

APÉRO

DIE FEINSTEN HÄPPCHEN, DRINKS & TIPPS



le menu

Die Welt von

Jetzt abonnieren und von zahl

Social Media

Tägliche Rezeptvideos und Inspirationen

Über 7000 Rezepte

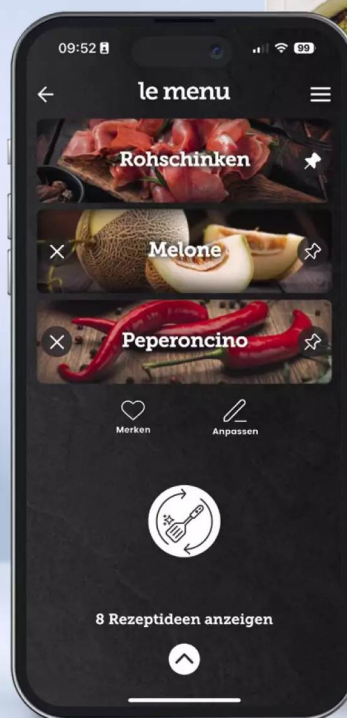
Digital zugänglich

Online-Shop

Küchen- und Haushaltshilfen
zu Vorzugspreisen

«le menu»-App

Premium-Zugang zu allen Rezepten
und Funktionen



n «le menu»

alreichen Vorteilen profitieren



E-Paper & E-Books

Alle Ausgaben digital zugänglich

10 Print-Ausgaben im Jahr

Bequem nach Hause geliefert

Eigenes Rezeptbuch

Digital und jederzeit abrufbar

Newsletter

Wöchentlich Rezepte, Food-News und Tipps & Tricks

5
Ausgaben
für nur
CHF 29.–

lemenu.ch/5ausgaben



PICKEN & NIPPEN

Happy Hour mit Häppchen und Drinks von le menu

Wenn der Tag sich dem Ende zuneigt, die Sonne langsam hinter dem Horizont versinkt, scheint die Welt für einen Augenblick stillzustehen. Wir feiern diesen magischen Moment, von Poeten die blaue Stunde genannt, mit einem Apéro – von «simple» bis «riche». Willkommen zur Happy Hour mit allerfeinsten Häppchen, Cocktails & Mocktails!





Amuse-Bouches

Zur Happy Hour gehören Häppchen!
In mediterranen Ländern sind die kleinen Leckerbissen mindestens so begehrt wie die Aperitifs selbst. Oft ersetzen sie sogar das Abendessen, in Frankreich Apéro riche, in Italien Apericena genannt. **Häppchen für den Apéro simple ab Seite 6, Feines für den Apéro riche ab Seite 20**



Sound

Vollkommen wird die Sinnesfreude beim Apéro mit passender Musik. Wir haben eine Playlist mit stimmigen Songs zusammengestellt.

Gratis-Download auf Spotify.

open.spotify.com

Aperitif

Der Aperitif, bei uns kurz Apéro genannt, ist eines der beliebtesten kulinarischen Rituale. Das zeigen auch die immer zahlreicheren hiesigen Premium-Produkte. Man trifft sich heute zum lokal gebrauten Feierabendbier oder zelebriert die Happy Hour mit Cüpli und Wein aus der Region oder mit Cocktails resp. Mocktails, gemixt mit Gin und Co. aus Schweizer Produktion.

Aperitifs ab Seite 38





Zucchetti-Röllchen

2–3 Zucchetti längs in dünne Zungen hobeln, in 4 EL Olivenöl beidseitig braten. Abkühlen lassen, salzen und pfeffern. 125 g Frischkäse mit 3 gehackten Sardellen mischen, Masse in einen Spritzsack geben. Zucchetti um den Finger wickeln, Röllchen auf Platte stellen. Frischkäsemasse in den Hohlraum spritzen, mit Cherrytomaten und Basilikum garnieren.

Feurige Melonenspiesschen

1 roten Peperoncino entkernen, fein hacken. Mit 1 EL weissem Balsamico-Essig und 1 EL Rapsöl verrühren. 800 g Charentais-Melone in ca. 3 cm grosse Würfel schneiden, begeben, mischen. 90 g Rohschinkentranchen quer halbieren, locker falten, mit je 1–2 Basilikumblättern auf den Melonenstücken anrichten, mit Zahnstochern fixieren.



Picks

Apérohäppchen sind typisches Fingerfood. Dennoch sollten der Etikette und der Hygiene zuliebe Party-Picks bereitgestellt werden. Das können simple Zahnstocher aus FSC-zertifiziertem Holz sein oder wiederverwendbare Picks aus Kunststoff oder Edelstahl.

