
Bier, Wein & Co: Null Promille, voller Geschmack?

Rezepte von Katrin Löcher und Björn Freitag

Pfirsich Spritz	2
Polentastick mit feinen Röstzwiebeln und mediterranem Topping.....	4
Sunny Weizen	7
Polentasticks mit Hähnchenbrust und Mascarpone-Creme.....	9

Pfirsich Spritz

Rezept von Katrin Löcher

Frischer Estragon macht aus gekauftem Pfirsich-Sirup ein besonders feines Geschmackserlebnis. Das Kraut verleiht dem Aperitif Tiefe, bleibt aber trotzdem dezent und frisch.



Zutaten für hausgemachten Pfirsich-Estragon-Sirup:

- einige Zweige Estragon
- 2 cl Pfirsichsirup

Zutaten für einen Drink:

- 3 cl Zitronensaft
- 2 cl hausgemachter Pfirsich-Estragon-Sirup
- Eiswürfel
- 6 cl alkoholfreier Wermut
- Sodawasser zum Auffüllen
- frischer Estragon

Zubereitung:**1. Pfirsich-Estragon-Sirup vorbereiten:**

- Estragon blanchieren (maximal eine Minute in heißes Wasser geben, dann in Eiswasser abschrecken).
- Den Estragon mit Pfirsichsirup pürieren und anschließend filtern.

2. Drink mixen:

- Zitronensaft und den Pfirsich-Estragon-Sirup in ein Sektglas geben.
- Eiswürfel hinzufügen.
- Alkoholfreien Wermut dazugeben.
- Mit Sodawasser auffüllen.
- Die Zutaten mit einem langen Löffel oder Barlöffel sanft unterheben, um die Kohlensäure zu erhalten.
- Mit einem frischen Estragon Zweig garnieren.
- Sofort eiskalt genießen!

Polentastick mit feinen Röstzwiebeln und mediterranem Topping

Rezept von Björn Freitag

Geheimtipp vom Vorkoster: Röstzwiebeln in der Polenta sorgen für mehr Aroma und einen Hauch Crunch. Kombiniert mit einem Topping aus Artischocken, Tomaten und Kapern holt dieser Snack das Urlaubsfeeling vom Mittelmeer direkt auf den Teller nach Hause



Zutaten für 12 Polentasticks:

- 2-3 Schalotten
- Olivenöl
- 2 Zehen frischer Knoblauch
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 250 g Polenta
- 75 g Parmesan
- Pfeffer
- etwas Butter

Zutaten für das Topping:

- 2-3 Strauchtomaten
- 1 EL Kapern
- 300 - 600 g Artischockenherzen aus dem Glas
- 1 Handvoll Kalamata-Oliven
- 2-3 EL Olivenöl
- ein paar Zweige Petersilie
- Salz und Pfeffer nach Belieben
- etwas Kresse

Zubereitung:

- Schalotten würfeln und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze anbräunen.
- Knoblauch hacken und zusammen mit den Schalotten in die Pfanne geben. Alles anschwitzen lassen, bis die Zwiebeln goldbraun sind.
- Wenn die Zwiebeln braun sind, mit der Gemüsebrühe ablöschen. (Für weichere Polenta mehr Flüssigkeit verwenden, für festere weniger.)
- Polenta unterrühren und den Parmesan hinzufügen. Mit einer Prise Pfeffer abschmecken.
- Die Polenta bei geringer Hitze 10 Minuten quellen lassen und gelegentlich umrühren.
- Eine Backform mit Olivenöl einfetten.
- Die Polenta in die Formen füllen und ca. eine Stunde abkühlen lassen, damit sie fest wird.
- Butter in einer Pfanne erhitzen und die abgekühlten Polentasticks aus der Form stürzen.

