

REZEPT VON SABRINA

Sendung vom 17.10.2026

**Wassermelonen-Carpaccio mit Feta-Schaum,
frischer Minze, Limetten-Vinaigrette & Fleur de Sel**

* * *

**Gegrillte Zitronen-Hühnerbrust an Champagner-Risotto, Basilikumöl
und glasierte Babyrüebli mit Thymian**

* * *

**Himbeer-Tiramisu mit Mascarponecreme,
Himbeersirup & frischen Himbeeren**

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: WASSERMELONEN-CARPACCIO MIT FETA-SCHAUM, FRISCHER MINZE, LIMETTEN-VINAGRETTE & FLEUR DE SEL

Wassermelonen-Carpaccio mit Feta-Schaum

1 Wassermelone
250 g Feta
150 g Frischkäse
150 ml Vollrahm
1 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Die Wassermelone in feine Scheiben schneiden.

Feta, Frischkäse, Vollrahm und Zitronensaft gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit dem Stabmixer leicht aufschäumen.

Limetten-Vinaigrette

2 Limetten, Saft und Abrieb davon
6 EL Olivenöl
1 EL Honig
1 TL Dijon-Senf
Salz, Pfeffer

Alles gut verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



HAUPTGANG: GEGRILLTE ZITRONEN-HÜHNERBRUST AN CHAMPAGNER-RISOTTO, BASILIKUMÖL UND GLASIERTE BABYRÜEBLI MIT THYMIAN

Gegrillte Zitronen-Hühnerbrust

5 Pouletbrüste
2 Zitronen, Saft und Abrieb davon
4 EL Öl
2 Thymianzweige
Salz, Pfeffer

Zitronensaft, Zitronenabrieb und Öl gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Thymianzweige dazugeben. Die Pouletbrüste damit marinieren und mindestens 1 Stunde einziehen lassen.
Auf dem Grill oder in einer Pfanne grillieren.

Champagner-Risotto

500 g Risottoreis
200 ml Champagner
1 l Bouillon
2 Schalotten
2 EL Öl
80 g Butter
80 g Parmesan

Die Schalotten in kleine Würfel schneiden. In einem Topf das Öl erhitzen und die Schalotten darin andünsten. Den Reis dazugeben und mitdünsten, bis er glasig ist. Mit dem Champagner ablöschen und unter ständigem Rühren einkochen lassen. Nach und nach die Bouillon dazugiessen. Immer nur so viel Bouillon nachgiessen, dass der Reis knapp bedeckt ist. Unter regelmässigem Rühren einkochen lassen und erneut Bouillon hinzufügen. Diesen Vorgang wiederholen, bis der Reis nach etwa 18 Minuten cremig und bissfest ist. Den Topf vom Herd nehmen und die Butter und den Parmesan daruntermischen.

Basilikumöl

50 g Basilikum
150 ml Olivenöl
Salz

Die Basilikumblätter zusammen mit dem Olivenöl und einer Prise Salz in einen Mixer geben und fein pürieren. Die Mischung durch ein feines Sieb oder ein Passiertuch giessen und das Basilikumöl auffangen.



Glasierte Babyrüebli

800 g Babyrüebli
30 g Butter
1 EL Honig
2 Thymianzweige

Die Rüebli in siedendem Wasser ca. 10 Minuten bissfest garen. In einer Pfanne die Butter zum Schmelzen bringen, Honig dazugeben und anschliessend die Rüebli darin wenden, bis sie leicht glänzen. Mit Thymian abschmecken.



DESSERT: HIMBEER-TIRAMISU MIT MASCARPONECREME, HIMBEERSIRUP & FRISCHEN HIMBEEREN

Himbeer-Tiramisu

500 g Mascarpone
300 ml Rahm
250 g Himbeeren
250 g Löffelbiskuits
80 g Zucker

Den Rahm steif schlagen. Mascarpone und Zucker in einer Schüssel glatt rühren und den geschlagenen Rahm vorsichtig unterheben. Etwa zwei Drittel der Himbeeren vorsichtig unter die Mascarponecreme heben. Die restlichen Himbeeren für die Dekoration beiseitestellen. Eine Schicht Löffelbiskuits in eine geeignete Form legen. Darauf die Hälfte der Himbeer-Mascarponecreme verteilen und glatt streichen. Anschliessend eine weitere Schicht Löffelbiskuits darauflegen und mit der restlichen Creme bedecken. Das Himbeer-Tiramisu mindestens 4 Stunden im Kühlschrank kalt stellen. Kurz vor dem Servieren mit den restlichen Himbeeren dekorieren.

Himbeersirup

500 g Himbeeren
250 g Zucker
200 ml Wasser

Alles in einem Topf vermischen und leicht zum Köcheln bringen. Nach 15 Minuten vom Herd nehmen und durch ein Tuch passieren. Anschliessend vollständig auskühlen lassen.