Rotkäppchen





Apéro-Stängel mit Fetastreuseln

FÜR 6–8 Personen

ZUBEREITEN: ca. 35 Minuten

BACKEN: ca. 20 Minuten

STREUSEL

- 75 g Mehl
- 50 g Mandelblättchen
- 1 Msp. Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 50 g Butter, flüssig
- 200 g Feta, zerkrümelt

TEIG

- 200 g Mehl
- ½ TL Backpulver
- ¼ TL Salz
- 2,75 dl Wasser
- 0,8 dl Olivenöl
- 1 Ei, Gr. L, verquirlt
- 2 EL Butter
- 3 Knoblauchzehen, in Scheibchen
- 1–2 EL Rosmarin, gezupft

VORBEREITEN 1 Ofenblech in den Ofen schieben. Ofen auf 230 °C (Heissluft / Umluft mit zusätzlicher Unterhitze) vorheizen.

STREUSEL Mehl, Mandelblättchen und Gewürze mischen. Butter und die Hälfte des Feta dazugeben, kurz verrühren.

Mit den Händen krümelig reiben.

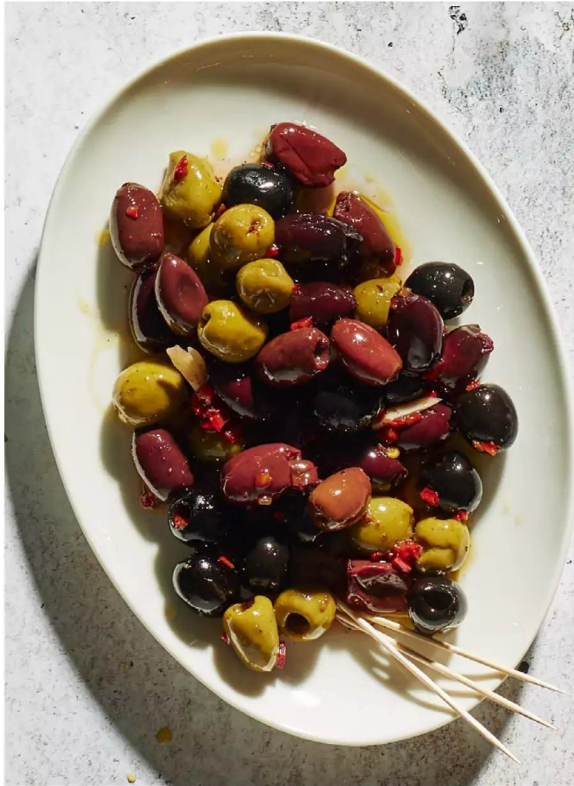
TEIG Mehl und Backpulver sieben, Salz beifügen, eine Mulde formen. Wasser, Öl und Ei verquirlen, in die Mulde giessen. Zu einem glatten Teig verrühren.

BACKEN Heisses Blech aus dem Ofen nehmen, Butter darauf verteilen. Teig daraufgiessen, mit Gummischaber glatt streichen. Knoblauch, Streusel und die Hälfte des Rosmarins darauf verteilen. Im vorgeheizten Ofen 15–20 Minuten backen. Herausnehmen, restlichen Feta und Rosmarin daraufstreuen. Noch warm in Stücke schneiden und servieren.

TIPP

Dazu passen Oliven, z.B. Aceitunas marinadas, Rezept auf Seite 10.

Schnittig



Aceitunas marinadas

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 15 Minuten

ZIEHEN LASSEN: 2 Stunden

- 0,5 dl Wasser**
- ½ TL Zimtpulver**
- 20 g Zucker**
- 1 roter Peperoncino,**
entkernt, gehackt
- 3 Knoblauchzehen,** in Scheibchen
- 0,5 dl Olivenöl**
- 500 g grüne und schwarze Oliven**

ZUBEREITEN Wasser mit Zimt und Zucker aufkochen. Peperoncino und Knoblauch dazugeben, 5 Minuten köcheln lassen. Öl dazugeben, noch warm mit den Oliven mischen, ca. 2 Stunden ziehen lassen.

