

frischli

Immer ein Erfolgsrezept

Frühlings &
Sommer
Klassiker

Neu für Sie entdeckt



frischli

frischli Milchwerke GmbH

Bahndamm 4 • D-31547 Rehburg-Loccum

Tel: +49 5037-301-303 • Fax: +49 5037-301-120

info@frischli.de • www.frischli.de





Andreas Nagel, Verpflegungsbetriebswirt und Küchenleiter der Caritas Alten- und Pflegeheime St. Anna und St. Laurentius in Dorsten, versorgt aus seiner hochmodernen Küche nicht nur alle 220 Bewohner, zusätzlich produziert er jeden Tag 1.300 Gerichte für die Kindergarten- und Schulverpflegung, sowie 250 Speisen für die Essen-auf-Rädern-Verpflegung.

„Ich bin begeistert! Nach der Winter-Edition überzeugt mich frischli jetzt erneut mit seinen „Frühlings & Sommer-Klassikern“. Die Rezepte sind alle einfach umzusetzen, jedes Gericht ist individuell und besonders. Zudem schätze ich die hohe Qualität der frischli Produkte. Der neue frischli Panna Cotta Pudding ist schon jetzt der Renner bei den Kindern!“



Andreas Nagel

Sonnige Zeiten

mit Frühlings & Sommer-Klassikern von frischli

Endlich ist er da, der Frühling! Mit seinen wärmenden Sonnenstrahlen vertreibt er im Nu die trüben Tage der letzten Monate und weckt neue Lebensgeister. Mit den Energien kehrt gleichzeitig auch der Appetit auf eine moderne Küche zurück – mit frühlingsfrischen Gute-Laune-Gerichten und sommerlichen Rezeptinnovationen à la frischli...

So lassen sich Ihre Gäste den Frühling gut schmecken

Herrlich gut schmeckt unsere neue Frühlingsküche – mit frisch komponierten Menüs, die beliebte traditionelle Gerichte zitieren und Saisongemüse und Kräuter wunderbar in Szene setzen. Entdecken Sie unsere verführerischen Menüs mit taufrischen Vorspeisen, temperamentvollen Hauptgängen und sommerlich-süßen Desserts.

Übrigens: All unsere Gerichte sind einfach zuzubereiten und rationell für die Großküche kalkuliert...

Wir wünschen Ihnen und Ihren Gästen einen leckeren Lenz mit unseren schönsten Rezepten für eine genussvolle Sonnenzeit!



Vorspeise

- Gratiniertes grüner Spargel mit Räucherlachs und Orangen-Hollandaise Seite 05
- Überbackener Schnittlauchpfannkuchen mit Spargel und Sauce Hollandaise Seite 06
- Frühlings-Pastetchen Seite 07

Hauptgang

- Süßkartoffel-Gratin mit Hirtenkäse und Spinat Seite 09
- Gebratener Teriyaki Lachs auf grünem Gemüsesalat und Sauce Hollandaise Seite 10
- Spargel mit Basilikum-Hollandaise und Pinienkernen mit Schweineschnitzelchen in Parmesan-Hülle und Kartoffeln im Speckmantel Seite 12

Dessert

- Schokoladen-Himbeer-Trifle Seite 15
- Grießpudding mit Erdbeer-Rhabarber-Confit Seite 16
- Panna Cotta mit Pesto Dolce und Erdbeeren am Spieß Seite 17

Infos

- Saisonprodukte, frischli Produkte Seite 18
- Unterstützungsmaterial Seite 19



Vorspeise

„Man darf nie vergessen, dass Kochen eine Kunst ist, und in allen Künsten ist es die Einfachheit, die der Perfektion am nächsten kommt.“

(Jean Valby)



Gratinierter grüner Spargel mit Räucherlachs und Orangen-Hollandaise

 **Zubereitungszeit:** 30 Min.

 **frischli Sauce Hollandaise Cullus**

 **Anmerkung:**

Orangen-Hollandaise wird traditionell auch „Malteser-Sauce“ (Maltais la sauce) genannt.

