

## **Taboulé**

Hauptspeise für 2 Personen

**200g Couscous**  
**2.5dl warme Gemüsebouillon**  
**2 Tomaten**  
**1/2 Salatgurke**  
**1 Zwiebel**  
**1 Zitrone**  
**1/2 Sträusschen Petersilie**  
**2 Zweige Pfefferminze**  
**2 EL Olivenöl**  
**schwarze Pfeffer**  
**1/2 Beutel Mozzarelline**

Couscous mit der warmen Gemüsebouillon übergießen und 30min quellen lassen.

Tomaten und Gurke in Würfel schneiden. Zwiebel fein hacken. Zitrone halbieren, die eine Hälfte zu Saft pressen, die andere Hälfte für die Garnitur beiseite stellen. Petersilie und Pfefferminz fein hacken.

Couscous mit den vorbereiteten Zutaten mischen. Olivenöl darüber träufeln und mit Pfeffer würzen. Im Kühlschrank rund 3 Stunden ziehen lassen.

Vor dem Servieren nochmals vermischen. Mit Mozzarellakugeln und Zitronenscheiben garnieren.

## Antipasti

### Zutaten für 32 Portionen

- 8 große **Zucchini**
- 8 große Aubergine(n)
- 8 Kugel Mozzarella
- 300g Champignons
- 8 Bund Petersilie
- Olivenöl**
- Balsamico
- Weissweinessig
- 16 Zehe/n **Knoblauch**
- Olivenöl
- Salz**

### Zubereitung

Zucchini und Mozzarella in dünne Scheiben schneiden, die Auberginen in etwas dickere Scheiben. Auberginen salzen, ziehen lassen und abspülen oder abtupfen, damit die Bitterstoffe entzogen werden. Auch die Zucchini-Scheiben mit Salz würzen.

Währenddessen die Marinade zubereiten: Weißweinessig, Balsamico und Olivenöl im Verhältnis 1:1:2 mischen. Petersilie und Knoblauch hacken und dazugeben. Nicht salzen, da das Gemüse gesalzen wird.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zucchini und Pilze nacheinander kurz andünsten. Die Auberginen ebenso im Olivenöl braten, bis sie durch sind und auf der Servierplatte verteilen. Auf jede Auberginenscheibe kommt eine Mozzarellascheibe, dazwischen etwas Marinade, dann wieder eine gebratene Aubergine. Das Ganze wird mit einem Holzspieß zusammengehalten.

Die Zucchini und die Pilze ebenfalls abwechslungsweise auf Holzspiesse stecken, ev. nochmals würzen mit Salz und Pfeffer. Nun die Marinade über den Holzspießen verteilen und am besten über Nacht, mindestens jedoch 4 Stunden stehen lassen.

## **Kalte Gemüsesuppe**

Kleine Mahlzeit für 4 Personen

**2 Zwiebeln**  
**2 gelbe Peperoni**  
**1 Fenchel**  
**1 Gurke**  
**1 EL Olivenöl**  
**1 Knoblauchzehe**  
**1L Gemüsebouillon**  
**Salz, Pfeffer**  
**4 EL Creme Fraiche**

Zwiebeln grob hacken. Peperoni in Stücke und Fenchel in Streifen schneiden. Gurke in Würfel schneiden. Öl in einer grossen Pfanne erwärmen. Knoblauch dazupressen. Zwiebeln, Peperoni und Fenchel zugeben und dünsten. Mit Bouillon ablöschen und köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Gurke begeben. Alles mit dem Stabmixer pürieren und würzen. Mindestens 1 Stunde kühl stellen.

Gekühlte Suppe mit Creme Fraiche verfeinern. Mit dem Stabmixer kurz aufschäumen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.