

# Vorspeise

## Geschmorter Römersalat mit Gewürztomaten, Miso-Mayonnaise und getrockneten Kapern

Schon einmal Salat aus dem Airfryer gegessen? Nein? Dann solltet Ihr das folgende Rezept auf jeden Fall ausprobieren! Aber Vorsicht, Suchtgefahr!

### Step 1

Römersalat und Tomaten waschen und halbieren, den Strunk des Salats vorher abschneiden.



### Step 2

Die Kapernblüten aus der Salzlake nehmen und bei 100 °C im Airfryer für 25 Minuten trocknen.

### Zutaten

(für 4 Personen)

- 250 g Kirschtomaten
- 100 g Kapernblüten in Lake
- 1 Prise Meersalz, Zimt, Curry, brauner Zucker
- 8 Römersalatherzen
- 1 EL Öl
- 2 Eigelb
- 1 EL Misopaste
- 1/2 Bio-Zitrone (Saft und Abrieb)
- 15 ml weißer Balsamico Essig
- 180 ml Pflanzenöl (kein Olivenöl, das wird bitter)

### Step 3

In der Zwischenzeit Misopaste, zwei Eigelb, Saft einer halben Zitrone, Zitronenabrieb, weißen Balsamico Essig und eine Prise Meersalz mit Pflanzenöl in ein hohes Gefäß geben. Mit einem Stabmixer langsam erst auf einer Höhe bleibend anmischen, dann Stabmixer langsam hochziehen und zu einer Mayonnaise verarbeiten.

### Step 4

Die Tomaten mit Meersalz, braunem Zucker, einer Prise Zimt und Curry würzen und bei 160 °C für 15 Minuten in den Airfryer geben. Den Salat ebenfalls mit Meersalz und Zucker einreiben. Nach 8 Minuten den Salat zu den Tomaten legen und zusammen fertig garen.

# Hauptspeise

## Crunchy Spargel mit Kartoffeln und Soja-Hollandaise

Jedes Jahr verlieben wir uns neu in Spargel! Dieses Jahr bereiten wir ihn aber mal ganz besonders zu und ummanteln ihn in einer himmlischen Kruste.

### Zutaten

(für 4 Personen)

- 1 kg weißer Stangenspargel (geschält)
- 400 g festkochende Kartoffeln (gewaschen, geschält)
- 400 g Butter
- 8 Eigelb
- 4 Bio-Zitronen
- 120 ml helle Sojasauce
- 400 g Mehl
- 4 Eier
- 1 Prise Meersalz
- 1 Prise Pfeffer aus der Mühle
- 400 g Pankomehl

### Step 1

Spargel und Kartoffeln waschen und schälen.

### Step 2

Butter auf niedriger Stufe zum Schmelzen bringen.

### Step 3

In einem Wasserbad Eigelb, Sojasauce und Zitronensaft cremig schlagen, bis eine dickflüssige Masse entsteht. Wenn die typische Konsistenz erreicht ist, Schüssel sofort vom Topf nehmen und die geschmolzene Butter unter ständigem Schlagen langsam hinzufügen. Fertige Soße zur Seite stellen.

### Step 4

Parmesan reiben und mit dem Pankomehl gut vermengen. Spargel anschließend nacheinander mit Mehl, Eiern und Pankomehl-Parmesan-Mischung panieren und bei 160 °C für 15 Minuten in den Airfryer geben.