Zutaten für 10 Portionen

- 1.750 g grüner Spargel
- Salz
- 400 g Räucherlachs
- 50 ml Zitronensaft
- 750 ml **frischli Sauce Hollandaise Cullus**
- 50 ml Orangensaft
- 3 g Orangenabrieb
- 10 g rosa Pfefferbeeren
- 1 Bund Petersilie, gehackt

Zubereitung

1. Vom Spargel ca. 2 cm von den Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden, waschen und im kochenden Salzwasser ca. 8 Minuten kochen, herausnehmen, gut abtropfen lassen und in ein Gastronormblech oder eine Auflaufform geben.
2. Räucherlachs auf dem Spargel verteilen und mit Zitronensaft beträufeln.
3. Die **frischli Sauce Hollandaise Cullus** mit Orangensaft und Orangenabrieb verrühren und gleichmäßig über dem Räucherlachs verteilen.
4. Unter dem Salamander oder Grill im Backofen ca. 8 Minuten gratinieren.
5. Mit rosa Pfeffer bestreuen und mit Petersilie garnieren.



Überbackener Schnittlauch- Pfannkuchen

mit Spargel und Sauce Hollandaise

Zutaten für 10 Portionen

- 10 Eier (Klasse M oder 500 g Vollei)
- 350 ml **Crème frischli 24 %**
- 250 g Mehl
- 150 ml Mineralwasser (mit Kohlensäure)
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 1 Bund Schnittlauch
- 100 ml Pflanzenöl
- 30 gekochte Spargelstangen
- 300 g Bergkäse, gerieben
- 750 ml **frischli Sauce Hollandaise Klassik**



Zubereitung

1. Eier und **Crème frischli 24 %** verschlagen. Mehl und Mineralwasser zugeben und den Teig glatt rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und 20 Min. quellen lassen. Den Schnittlauch in Röllchen geschnitten unter den Teig ziehen.
2. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und den Teig portionsweise einfüllen. Einzelne Pfannkuchen bei mittlerer Hitze ausbacken, herausnehmen und auf Küchenpapier entfetten.
3. Jeweils 3 Stangen Spargel in die Mitte der Pfannkuchen legen und mit der **frischli Sauce Hollandaise Klassik** bedecken. Den Pfannkuchen zusammenrollen, in eine Auflaufform legen und mit dem Käse bestreuen.
4. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ca. 20 Min. backen.
5. Mit in Röllchen geschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Zubereitungszeit: 30 Min.
Backzeit: 20 Min.

Crème frischli 24 %

frischli Sauce Hollandaise Klassik

Frühlings- Pastetchen

mit Ragout von Spargel,
Champignons und Flusskrebse

Zutaten für 10 Portionen

- 750 g braune Champignons, frisch
- 750 g weißer Spargel, abgeschält
- 750 g grüner Spargel, im unteren Drittel geschält
- Zucker
- 60 g Schalotten, fein gewürfelt
- 100 g Butterschmalz
- Salz
- Pfeffer
- 500 ml **frischli Sauce Béarnaise**
- 20 g rote Chili, fein gehackt
- 250 g Flusskrebse in Lake, abgetropft
- 150 ml Weißwein oder Wasser
- 30 g Krustentier-Paste
- 100–150 g Filo- oder Strudelteigblätter
- 80–100 g flüssige Butter
- 25 g Dill, grob gehackt



Zubereitung

1. Champignons putzen, in Scheiben schneiden.
2. Den Spargel schälen, in 2 cm lange Stücke schneiden und in Salzwasser mit einer Prise Zucker bissfest garen. Aus dem Kochwasser nehmen und abtropfen lassen.
3. Die Schalotten in Butterschmalz anschwitzen, Champignons dazugeben und mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. **frischli Sauce Béarnaise** dazugeben und erhitzen. Spargel, Chili und die Flusskrebse hinzufügen. Weißwein (oder Wasser) angießen und mit Krustentier-Paste abschmecken.
4. Die Pasteten kurz im vorgeheizten Ofen bei 200 °C erhitzen und mit dem Ragout füllen. Das übrige Ragout dazu servieren. Zum Abschluss mit etwas Dill und Chilistücken garnieren.

Zubereitung Filo-Pastetchen (10 Stück)

1. Den Teig ausbreiten, in Quadrate à 12 x 12 cm schneiden. Großzügig mit Butter bestreichen; dann je 3 Quadrate versetzt übereinander in ausgefettete Muffin-Förmchen legen, Ränder nach außen knicken.
2. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze für ca. 8 Minuten backen.

Zubereitungszeit: 40 Min.

frischli Sauce Béarnaise

Anmerkung:

Statt der Filo-Pastetchen können ganz klassisch auch Blätterteig-Pastetchen verwendet werden.

Süßkartoffel- Gratin mit Hirtenkäse und Spinat

 **Zubereitungszeit:** 35 Min.
Backzeit: 60 Min.

 **frischli Gratin-Sauce**

 **Anmerkung:**

Die Süßkartoffel stammt aus Südamerika und ist ein echtes Nährstoffwunder. Mit ihrem ausgewogen süß-milden Geschmack erobert die süße Knolle auch die deutsche Küche.

Zutaten für 10 Portionen

- 1,5 kg Süßkartoffeln, mittelgroß
- 400 g TK Blattspinat, gut ausgedrückt
- 500 g Hirtenkäse (Salzlakenkäse aus Kuhmilch) oder Feta
- 300 g Kirschtomaten
- Salz
- Pfeffer
- Pflanzenöl
- 2 g Thymian, gerebelt
- 1 L **frischli Gratin-Sauce**

Zubereitung

1. Süßkartoffeln schälen und in ca. 2 mm dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Kirschtomaten entkernen und würfeln.
2. Ein Gastronormblech oder eine Auflaufform einfetten und mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen. Eine Lage Süßkartoffeln auf dem Boden verteilen, mit Thymian bestreuen. Etwas von der **frischli Gratin-Sauce** darüber gießen, so dass die Kartoffeln bedeckt sind. Mit Spinat und Kirschtomaten belegen und mit zerkrümeltem Hirtenkäse bestreuen. Darauf wieder eine Lage Süßkartoffeln schichten. Vorgang solange wiederholen, bis alle Zutaten verbraucht sind. Mit Käse abschließen.
3. Das Gratin ca. 55 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 175 °C backen.



Hauptgang

„Eine wahrhaftige und gute Küche besteht zu 90 Prozent aus hochwertigen und frischen Zutaten und zu 10 Prozent aus Fantasie.“

(Paul Bocuse)

Gebratener Teriyaki Lachs

auf grünem Gemüsesalat und Sauce Hollandaise

 **Teriyaki Lachs**
Zubereitungszeit: 20 Min.
Marinierzeit: 60 Min.

 **Gemüsesalat**
Zubereitungszeit: 30 Min.

 **frischli Sauce Hollandaise Klassik**

 **Anmerkung:**

Teriyaki ist eine japanische Würzsauce und gleichzeitig auch eine Kochtechnik. Zutaten werden angebraten oder gegrillt und am Ende in der Teriyaki Sauce gegart. „Teri“ bedeutet Glanz und „yaki“ braten.

Teriyaki Lachs
Zutaten für 10 Portionen

- 10 Scheiben frischer Lachs à 160 g
- 1 L **frischli Sauce Hollandaise Klassik**
- 100 ml Pflanzenöl
- 100 ml Teriyaki Sauce
- Salz
- Pfeffer
- 25 g Dill, fein gehackt
- Cayennepfeffer



Gemüsesalat
Zutaten für 10 Portionen

- 600 g Spargel grün
- 800 g Zucchini
- 250 g Broccoli
- 250 g Zuckerschoten
- 250 g Keniabohnen
- Pfeffer
- Salz
- Zitronensaft

Zubereitung

1. Den Lachs mit der Teriyaki Sauce im Kühlschrank marinieren.
2. Abtupfen, mit Öl bestreichen und auf dem Grill von jeder Seite ca. 7 Min. grillen. Zwischendurch hin und wieder mit Teriyaki Sauce bestreichen.
3. Die **frischli Sauce Hollandaise Klassik** bei schwacher Hitze erhitzen, mit Dill und Cayennepfeffer abschmecken.
4. Lachs auf den Gemüsesalat setzen und die **frischli Sauce Hollandaise Klassik** herum träufeln, mit etwas Dill dekorieren.