Süsse Gewürznüsse mit Rosmarin

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten

BACKEN: ca. 10 Minuten

Backpapier für das Blech

- 1 TL Kreuzkümmelsamen**
- 1 TL Koriandersamen**
- 1 TL Meersalz**
- 2 EL Rohrzucker**
- 2 EL Rosmarin,** fein geschnitten
- 1 Eiweiss**
- 400 g Nussmischung,** z.B. Mandeln,
Cashewkerne, Haselnüsse,
Baumnüsse

ZUBEREITEN Kreuzkümmel und Koriander mit dem Mörser fein zerstoßen, in eine Schüssel geben. Salz und alle Zutaten bis und mit Eiweiss dazugeben, mischen. Nussmischung dazugeben, gut vermengen. Nüsse auf das vorbereitete Blech geben.

BACKEN In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens unter gelegentlichem Wenden ca. 10 Minuten backen.



APÉRO SIMPLE



Schinkengipfeli

FÜR 8 Stück

ZUBEREITUNG: ca. 30 Minuten

BACKEN: ca. 20 Minuten

FÜLLUNG

125 g **Schinken**, klein gewürfelt

75 g **Rahmquark**

1 EL **Senf**

1 EL **Tomatenpüree**

2 EL **Petersilie**, gehackt

Pfeffer

Paprika

1 **rund ausgewallter Blätterteig**,
ca. 270 g

1 **Ei mit 2 EL Milch**, verquirlt,
zum Bestreichen

ZUBEREITEN Für die Füllung alle Zutaten verrühren. Teig wie eine Torte in 8 gleich grosse Stücke schneiden. Füllung auf die Stücke verteilen. Ränder mit wenig Ei bestreichen, von aussen nach innen zu Gipfeli aufrollen. Auf das mit Backpapier belegte Blech legen. Mit restlichem Ei bestreichen.

BACKEN Gipfeli in der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens 15–20 Minuten backen. Gipfeli herausnehmen, heiss, lauwarm oder kalt servieren.

TIPPS

- Schinkengipfeli vorbereiten: bis zum Backen mit Folie bedeckt (ohne Ei-Anstrich) im Kühlschrank aufbewahren. Vor dem Backen mit Eigelb bepinseln.
- Schinkengipfeli tiefkühlen: fertig zubereiten (ohne Ei-Anstrich), ungebacken einfrieren. Haltbarkeit: 2–3 Monate.



Galagipfel

Das Schinkengipfeli ist das Pièce de Résistance der hiesigen Apéro-Kultur. Das fein gefüllte Knuspergebäck hat sämtliche lukullischen Moden überlebt und es gar ins «Inventar des kulinarischen Erbes der Schweiz» geschafft. Dort heisst es u. a.: «Schinkengipfeli werden in der Regel zu einem gediegenen Aperitif gegessen, z. B. bei offiziellen Anlässen.»



Mini-Lattich mit Ei

Von 1 Mini-Lattich 8 Blätter ablösen, waschen, trocken tupfen. 4 EL Mayonnaise, 1 TL Senf und 2 EL Quark mischen, auf die Blätter streichen. 2 gekochte Eier grob hacken, darauf verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 10 g frische Gartenkresse darüberstreuen.

Pinchos con chorizo y pimientos del padrón

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten
Holzspiesschen

- 500 g Pimientos del padrón
- 1–2 EL Olivenöl
- Fleur de Sel
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- 200 g Chorizo, in Scheiben
- 1 Baguette, in dicken Scheiben
- 2 EL Mayonnaise

ZUBEREITEN Pimientos in einer Bratpfanne im heissen Öl 2–3 Minuten anbraten, würzen, herausnehmen. In der gleichen Pfanne Chorioscheiben beidseitig 2–3 Minuten anbraten. Baguettescheiben mit Mayonnaise bestreichen. Chorizo und Pimientos darauf anrichten, mit Spiesschen befestigen.



Olé!

Pinchos oder Pintxos, wie die raffinierten Häppchen in ihrer Heimat heissen, laden zu einer Reise ins Baskenland. Pinchos sind ähnlich wie spanische Tapas, werden aber traditionell als Spiesschen dargereicht (Pintxos ist das baskische Wort für Spiess). Die besten Pinchos werden jährlich an Meisterschaften gekürt.

Schiffchen versenken



APÉRO SIMPLE

Scharfe Beere



Erdbeer-Crostini

FÜR 12–16 Stück

ZUBEREITEN: ca. 25 Minuten

BACKEN: ca. 3 Minuten

Backpapier für das Blech

- 1 Baguette**, längs halbiert,
in 12–16 Stücken
- 2 EL Olivenöl**
- 400 g Erdbeeren**, in Scheiben
- 1–1½ EL reifer Balsamico-Essig**
- 1 EL Zucker**
- 250 g Ricotta**
- 1 Bio-Zitrone**,
wenig abgeriebene Schale
- Pfeffer**
- ½ Bund Minze**, gezupft

**Olivenöl und Balsamico-Essig
zum Darüberträufeln**

BAGUETTE-SCHEIBEN auf das vorberei-
tete Blech verteilen, mit Öl beträufeln.

