

## Konfettisalat

### Zutaten für 4 Personen:

2 große Möhren  
½ Stangengurke  
1 rote Paprikaschote  
100 g Mais (am besten tiefgekühlt)  
4 El Olivenöl  
2 El Apfelessig oder Weißweinessig  
1 El Akazienhonig  
jeweils 1 Msp. Salz und Pfeffer

1. Die Möhren und die Gurke schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Paprika waschen, putzen und das Fruchtfleisch ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Den Mais abtropfen lassen. Möhren, Gurke, Paprika und Mais in einer Salatschüssel mischen.
2. Für das Dressing das Öl mit dem Essig und Honig verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing mit dem Salat mischen und gut durchziehen lassen.

## Gemüsewaffeln mit Joghurtdip

### Zutaten für 4 – 6 Portionen

2 Eier  
250 ml Milch  
250 Gramm Mehl  
jeweils 1 Msp. Salz, schwarzer Pfeffer, Paprika edelsüß  
100 Gramm Karotten  
100 Gramm Kohlrabi  
100 Zucchini  
1 Zwiebel (Schalotte)  
2 EL Mineralwasser  
50 g geriebenen Emmentaler  
für den Joghurtdip:  
100 Gramm Joghurt  
100 Gramm saure Sahne  
50 Gramm geriebenen Emmentaler  
4 EL Kräuter (gehackte Kräuter: Schnittlauch und Dill und Minze)  
Öl (für das Waffeleisen), Mineralwasser für den Teig

1. Eier und Milch mit einem Handrührgerät in einer Rührschüssel verquirlen. Mehl in eine Schüssel geben und die Eiermilch mit einem Schneebesen langsam unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.
2. Karotte und Kohlrabi schälen und fein raspeln. Zwiebel putzen, abspülen und sehr fein hacken. Das Gemüse unter den Teig rühren. *Wenn der Teig sehr fest ist, eventuell noch etwas Mineralwasser untermischen.*
3. Kräuter waschen und klein schneiden. Joghurt, saure Sahne und Kräuter verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Ein Waffeleisen vorheizen und eventuell mit Öl einfetten. Aus dem Teig portionsweise Waffeln backen. Waffeln mit dem Joghurtdip servieren.

### Varianten:

Geraspelter Kürbis oder Pastinaken schmecken auch gut in den Gemüsewaffeln. Man kann auch 4 El klein geschnittenen **Schafskäse** in die Backmischung geben.

## *Rhabarber-Kompott mit Vanillesoße*

### Zutaten für 4 Personen:

800 g Rhabarber  
100 g braunen Zucker  
1 Päckchen Vanillesoße  
2 Ei Zucker  
½ l Milch

1. Rhabarber putzen, dabei hartfaserige Fäden abziehen, waschen, in kleine Stücke (3 bis 4 cm) schneiden und zuckern. Mit 200 ml Wasser und eine Zimtstange in einen Topf geben, kurz aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 5 bis 7 Min. weich dünsten und abkühlen lassen.
2. Vanillesoße nach der Anleitung auf dem Päckchen zubereiten und zum Rhabarber reichen.

**Variante:** Rhabarber mit Vanillesoße auf dem Teller anrichten und einen Klecks geschlagene süße Sahne darauf geben.

## *Mango mit weißer Haube*

### Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Becher Joghurt
- 250 g Mascarpone
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 EL Rohrzucker, 1 Prise Zimt
- 1 EL frisch gepresster Zitronensaft
- 2 reife Mangos

1. Joghurt, Mascarpone, Vanillezucker, Rohrzucker, Zimt und Zitronensaft glatt rühren.
2. Mango schälen, in Stücke schneiden und pürieren. 4 kleine Stücke für die Deko aufbewahren.
3. Schichtweise Mangopüree und Mascarponecreme in Gläser einfüllen. Je ein Stück Mango als Garnitur aufsetzen.