

Rezepte im September

Rote Kabanaki Salat

Zutaten

- 🌿 2 Gläser Kalliston rote Kabanaki Peperoni gefüllt mit Feta Käse in extra nativem Olivenöl
- 🌿 Rucola Blätter
- 🌿 Babyspinatblätter
- 🌿 Brunnenkresse
- 🌿 eine handvoll zerhackte Korianderblätter
- 🌿 Saft einer Limette
- 🌿 1 TL Balsamico Essig
- 🌿 3 EL Authentikon Extra Virgin Olivenöl
- 🌿 grüne und rote Pfefferkörner gehackt
- 🌿 eine Prise Meersalz

Sie geben Rucola, Spinat und Brunnenkresse in eine Schüssel, zerkleinern das Grünzeug, mahlen Salz und Pfefferkörner dazu, dann geben Sie die Kabanaki Peperoni dazu (das Öl bewahren Sie für den Schwertfisch auf), mischen in einer zweiten Schüssel das Olivenöl mit dem Limettensaft und dem Balsamico-essig, verteilen dies über dem Salat und verzieren mit dem gehackten Koriander.

Gegrillter Schwertfisch

Zutaten

- 🌿 4 frische Schwertfisch Steaks
- 🌿 1 rote Chilischote fein gehackt
- 🌿 1 grüne Chilischote fein gehackt
- 🌿 extra natives Olivenöl von den roten Peperoni
- 🌿 1 Knoblauchzehe
- 🌿 Saft von 2 Zitronen
- 🌿 Kalliston extra natives Olivenöl
- 🌿 1 Prise Meersalz
- 🌿 Oregano

Schwertfisch in einem geeigneten Gefäß mit dem Öl der Peperoni marinieren, sodass der Fisch gut bedeckt ist, die Hälfte der fein geschnittenen Chilischoten dazugeben und einige Stunden oder über Nacht stehen lassen. Knoblauchzehe zerkleinern, mit dem Salz und dem Olivenöl zu einer cremigen Marinade verrühren, Zitronensaft dazugeben und die Marinade mit Kalliston Olivenöl verdoppeln.

Entweder Sie grillen den Fisch auf jeder Seite 3 Minuten (nicht länger, da er sonst trocken wird) auf dem Holzkohlegrill oder in der Pfanne, während des Grillens den Fisch mit der Marinade bestreichen.

Fisch anrichten und jedes Steak mit dem Zitronen-Dressing bestreichen, die restlichen Chillis und den Oregano dazu und mit dem gegrillten Olivenbrot (Rezept im August) und den Kabanakis servieren, das restliche Dressing kann für jeden anderen Salat verwendet werden.

*Guten Appetit!
Kali Orexi!*