BACKEN In der Mitte des auf 240°C
vorgeheizten Ofens ca. 3 Minuten rösten,
herausnehmen, auskühlen lassen.

ERDBEEREN mit Balsamico und Zucker
mischen, 5–10 Minuten ziehen lassen.
Erst Ricotta, dann Erdbeeren auf den
Baguette-Scheiben verteilen. Zitronen-
schale, Pfeffer und Minze daraufgeben.
Nach Belieben mit Öl und/oder Balsamico
beträufeln, sofort servieren.



Restlos genießen

Wie viele geniale Küchenklassiker dienten auch Crostini und
Bruschette ursprünglich der Resteverwertung, präziser,
der Adellung von altem Brot. Ur-Crostini wurden lediglich aus
drei Zutaten gezaubert: aus Brotscheiben, die mit Olivenöl
beträufelt, dann geröstet, mit frischem Knoblauch eingerieben
und nach Belieben mit etwas Salz und Pfeffer gewürzt wurden.



Small Talk

Bei Apéros im grossen Stil kann es sein, dass man auf unbekannte Gesichter trifft. Dann ist Small Talk gefragt, jenes lockere Geplauder, bei dem viel geredet, aber nichts gesagt wird. Small Talk ist wie Surfen: Man gleitet elegant über Wellen und bleibt dabei stets an der Oberfläche. Einen idealen Gesprächsstoff bietet z.B. die Kulinarik. Über das Geniessen zu plaudern, ist fast so schön, wie es zu tun.

Mundgerecht

Appetithäppchen sind in der Regel klein und fein, also mundgerechte Bissen, die von Hand gegessen werden können. Beim Apéro riche empfiehlt es sich jedoch, kleine Teller bereitzustellen, damit man mehrere der Gaumenfreuden darauf anrichten kann. Auch Servietten, evtl. Besteck oder Party-Picks sollten griffbereit sein.



Gewürze

Werden Platten mit Häppchen zur Selbstbedienung offeriert, unbedingt auch Salz und Pfeffer bereitstellen. Auch Kräuter im Töpfchen eignen sich prima für das Apéro-Bufferet. Basilikum und Co. verbreiten mediterranes Flair und lassen sich nach Gusto zum Würzen verwenden.





Apéro-Spinatkuchen

FÜR ca. 36 Stück

ZUBEREITEN: ca. 50 Minuten

BACKEN: ca. 35 Minuten

1 Backblech von 26–28 cm Ø

Backpapier für den Blechboden

1 Ausstechförmchen von ca. 7 cm Ø

Butter für den Formenrand

FÜLLUNG

450 g **feiner Spinat**

1 **rote Zwiebel**, gehackt

1–2 **Knoblauchzehen**, gehackt

Butter zum Dämpfen

120 g **Walliser Trockenspeck IGP**,
gehackt

70 g **Sbrinz AOP**, gerieben

80 g **Rahmquark**

1 **Eiweiss**, leicht verquirlt

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

ca. 700 g **Pizzateig**

Mehl zum Auswallen

1 **Eigelb**

1 TL **Rahm**

½ TL **Zucker**

FÜLLUNG Spinat in siedendem Salzwasser 1 Minute blanchieren, abgiessen, kalt abschrecken, ausdrücken, grob hacken. Zwiebel und Knoblauch in Butter 4–5 Minuten andämpfen, mit Speck, Sbrinz, Quark und Eiweiss zum Spinat geben, würzen.

TEIG auf wenig Mehl 3 mm dick auswallen. Rondellen ausstechen. Je 1–2 TL Füllung darauf verteilen, zu Halbmonden zusammenklappen, dann nochmals zusammenklappen, sodass eine Art Muschel entsteht. Diese im Kreis von aussen nach innen ins vorbereitete Blech legen. Eigelb mit Rahm und Zucker verrühren, Kuchen damit bestreichen.

BACKEN Im unteren Teil des auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens 30–35 Minuten backen.



Mengen

Für einen Apéro riche rechnet man je nach Anlass und Grösse der Häppchen 6–8 Stück pro Person. Wer auf Nummer sicher gehen will, hält zusätzlich Brot und Käse bereit. Sollte davon etwas übrig bleiben, lassen sich die Reste z. B. für Käseschnitten verwenden.

