und Mehl und 25 Tr. Zitronenessenz mit den Händen verkrümeln und über die Äpfel geben.
Backen bei 180°C ca. 30min.

Spagetti mit gedämpftem Frühlingspinat, abgeschmeckt mit Zitronenolivenöl

(Primo Piatto, Menu kleine Portion 3 -4 Personen)

300g jungen Blattspinat sehr kurz im Salzwasser pochieren , aus Wasser mit Sieb anschliessend Knoblauch mit andünsten , Spinat dazugeben , Salz und Gewürze nach Geschmack und mit reichlich Zitronenolivenöl abschmecken
500 gr Spaghettini oder Spagetti kochen , abtropfen und Sauce sofort dazugeben und umrühren in vorgewärmter Schüssel.

Mit Reibkäse servieren!

Salatsauce mit Zitronenöl

schmeckt ausgezeichnet für alle frischen grünen Salate