



Pink Lemon

Vor- und zubereiten: ca. 5 Min.
Für 4 Gläser von je ca. 1½ dl

1 dl Gin

2 unbehandelte Zitronen,
4 dünn abgeschälte Schalen-
streifen für die Verzierung
beiseite gelegt, ganzer Saft

2 Esslöffel Zucker

1 Esslöffel Grenadinesirup

8 Eiswürfel

2 dl Tonic-Water
(z. B. Schweppes)

Gin und alle Zutaten bis und mit Eis-
würfel in einen Shaker geben, kräftig
schütteln, in Gläser verteilen. Tonic-
Water dazugießen, verzieren.

Pro Person: 0g Fett, 0g Eiweiss,
10g Kohlenhydrate, 523 kJ (125 kcal)

Kürbis- Chüechli

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.
Backen: ca. 25 Min.

Für 2 Mini-Förmbleche mit je 12 Vertiefungen
von 4 cm Ø oder 1 Muffins-Blech mit
12 Vertiefungen von je ca. 7 cm Ø, gefettet

1 ausgewählter Blätterteig
(ca. 25×42 cm)

1 Schalotte, fein gehackt

250 g Kürbis (z. B. Butternut),
in Würfeli

1 Ei, verknüpft

1 dl Vollrahm

1–2 rote Chili, entkernt, gehackt

½ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

1. Blätterteig in 24 Rechtecke von je ca.
6×7 cm oder für die Variante in 12 Recht-
ecke von je ca. 8×10 cm schneiden, in
die vorbereiteten Förmchen legen, Bödeli
mit einer Gabel einstechen.

2. Restliche Zutaten gut mischen, in die
Förmchen verteilen.

Backen: ca. 25 Min. in der unteren
Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten
Ofens (siehe Tipp). Herausnehmen,
etwas abkühlen, aus den Förmchen
nehmen. Lauwarm servieren.

Kombi-Dampfgar-Tipp: 10 Min.
bei 200 Grad und 50 % Dampf im Miele
Kombi-Dampfgarer backen, dann
ca. 10 Min. bei 220 Grad und 20 %
Dampf fertig backen. Weitere Tipps
und Infos unter www.miele.ch.

Pro Stück: 5g Fett, 1g Eiweiss,
6g Kohlenhydrate, 300 kJ (72 kcal)

Quiz



Beantworten Sie folgende Frage:

**Was ist das Hauptaroma
von Grenadinesirup?**

- a) Grapefruit**
- b) Granatapfel**
- c) Quitte**

Senden Sie Ihre Antwort

per Postkarte an Betty Bossi
Verlag AG, al dente Quiz, Bürgli-
strasse 29, Postfach, 8021 Zürich

per E-Mail an
aldentequiz@bettybossi.ch

oder per SMS mit dem Kennwort
BB und dem Buchstaben Ihrer Ant-
wort (z. B. BB a, BB b oder BB c)
an die Nummer 9889 (20 Rp./SMS).

Unter den richtigen Antworten
verlosen wir 2 al dente Spiele oder
2×2 Zuschauertickets für eine der
nächsten al dente Shows.
Einsendeschluss ist der 31.10.2009.

al dente Newsletter



Abonnieren Sie unseren Newsletter!
Nach jeder Sendung erhalten Sie:

- alle Rezepte der Sendung
- Weintipp zum Menü
- Hintergrundinfos zu Quizfragen
- Wettbewerb
- witzige, nie gesendete Szenen

Jetzt gratis anmelden unter
www.aldente.ch.

Unsere Partner der Sendung:

