

Das romantische HARZINGER Love-Menü zum Valentinstag

Am 14. Februar ist es wieder soweit: dann werden zum Valentinstag auf der ganzen Welt einen Tag lang Liebesbekenntnisse ausgetauscht und die Romantik gefeiert! Und was kann es Schöneres geben, als die Liebe durch den Magen gehen zu lassen und ein gemeinsames Candle-Light Dinner zu genießen? HARZINGER hat ein romantisches Love-Menü für alle Pärchen zusammengestellt – das nicht nur gut schmeckt, sondern dabei auch noch richtig gesund ist und die schlanke Linie schont!

Vorspeise für Verliebte:

HARZINGER Omelette mit Forellenkaviar

Zubereitung:

1 Ei mit einem Löffel Crème Double vermischen und mit etwas Öl in einer Pfanne zu einem Omelett braten. Auf die gleiche Art ein zweites Omelett braten. Den Bauernhandkäse richtig fein hacken, zu kleinsten Krümeln, und auf das erste Omelett streuen. Dieses Omelett zu einer Rolle formen, das 2. Omelett über die erste Omelettrolle rollen. In Alufolie verpackt für eine Stunde in den Kühlschrank legen.

Nach einer Stunde die Omelettrolle in 3 cm hohe Röllchen schneiden. In dem Durchmesser der Omelettrolle eine 0,5 cm dicke HARZINGER-Scheibe schneiden (am besten mit einem keinen Glas oder Förmchen ausstechen), diese auf den Omelettröllchen platzieren. Dann etwas Forellenkaviar auf die HARZINGER Scheiben verteilen und zum Schluss mit etwas fein geschnittenem Schnittlauch garnieren.

*Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten + 1 Std. Kühlung
Pro Portion etwa 19 g E, 10 g F, 1,3 g KH = 342 Kcal*



Zutaten für ein Pärchen:

2 Eier
2 Esslöffel Crème Double
etwas Öl
1 kleiner HARZINGER
Bauernhandkäse
100 g Forellenkaviar
3 Schnittlauchröllchen

Romantischer Hauptgang:

Gefüllte HARZINGER Hähnchenbrust mit Zitronen-Risotto

Zubereitung:

Das Hähnchenfleisch waschen und auf Küchenpapier etwas trocknen. Jeweils eine „Tasche“ hineinschneiden.

Für die Füllung HARZINGER Bauernhandkäse jeweils halbieren, so dass vier Scheiben entstehen. Jedes Hähnchenbrustfilet mit je vier getrockneten Tomaten und zwei Scheiben HARZINGER füllen und mit Holzspießchen ordentlich zustecken.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Bio-Zitrone heiß waschen und die Schale abreiben. Anschließend die Zitrone so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird und Filets mit einem scharfen Messer zwischen den Trennhäuten herauslösen. Den Saft aus den Trennhäuten pressen.

Gemüse- oder Geflügelbrühe aufkochen.

Butter in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten.

Den Reis hinzufügen und unter Rühren mitdünsten bis er glasig wird. Mit Weißwein ablöschen und unter Rühren einkochen lassen. Zitronenschale zufügen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Brühe in 3 – 4 Schritten hinzufügen, dazwischen immer wieder bei schwacher Hitze einköcheln lassen, bis der Reis alle Flüssigkeit aufgenommen hat. Immer wieder rühren.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Gefüllte Hähnchenbrustfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten von beiden Seiten goldbraun braten.

Erst den Parmesankäse unter das Risotto rühren, dann die Zitronenfilets unterrühren und mit Zitronensaft und Salz und Pfeffer abschmecken.

Zitronenrisotto auf tiefe Teller geben und mit Kresse bestreuen. Hähnchenbrüste auf dem Risotto anrichten. Raffiniert!

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde und 15 Minuten.

