REZEPTE MIT KRESSE

Kresse ist auf jeden Fall mehr als Deko auf Butterbrot, Salat und Suppe

Zucchini-Käse-Salat mit Kresse (4 Personen)

500 g Zucchini
250 g Schnittkäse
1 hart gekochtes Ei
2 kleine Gewürzgurken
1 Zwiebel
3 EL gehackte, gemischte
Kräuter, z.B. Petersilie, Dill,
Schnittlauch, Kerbel

3 EL Essig
Jodsalz, Pfeffer
5 EL Rapsöl
1 Radicchio
1 Kästchen Kresse

Zucchini waschen, putzen und raspeln.
Käse grob darüber reiben. Ei und Gewürzgurke fein hacken.
Zwiebel schälen, würfeln und mit dem Ei, Gewürzgurken sowie
Kräutern mischen. Auf die Zucchini-Käse-Mischung geben.
Aus Essig, Salz, Pfeffer und Öl eine Sauce herstellen, diese
über den Salat geben und alles vermischen.
Radicchioblätter waschen und in einer Salatschleuder
trockenschleudern. 4 Teller mit den Salatblättern auslegen und
den Salat darauf anrichten.
Kresse vom Beet schneiden und über den Salat geben.

Kresse-Dip (8 Personen)

3 Eier
100 g Hüttenkäse
150 g Jogurt, 3,5 % F.
150 g Creme fraiche
50 g Mayonnaise
2 TL mittelscharfer Senf
Jodsalz, Pfeffer
1 Kästchen Kresse
1 Kästchen violette Kresse

Eier in kochendem Wasser 6 Minuten nicht zu hart kochen.
Anschließend abschrecken und pellen.
Hüttenkäse mit Jogurt, Creme fraiche, Mayonnaise, Senf, Salz
und Pfeffer mischen.
Eier grob schneiden.
Kresse mit der Schere von den Beeten schneiden.
Eier und die Hälfte der Kresse unter den Dip rühren. In einer
Schale anrichten und mit der restlichen Kresse bestreut
servieren.
Tipp: Der Dip passt zu Pellkartoffeln, Fisch und Fleisch.

Smoothie mit Kresse (1 Person)

½ kleine Zitrone
½ Kästchen Kresse
½ Bunde Radieschen
150 ml Buttermilch
½ TL Paprikapulver (edelsüß)
1 Pr. Jodsalz
etwas Zucker nach Belieben
Eiswürfel

Zitrone waschen, auspressen.
Kresse vom Beet schneiden und auf einen Teller geben.
Radieschen waschen, putzen und vierteln.
Zitronensaft, Radieschen, Hälfte der Kresse, Buttermilch,
Paprikapulver und Salz in einem Mixer gründlich pürieren.
Ggf. mit Zucker abschmecken. Eiswürfel in ein Glas geben
und die restliche Kresse obenauf geben.