- Die Sticks von allen Seiten anbraten, bis sie goldbraun und knusprig sind.
- Das Kerngehäuse der Tomaten entfernen und das Fruchtfleisch würfeln.
- Kapern, Artischocken und Kalamata-Oliven hacken und in einer Schüssel vermengen.
- Mit Olivenöl, Petersilie sowie Salz und Pfeffer abschmecken.
- Die Polentasticks auf einen Teller legen, das mediterrane Topping darauf verteilen und mit etwas Kresse garnieren.

Sunny Weizen

Rezept von Karin Löcher

Ein fruchtig-nussiger, alkoholfreier Bier-Cocktail mit angenehmer Tiefe –
perfekt zu kräftigen Speisen!



Zutaten für ein Glas:

- 6 cl naturtrüber Apfelsaft
- 3 cl frisch gepresster Orangensaft oder 1,5cl Orangensirup
- 0,5 cl Haselnuss Sirup
- 1 cl Zitronensaft optional
- Eiswürfel
- 150-200 ml Alkoholfreies Weizenbier
- 1 Rosmarinzweig
- 1 dünne Apfelscheibe

Zubereitung:

- Apfelsaft, Orangensaft (oder Orangensirup) und Haselnuss Sirup in ein Glas geben und gut verrühren.
- Bei eher süßem Apfelsaft Zitronensaft mit hinzugeben für mehr Säure.
- Eiswürfel hinzufügen.
- Mit alkoholfreiem Weizenbier vorsichtig aufgießen und sanft umrühren, um die Kohlensäure zu erhalten.
- Mit einem Rosmarinzwig und einer Apfelscheibe garnieren.

Polentasticks mit Hähnchenbrust und Mascarpone-Creme

Rezept von Björn Freitag

Auf zarte Polenta gebettet deckt sich saftige Hähnchenbrust mit rauchiger Mascarpone-Creme zu – eine traumhafte Vorspeise!



Zutaten für 12 Polentasticks:

- 1 Liter Gemüsebrühe
- 250 g Polenta
- 75 g Parmesan
- Pfeffer
- Olivenöl
- 300 g Mascarpone
- 1 EL (geräuchertes) Paprikapulver
- Salz und Pfeffer nach Belieben
- Zitronenabrieb von 2 Zitrone
- 1-2 EL Rapsöl
- 200 g Hähnchenbrustfilet

- 1-2 Zehen Knoblauch
- Salz und Pfeffer
- Etwas Butter
- Einige Zweige Estragon oder Thymian

Zubereitung:

- In einem Topf Gemüsebrühe erhitzen.
- Polenta unterrühren und den Parmesan hinzufügen. Mit einer Prise Pfeffer abschmecken.
- Die Polenta bei geringer Hitze 10 Minuten quellen lassen und gelegentlich umrühren.
- Eine Backform mit Olivenöl einfetten.
- Die Polenta in die Formen füllen und ca. eine Stunde abkühlen lassen, damit sie fest wird.
- In der Zwischenzeit Mascarpone und Paprikapulver verrühren.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Zitronenabrieb von einer Zitrone hinzufügen.
- Die Mascarpone-Creme in einen Spritzbeutel füllen
- Rapsöl in einer Pfanne erhitzen.
- Hähnchenbrust darin anbraten, bis sie durchgegart und goldbraun ist.
- Knoblauch klein hacken und Zitronenschale der übrigen Zitrone abreiben.
- Knoblauch sowie Zitronenschale in die Pfanne geben und mitbraten.
- Hähnchenbrustfilet nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen.
- Butter in zweiter Pfanne erhitzen und die abgekühlten Polentasticks aus der Form stürzen.
- Die Sticks von allen Seiten anbraten, bis sie goldbraun und knusprig sind, dann auf Tellern anrichten.

- Hähnchenbrust in dünne Scheiben schneiden und auf die Polentasticks legen und mit Mascarpone-Creme toppen.
- Mit Estragon oder Thymian dekorieren, um dem Gericht noch mehr Frische und Kräutergeschmack zu verleihen.