Zubereitung

1. Das Gemüse waschen und putzen. Die Spargelstangen nur im unteren Teil schälen, dann in Stücke schneiden. Die Zucchini in dicke Scheiben schneiden und den Broccoli in Röschen teilen.
2. Den Spargel in wenig Salzwasser und Butter in etwa 15 Minuten gar dünsten. Die Bohnen in kochendem Salzwasser in etwa 10 Minuten, Broccoli, Zuckerschoten und Zucchini in 5 Minuten bissfest kochen. Das gegarte Gemüse sofort in eiskühles Wasser geben und anschließend auf einem Sieb abtropfen lassen.
3. Gemüsesalat anrichten, pfeffern, salzen und mit Zitronensaft beträufeln.

 **Unser Tipp:**

Für den asiatischen Touch noch etwas geröstetes Sesamöl oder geröstete Sesamsamen über den Gemüsesalat geben.

Dazu Basmati-Reis servieren.

Spargel

mit Basilikum -Hollandaise und
Pinienkernen mit Schweineschnitzelchen
in Parmesan-Hülle und Kartoffeln im Speckmantel

Spargel mit Schweineschnitzelchen Zutaten für 10 Portionen

- 20 Schnitzel à ca. 80 g
- Salz
- Pfeffer
- 200 g Parmesan, gerieben
- 30 g Zitronenpfeffer
- 4 Eier (Klasse M oder 200 g Vollei)
- 120 ml Milch
- Mehl
- 3 kg Spargel, geschält
- Zucker
- 1 L **frischli Sauce Hollandaise Klassik**
- 50 g Basilikum, in Streifen geschnitten
- 50 g Pinienkerne, geröstet
- 100 g Butterschmalz



Zubereitung

1. Die Schnitzel etwas flachklopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan, Zitronenpfeffer und die Eier mit der Milch verquirlen. Das Fleisch zunächst darin und anschließend in Mehl wenden.
2. Spargel in ausreichend leicht gezuckertem Salzwasser auf Biss kochen.
3. **frischli Sauce Hollandaise Klassik** erwärmen. Basilikum und Pinienkerne zugeben.
4. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen. Die Schnitzel darin von beiden Seiten bei milder Hitze braten.

Kartoffeln im Speckmantel Zutaten für 10 Portionen

- 1,5 kg mittelgroße festkochende Kartoffeln (à ca. 70 g)
- Salz
- Pfeffer
- 250 g Bauernspeck (20 dünne Scheiben)
- 50 ml Olivenöl

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen, mit Schale in Salzwasser etwa 25 Minuten gar kochen. Abgießen, kurz abdämpfen und pellen.
2. Kartoffeln mit Pfeffer bestreuen und mit je einer Scheibe Bauernspeck umwickeln. Mit der Nahtstelle nach unten in ein mit Olivenöl beträufeltes Gastronormblech oder eine Auflaufform geben.
3. Im vorgeheizten Backofen auf 200 °C (Heißluft 180 °C) ca. 15 Minuten backen.

 Spargel mit Schweineschnitzelchen
Zubereitungszeit: 35 Min.

 Kartoffeln im Speckmantel
Zubereitungszeit: 40 Min.

 frischli Sauce Hollandaise Klassik



Schokoladen-Himbeer-

Trifle

 **Zubereitungszeit: 20 Min.**
Kühlzeit: 30 Min.

 **frischli Edel-Schoko Pudding 50 %**

Zutaten für 10 Portionen

- 20 ml Limettensaft
- abgeriebene Schale einer Limette
- 25 g Puderzucker
- 300 g Himbeeren (TK oder frisch)
- 1 kg **frischli Edel-Schoko Pudding 50 %**
- 50 g Baiser
- 5 g Pistazien, gehackt
- 10 g weiße Schokoladenraspel

Zubereitung

1. Limettensaft und -schale mit dem Puderzucker verrühren und Himbeeren dazu geben.
2. **frischli Edel-Schoko Pudding 50 %** bis zur Hälfte in Gläser füllen.
3. Zerbröselten Baiser und marinierte Himbeeren darauf schichten. Mit Pudding auffüllen. Trifle mit Schokoladenraspeln und Pistazien garnieren.