Pro Portion etwa 68 g E, 24 g F, 72 g KH = 810 kcal



Zutaten für ein Pärchen:

- 2 Hähnchenbrustfilets (à ca. 125 g)
- 2 HARZINGER Bauernhandkäse (à 180 g)
- 8 getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt)
- 1/2 mittelgroße Zwiebel
- 1/2 Knoblauchzehe
- 1 Bio-Zitrone
- ca. 450 ml Geflügelbrühe oder Gemüsebrühe
- 25 g Butter
- 175 g Risotto-Reis
- 1/4 l trockener Weißwein
- Salz
- Pfeffer
- 1,5 EL Rapskernöl
- 25 g geriebener Parmesankäse
- 1/2 Beet Kresse

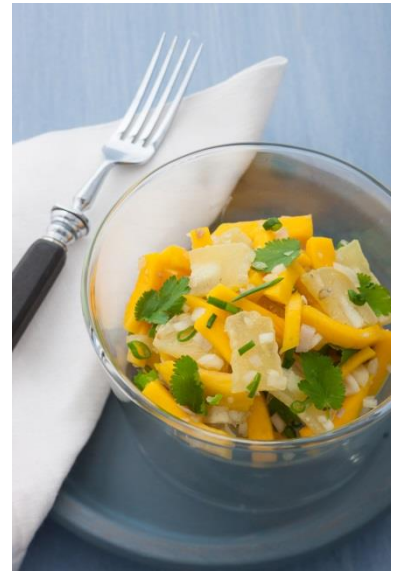
Himmlisches Dessert:

HARZINGER Mango Salat

Zubereitung:

Die Mango schälen, erst in 1 cm dünne Scheiben, diese dann in 1 cm dünne Streifen schneiden. Den Käse in kleine Würfel schneiden und mit der Mango vermischen.

Die klein gehackte Schalotte sowie die gewaschenen und getrockneten Korianderblätter auf den Käse-Mango Salat geben. Die Brühe mit Sesamöl und einem Spritzer Zitrone vermischen, über den Salat gießen.



Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Pro Portion etwa 28 g E, 2 g F, 12 g KH = 130 Kcal

Zutaten für ein Pärchen:

- 1 Mango
- 1 HARZINGER Bauernhandkäse
- 1 kleine Schalotte
- 1 Hand voll Korianderblätter
- 2 Esslöffel Brühe
- 1 Esslöffel Sesamöl
- einige Spritzer Zitrone

HARZINGER wünscht allen Pärchen einen schönen Valentinstag und viel Spaß beim Ausprobieren des HARZINGER Romantik-Menüs!

Abdruck honorarfrei. Belegexemplar erbeten.

Pressekontakt:

Jeschenko MedienAgentur Berlin GmbH

Sarah Pfennig

Tel.: 030 443183-17

Fax: 030 443183-20

E-Mail: pfennig@jeschenko-berlin.de

Poelmeyer Holding GmbH

Am Bauergarten 9

06642 Kaiserpfalz

Ortsteil Wohlmirstedt

Tel.: 034672 6288-0

Fax: 034672 6288-50

Die Poelmeyer-Gruppe mit Sitz in Wohlmirstedt, Sachsen-Anhalt, führt als Poelmeyer Holding GmbH die Käsereien Allerstedter und Breitunger mit ihren Marken Allerstedter, Herz König, Breitunger und HARZINGER.

Allerstedter Käserei: Die 1909 in Allerstedt gegründete Molkerei wurde 1991 von der Poelmeyer-Gruppe übernommen und 1994 in Wohlmirstedt als Allerstedter Käserei neu errichtet. Hier wird der Schnittkäse in verschiedenen Fettstufen und Sorten für die Marken Allerstedter, Herz König sowie diverse Handelsmarken produziert.

Breitunger Käserei: Die Breitunger Käserei wurde 1886 durch Ernst Rumpf in Breitung/Harz gegründet und war seitdem sowohl in privater als auch in staatlicher Hand. 1991 erfolgte die Übernahme durch die Poelmeyer-Gruppe. 1999 wurde die Breitunger Käserei nach Wohlmirstedt verlegt und umfangreich erweitert. Die Poelmeyer-Gruppe stellt in der Breitunger Käserei Sauermilchkäse in den Sorten Edelschimmel, Halbschimmel und Gelbkäse in verschiedenen Formen her. Die Marken der Breitunger Käserei sind Breitunger und HARZINGER sowie ebenfalls eine Reihe an Handelsmarken.

Weitere Informationen unter www.poelmeyer-gruppe.de.