### Step 5

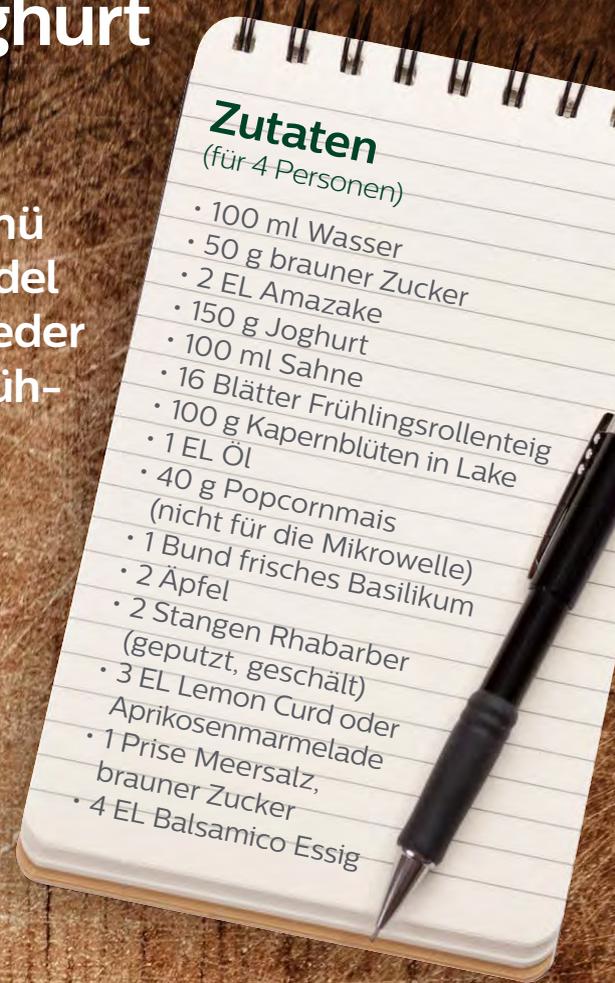
In der Zwischenzeit Kartoffeln fein reiben, mit Meersalz und Pfeffer würzen, mit etwas Öl in eine Pfanne geben und goldbraun braten.



# Nachspeise

## Apfel-Rhabarber Strudel mit halbgefrorenem Basilikum-Joghurt und Balsamico Popcorn

Eine Nachspeise darf in einem guten Menü natürlich nicht fehlen, vor allem wenn Strudel auf den Tisch kommt. Doch normal kann jeder – wie es wäre mit unserer Variante aus Frühlingsrollenteig: Apfel-Rhabarber-Strudel.



### Zutaten

(für 4 Personen)

- 100 ml Wasser
- 50 g brauner Zucker
- 2 EL Amazake
- 150 g Joghurt
- 100 ml Sahne
- 16 Blätter Frühlingsrollenteig
- 100 g Kapernblüten in Lake
- 1 EL Öl
- 40 g Popcornmais (nicht für die Mikrowelle)
- 1 Bund frisches Basilikum
- 2 Äpfel
- 2 Stangen Rhabarber (geputzt, geschält)
- 3 EL Lemon Curd oder Aprikosenmarmelade
- 1 Prise Meersalz, brauner Zucker
- 4 EL Balsamico Essig



### Step 1

Zucker in einem Topf mit Wasser auflösen und sirupartig einkochen. Etwas abkühlen lassen und Amazake dazugeben.

In der Zwischenzeit Popcorn in einer Schüssel mit etwas braunem Zucker, einer Prise Salz und 2 EL Öl vermengen und im Airfryer Snack-Kit für 8 Minuten bei 200 °C aufpoppen lassen. Anschließend mit dem Balsamico Essig beträufeln.

Basilikum grob zerreißen und mit aufgelöster Zuckermischung, Joghurt, Sahne und Zitronensaft im Mixer zerkleinern. In eine Form füllen und in den Tiefkühler stellen (je kleiner die Form, desto schneller ist das Halbgefrorene fertig).

### Step 2



### Step 3



### Step 4

Äpfel entkernen, Rhabarber schälen und beides in feine Würfel schneiden. Anschließend beides mit Amazake und Marmelade in einer Schüssel gut vermengen.

### Step 5



Frühlingsrollenblätter einzeln auslegen und von allen Seiten mit Wasser bepinseln. 1–2 Esslöffel von der Apfel-Rhabarbermasse in die Mitte geben. Anschließend Teigränder von links und rechts einschlagen und vom Kopf an zu kleinen Strudeln aufrollen. Mit etwas Öl bepinseln und bei 180 °C für 8–9 Minuten im Airfryer backen.