Dessert

*„Ich habe einen einfachen Geschmack.
Das Beste ist gerade gut genug.“*

(Friedrich Nietzsche)

Grießpudding

mit
Erdbeer-Rhabarber-Confit

 **Zubereitungszeit: 25 Min.**

 **frischli Grieß-Pudding**

 **Anmerkung:**

Confit (von französisch confire, „einlegen, einkochen“) ist eigentlich in Fett gekochtes, und so haltbar gemachtes Fleisch. Heute werden auch würzige Beilagen wie Zwiebeln oder Tomaten und Früchte, die langsam geschmort werden Confit genannt.

Zutaten für 10 Personen

- 350 g Erdbeeren
- 350 g Rhabarber
- 75 g Butter
- 75 g Brauner Zucker
- 3 g Zimt, gemahlen
- 60 g Crema di Balsamico Bianco
- 1 kg **frischli Grieß-Pudding**
- 50 g Amarettini
- Minze

Zubereitung

1. Die Erdbeeren und den Rhabarber waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden.
2. Die Früchte kurz in Butter andünsten, Zucker zugeben und unter Rühren kurz köcheln lassen. Zimt und Crema di Balsamico Bianco hinzugeben und gut verrühren.
3. Gekühlten **frischli Grieß-Pudding** in Schälchen anrichten und mit dem lauwarmen Erdbeer-Rhabarber-Confit krönen. Mit etwas zerbröselten Amarettini und Minzeblättchen verzieren.



Panna Cotta

mit Pesto Dolce und Erdbeeren am Spieß

Zutaten für 10 Personen

- 30 g frisches Basilikum
- 25 g Zucker
- 25 ml Wasser
- 20 ml Zitronensaft
- 25 g weiße Mandeln, gemahlen
- 10 Erdbeeren
- Puderzucker
- 1 kg **frischli Panna Cotta Pudding**

Zubereitung

1. Basilikum grob hacken. 25 g Zucker und 25 ml Wasser zu Läuterzucker aufkochen. Abkühlen lassen.
2. Basilikum mit Läuterzucker und Zitronensaft mit einem Passierstab zu einer homogenen Masse verarbeiten. Nach und nach die gemahlene Mandeln unterrühren.
3. Erdbeeren waschen und vierteln, leicht zuckern. Erdbeervierviertel auf einen Spieß geben.
4. Gekühlten **frischli Panna Cotta Pudding** in Gläser füllen und ca. 1 TL vom süßen Pesto darauf geben. Den Erdbeerspieß über das Glas legen.



 **Zubereitungszeit: 20 Min.**

Kühlzeit: 20 Min.

 **frischli Panna Cotta Pudding**

 **Unser Tipp:**

1 Messerspitze Vitamin-C-Pulver (Ascorbinsäure) im Pesto verhindert das Braunwerden der Basilikumblätter.

Saisonprodukte

Knackiges Gemüse, frischer Salat, saftiges Obst – bei unseren „Köstliche Klassiker“-Rezeptideen ist uns eine Verwendung von frischen saisonalen und heimischen Produkten besonders wichtig. Diese sind in der Frühlings- und Sommerzeit immer einfach und günstig zu beschaffen und sorgen für intensivste Geschmackserlebnisse!



Weißer Spargel



Grüner Spargel



Spinat



Champignons



Zuckerschoten



Erdbeeren



Schnittlauch



Himbeeren



Zucchini



Kirschtomaten



Rhabarber

Die verwendeten Produkte von



Ungekühlt haltbar!
Kennzeichnungsfrei
auf Speisekarten!

Unterstützungsmaterialien

„Frühlings & Sommer-Klassiker – neu für Sie entdeckt!“

Ob aufmerksamkeitsstarkes Aktionsplakat, Vorlagen für Aktionsanhänge und Menüaufsteller (mit der Möglichkeit des individuellen Eindrucks) oder Kalkulationshilfen – frischli bietet umfassendes attraktives Unterstützungsmaterial für Sie und Ihr Geschäft. Einfach, praktisch und hilfreich – zum direkten Download auf unserer Internetpräsenz. Heißen Sie den Frühling und Ihre Gäste herzlich willkommen!

www.frischli.de



Freuen Sie sich auch schon auf unsere kommende Rezeptbroschüre „Herbst-Klassiker“ mit tollen saisonalen Rezeptinnovationen. Lassen Sie sich überraschen: Der Herbst hält viele kulinarische Sensationen bereit...