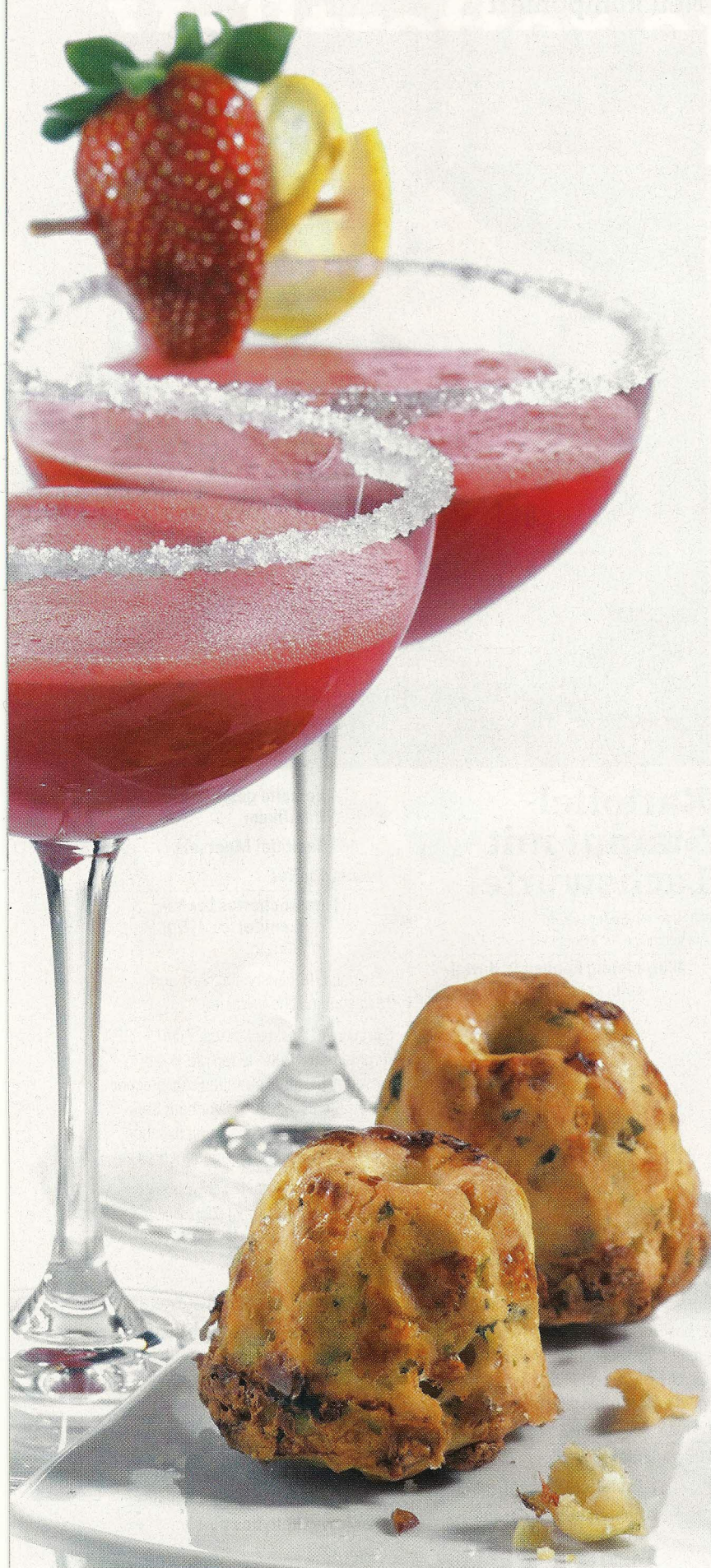




Margarita

Vor- und zubereiten: ca. 10 Min.

Für 4 Gläser von je ca. 2½ dl

1 unbehandelte Zitrone,

4 Scheiben für die Verzierung
beiseite gelegt, restlicher Saft

1 Esslöffel Zucker

400 g Erdbeeren, 4 Stück für die
Verzierung beiseite gelegt

4 Esslöffel Tequila

2 Esslöffel Orangenlikör

2½ Esslöffel Erdbeersirup

15 Eiswürfel, grob zerstossen

1. Glasränder in Zitronensaft, dann in Zucker tauchen, trocknen lassen.

2. Restlichen Zitronensaft mit restlichen Zutaten pürieren, in die Gläser verteilen, mit den beiseite gelegten Erdbeeren und Zitronenscheiben verzieren.

Pro Glas: 1 g Fett, 1 g Eiweiss,

19 g Kohlenhydrate, 518 kJ (123 kcal)

Pikante Gugelhöpfl

Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.

Backen: ca. 30 Min.; für «flexible Backform

12 Mini-Gugelhöpfl», gefettet oder eine Cakeform von ca. 35 cm, gefettet

250 g Mehl

1 Teelöffel Backpulver

1 Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

50 g Dörrtomaten, fein gehackt

50 g Mozzarella, fein gehackt

1 Knoblauchzehe, gepresst

½ Bund Basilikum, fein geschnitten

2 dl Wasser

3 Esslöffel Olivenöl

1. Mehl, Backpulver, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen.

2. Dörrtomaten und alle Zutaten bis und mit Basilikum daruntermischen. Wasser und Öl dazugießen, zu einem glatten Teig verrühren, in die Förmchen füllen.

Backen: ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens (siehe Tipp). Herausnehmen, etwas abkühlen, Gugelhöpfl auf ein Gitter stürzen, auskühlen.

Kombi-Dampfgar-Tipp:

5 Min. bei 120 Grad und 50 % Dampf im Miele Kombi-Dampfgarer backen, dann 25 Min. bei 200 Grad und 20 % Dampf fertig backen. Weitere Tipps und Infos unter www.miele.ch.

Pro Stück: 4 g Fett, 4 g Eiweiss,

15 g Kohlenhydrate, 469 kJ (112 kcal)