Antipasti-Platte

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 40 Minuten

Anrichteplatte oder Holzbrett

GEMÜSE

- 1 rote Peperoni,
in 3 cm dicken Streifen
- 1 gelbe Peperoni,
in 3 cm dicken Streifen
- 1 Zucchini,
in ca. 5 mm dicken Scheiben
- 7 Knoblauchzehen,
mit der Schale
- 2 EL Olivenöl
- ½ EL Rohrzucker
- 4 Zweige Oregano, Blätter abgezupft
- 0,5 dl heller oder dunkler
Balsamico-Essig
- Salz, Pfeffer

ANTIPASTI

- 100 g schwarze Oliven
- 100 g blaue und weisse Trauben
- 100 g Cherrytomaten
- 50 g Mortadella, in Tranchen
- 50 g Rohschinken, in Tranchen
- 50 g Salami, in feinen Scheiben
- 100 g Sbrinz AOP,
in Stücke gebrochen
- 100 g ganze geröstete Haselnüsse,
z.B. aus dem Piemont
- Ca. 10 Grissini

GEMÜSE Peperoni, Zucchini und Knoblauch im heissen Öl unter Rühren ca. 4 Minuten braten. Zucker und Oregano darüberstreuen, 2 Minuten weiterbraten, bis der Zucker leicht caramelisiert. Mit Essig ablöschen, würzen, abkühlen lassen. Gemüse in Schälchen geben.

ANTIPASTI Oliven und alle restlichen Zutaten auf einer Platte anrichten. Gemüse in Schälchen dazulegen.

TIPP

Für den Apéro simple rechnet man pro Person total 50–100 g, für den Apéro riche 200–250 g





Hackfleisch-Käse-Kranz

FÜR ca. 7 Personen / ca. 14 Stücke

ZUBEREITEN: ca. 70 Minuten

AUFGEHEN LASSEN: ca. 3¼ Stunden

BACKEN: ca. 30 Minuten

1 Ausstechform von ca. 14 cm Ø

Backpapier für das Blech

TEIG

550 g **Halbweissmehl**

¾ EL **Salz**

12 g **Hefe**, zerbröckelt

Ca. 3,25 dl **Wasser**, lauwarm

3 EL **Olivenöl**

FÜLLUNG

400 g **gemischtes Hackfleisch**,
halb Rind, halb Schwein

2–3 EL **Öl zum Braten**

½ TL **Salz, Pfeffer**

1 **Zwiebel**, gehackt

1–2 **Knoblauchzehen**, gepresst

2 EL **Tomatenpüree**

0,5 dl **Fleischbouillon**

2–3 **Tomaten**, entkernt, gewürfelt

1 Bund **glattblättrige Petersilie**,
gehackt

250 g **Mozzarella**, gewürfelt,
50 g davon beiseitegestellt

70 g **Sbrinz AOP**, gerieben

1 **Ei**, verquirlt, zum Bestreichen
Mehl zum Bestäuben

TEIG Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen. Hefe in wenig Wasser anrühren, mit restlichem Wasser und dem Öl hineingießen. Zu einem Teig zusammenfügen und kneten, bis er glatt und geschmeidig ist. Küchenmaschine: ca. 10 Minuten / von Hand: ca. 15 Minuten. Zugedeckt bei Raumtemperatur 2–3 Stunden aufs Doppelte aufgehen lassen.

FÜLLUNG Fleisch im heissen Öl in 2 Portionen anbraten, würzen, herausnehmen. Zwiebel und Knoblauch in Öl andämpfen. Tomatenpüree beifügen und kurz mitdämpfen. Mit Bouillon ablöschen, Fleisch zugeben und zugedeckt 5–10 Minuten garen, abkühlen lassen. Tomaten und Petersilie daruntermischen, abschmecken.

FORMEN Teig auf wenig Mehl 3 mm dick auswallen. Rondellen ausstechen. Ränder mit wenig Ei bestreichen. Je 1 gehäuften Esslöffel Füllung auf die Mitte der Rondellen geben. Je etwas Mozzarella und Sbrinz daraufgeben. Teig zusammenklappen, Ränder gut andrücken und hochkant im Kreis auf das vorbereitete Blech stellen, sodass sich die Krapfen berühren. Zugedeckt nochmals 30–45 Minuten aufgehen lassen. Mit beiseitegestelltem Mozzarella bestreuen, mit Mehl bestäuben.

