



# Freihausküche

Sommerlich

Fotos ENNO KAPTIZA

Gesund, gut und ganz einfach nachzukochen – so sind unsere Rezepte der Freihausküche für diesen Sommer.

ALLE REZEPTE SIND FÜR SECHS PERSONEN AUSGELEGT.

## Burrata mit mediterranem Antipasti-Gemüse

### ZUTATEN

6 Stück Burrata  
1,2 kg Gemüse der Saison: z. B. Zucchini, Karotte, grüner Spargel, Champignon, Paprika, Aubergine  
1 Bund Rosmarin  
1 Bund Thymian  
4 Stück Knoblauchzehen  
2 Bund Rucola  
Meersalz, Olivenöl, Balsamico

### ZUBEREITUNG

Das Gemüse in etwa gleich große Stücke schneiden und in eine ofenfeste Schale geben. Olivenöl und Meersalz gleichmäßig über das ganze Gemüse verteilen und bei 200 Grad für ca. 15 Minuten ins Rohr geben. Währenddessen den Rosmarin, Thymian und Knoblauch fein hacken und mit etwas Olivenöl verrühren. Nach 15 Minuten das Gemüse aus dem Ofen nehmen und mit dem Kräuter-Knoblauchöl beträufeln und nochmals für 2 Minuten bei 200 Grad in den Ofen geben.

Das Gemüse auf einer großen Platte anrichten und mit Rucola und altem Balsamico garnieren. Die Burrata auf die Platte setzen und servieren.

## Wildfang-Steinbutt auf gegrilltem weißen Spargel

### ZUTATEN

ca. 1,2 kg Wildfang-Steinbuttfilet oder alternativ 1,2 kg Tegernseer Saiblingsfilet  
1,8 kg weißen Spargel  
1 Bund Rispen Tomaten  
1 Bund Thymian  
Meersalz, Olivenöl

### ZUBEREITUNG

Backofen auf 180 Grad vorheizen. Den Spargel in etwa gleich große Stücke schneiden. Eine große Pfanne mit Olivenöl erhitzen und den Spargel gleichmäßig von allen Seiten hell anbraten. Dann ca. 5 Minuten bei wenig Hitze garziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Fischfilets ebenfalls in Olivenöl auf der Hautseite 1 Minute anbraten. Diese umdrehen, auf ein Blech setzen mit Olivenöl beträufeln. Gemeinsam mit den Tomaten für 3 Minuten in das vorgeheizte Rohr geben.

Den Spargel mit etwas fein gehacktem Thymian und Meersalz abschmecken und alles auf einer großen Platte anrichten. Je nach Geschmack mit altem Balsamico garnieren. Die Fischfilets mit den Tomaten daraufgeben und servieren



## Freihaus Kaiserschmarrn für zwei Personen

### ZUTATEN FREIHAUS KAISER- SCHMARRN-MEHLMISCHUNG

300 ml Milch  
3 Eier  
40 g Butter  
30 g Zucker

### ZUBEREITUNG

Zu Beginn den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Freihaus Kaiserschmarrn-Mehlmischung mit 300 ml Milch glattrühren. Rosinen und Mandeln nach Wunsch und Geschmack unterheben. 3 Eier mit einer Gabel verquirlen und unter die Mehl-Milchmischung heben.

20 g Butter in einer backofenfähigen Pfanne erhitzen und den vorbereiteten Teig in die Pfanne geben. Dann die Pfanne 18 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Ober- und Unterhitze goldbraun backen.

In eine weitere Pfanne 30 g Zucker und 20 g Butter geben und bei mittlerer Hitze auf dem Herd karamellisieren lassen. Den Kaiserschmarrn aus dem Ofen nehmen und mit zwei Löffeln zerzupfen und in die vorbereitete Pfanne auf dem Herd geben und wenden.

Der Kaiserschmarrn kann nach Wunsch mit Lantenhammer Rum flambiert werden. (Mit dem Feuerzeug anzünden – bitte Vorsicht, es entsteht eine Flamme!)

Danach mit Puderzucker und dem Freihaus DAHOAM-Kaiserschmarrn-Gewürz nach Belieben verfeinern.

Die Freihaus-Küche wurde  
fotografiert von Enno Kapitza  
[www.ennokapitza.de](http://www.ennokapitza.de)



# Für uns hört das Reinheitsgebot nicht beim Bier auf.

Nürnberger Rostbratwurst nach traditioneller  
Rezeptur mit würzigem Thüringer Majoran.

