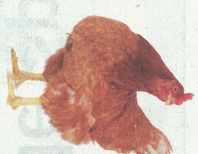


Luminati
Metzgerei
Dorfstrasse 78
8706 Meilen
Tel. 044 923 18 13



NEU
Ribelmais-Poulet



Kochen mit David Geisser

Mini-Hamburger auf Spiesschen

«Kleine Häppchen erhalten die Freundschaft», sagt David Geisser. Der 27-jährige Koch hat eine neue Rezeptsammlung veröffentlicht, die sich ganz um den «Apéro Riche» dreht.

7 g Trockenhefe
8 g Salz
250 ml Wasser
Sesam zum Bestreuen

Füllung

2 Schalotten
400 g Rinderhackfleisch
1 Ei
50 g Paniermehl
20 g Weissmehl
30 g Senf
2 TL Paprikapulver edelsüss
Olivöl zum Braten
Meersalz
12 Pfeffer aus der Mühle
Cherrytomaten
20 g Kresse
Knoblaucholivöl
24 zum Beträufeln
Holzspiesschen

Zubereitung

Das Mehl in eine Schüssel geben, eine kleine Mulde formen und die Hefe und das Salz begeben. Nun das Wasser in die Mulde giessen und ca. 10 Minuten zu einem Teig verkneten, bis dieser elastisch und geschmeidig ist. Mit einem feuchten Tuch abdecken und 1 Stunde lang gehen lassen.

Danach aus dem Teig ca. 20 kleine Kugeln von ca. 4 cm Durchmesser formen. Mit Mehl ein wenig bestäuben und nochmals mit einem feuchten Tuch für 40 Minuten abdecken. In ein Backblech ein wenig Wasser geben und dieses in den auf 220 Grad vorgeheizten Backofen schieben. Die Hamburgerbrötchen auf ein Backblech mit Backpapier geben, mit einem Pinsel leicht mit

Wasser bepinseln und die Oberfläche mit Sesam bestreuen. Danach das Backblech mit den Brötchen für ca. 15 Minuten in den Backofen schieben. Backen, bis sie knusprig sind und eine schöne Farbe haben. Die Brötchen auskühlen lassen und quer halbieren. Die Schalotten schälen, fein hacken, in einer Bratpfanne mit Öl anziehen und auskühlen lassen. Danach die restlichen Zutaten mit den Schalotten in eine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschliessend einen Mini-Burger formen, in einer Bratpfanne mit Öl braten, probieren, eventuell nochmals würzen und anschliessend aus der restlichen Masse ca. 20 Mini-Burger formen. Diese ebenfalls herausbraten.

Nun die Cherrytomaten halbieren. Die aufgeschnittenen Unterseiten der Brötchen ein wenig mit dem Olivöl beträufeln, darauf die Mini-Burger verteilen und Tomatenstücke und Kresse ebenfalls darauf geben. Zum Schluss die Brötchen mit der Oberseite verschliessen, auf Spiesschen stecken und servieren.

Tipp
Das Wasser, das vor dem Backen in den Backofen gegeben wird, verdampft und ermöglicht dem Teig, sich auszudehnen. Dadurch geht das Brot besser auf und wird luftiger.
En Guete!

Zutaten für ca. 24 Stück Hamburgerbrötchen
400 g Weissmehl

En Guete!

Foto: Roy Matter



Laden zum Schmausen ein: Mini-Hamburger auf Holzspiesschen. Foto: Roy Matter



Freitag, 6. bis Sonntag, 8. April

Die Gewerbeausstellung im Dorfzentrum Meilen

* über 70 Aussteller und ein tolles Rahmenprogramm

www.meilexpo.ch

Meilenweit einzigartig.



Herzliche Einladung zum Wahl-Auftakt der SVP/BGB

Spiel & Spass auf dem Bauernhof

Samstag, 17. März 2018, 10–16 Uhr

www.stallboesch.ch
Plattenstrasse 210, Meilen

Programm:
13.30 Uhr Vorstellung der Kandidaten
(Sie finden uns auch auf YouTube)

Hüpfburg, Spielplatz, Hufeisen bemalen uvm.
Eine Festwirtschaft sorgt für das leibliche Wohl.

Die Kandidierenden der SVP/BGB Meilen laden Sie herzlich zu diesem Fest auf dem Hof Bösch ein

EINLADUNG zum öffentlichen Vortrag

Lebensqualität im Alter

Donnerstag, 15. März 2018, 18.00–19.00 Uhr
Privatklinik Bethanien, Konferenzraum, Toblerstrasse 51, Zürich
In diesem Vortrag wird der Referent auf die Thematik des altersbedingten Muskelschwachs und dessen Prävention eingehen und Empfehlungen zur optimalen Ernährung abgeben.

Dr. med. Fabio Ruggieri
Facharzt für Allgemeinere Innere Medizin, Mitglied FMH

Ihre Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung erforderlich bis Mittwoch, 14. März 2018 (Platzzahl beschränkt) – E-Mail: anreception@klinikbethanien.ch oder Tel. +41 43 268 70 70

Mit freundlicher Unterstützung von:



SWISS MEDICAL NETWORK MEMBER
Toblerstrasse 51 · CH-8044 Zürich · Tel. +41 43 268 70 70 · www.klinikbethanien.ch



Inserate

telefonisch aufgeben

044 022 88 22