BACKEN Auf der zweituntersten Rille des auf 200 °C vorgeheizten Ofens ca. 30 Minuten backen. Warm servieren.

Scones mit grünem Hummus

FÜR ca. 25 Stück

ZUBEREITEN: ca. 30 Minuten

BACKEN: ca. 25 Minuten

Backpapier für die Bleche

SCONES

- 400 g Mehl
- $\frac{3}{4}$ TL Salz
- 1 TL Backpulver
- $\frac{1}{3}$ TL Natron
- 200 g vegane Butter oder
Margarine, kalt
- 2,75 dl Sojamilch
- 2 TL Zitronensaft
- 1½ TL Dijon-Senf
- $\frac{1}{2}$ TL Pfeffer aus der Mühle

**Sojamilch zum Bestreichen
schwarzer Pfeffer,**
gemörsert, zum Bestreuen

FÜLLUNG

- 1 Dose Kichererbsen**, ca. 400 g,
abgespült, abgetropft
- 1–2 Knoblauchzehen**
- $\frac{1}{2}$ **Zitrone**, Saft
- $\frac{1}{2}$ TL **Salz**
- $\frac{1}{2}$ TL **Kreuzkümmel**, gemörsert
- 100 g Tahini**
- 0,5 dl Wasser**, eiskalt
- 90 g Jungspinat**, aus dem
Kühlschrank,
30 g beiseitegestellt
- Ca. 200 g kleinere Tomaten**,
in Scheiben
- 2 Handvoll Sprossen-Mix**

SCONES Mehl, Salz, Backpulver und Natron mischen. Vegane Butter beifügen und mit den Händen verreiben, bis die Masse krümelig ist, eine Mulde formen. Sojamilch, Zitronensaft, Senf und Pfeffer verrühren, in die Mulde geben. Rasch zu einem Teig zusammenfügen. Zu glatten Kugeln formen, mit genügend Abstand auf die vorbereiteten Bleche setzen. Mit Sojamilch bestreichen und mit Pfeffer bestreuen.

BACKEN Miteinander im auf 180 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen 20–25 Minuten backen. Herausnehmen, auskühlen lassen.

FÜLLUNG Kichererbsen mit Knoblauch, Zitronensaft, Salz und Kreuzkümmel pürieren. Tahini kurz untermixen. Erst Wasser, dann 60 g Spinat während des Mixens zugeben.

FERTIGSTELLEN Scones horizontal halbieren, mit Hummus, beiseitegestelltem Spinat, Tomaten und Sprossen füllen.

Hochstapler





Chicken-Lollipops

FÜR 15 Stück

ZUBEREITEN: ca. 30 Minuten

KÜHL STELLEN: ca. 1 Stunde

GRILLIEREN: ca. 55 Minuten

Grill

POULET

15 Poulet-Unterschenkel, ca. 1,6 kg

BRINE/SALZLAKE

1 l Wasser, kalt

2 EL Salz

1 TL Zucker

3 EL BBQ-Smoke-Rub-Pulver

HONIG-GLAZE

1 dl BBQ-Sauce,
z.B. Bull's Eye Original

½ EL Essig

1 EL Honig

1 EL Ahornsirup

1 EL Kokosöl

1 EL Butter

½ Limette, Saft ausgepresst

POULET Die Haut der Unterschenkel mitsamt der Sehne knapp unter dem Knochenende bis auf den Knochen durchschneiden. Mit einem Haushaltspapier die Haut fassen und über den dünnen Teil des Knochens abziehen.

BRINE Wasser, Salz und Zucker in einer Schüssel verrühren. Poulet-Unterschenkel hineingeben, zugedeckt ca. 1 Stunde kühl stellen. Herausnehmen, trocken tupfen. Poulet-Unterschenkel im Rub-Pulver wenden.

GRILLIEREN Über mittlerer Glut (150–160 °C) ca. 35 Minuten rundum grillieren, bis eine Kerntemperatur von 68 °C erreicht ist.

HONIG-GLAZE BBQ-Sauce mit den restlichen Zutaten kurz aufkochen. Die Lollis in die Glaze tauchen, bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten fertig grillieren, bis eine Kerntemperatur von 73–75 °C erreicht ist.

TIPPS

- Die Poulet-Unterschenkel können auch mit der Haut grilliert werden.
- Smoke-Rub und BBQ-Sauce gibts in grösseren Lebensmittelgeschäften.

Petersilie-Pizzatarte

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten

AUFGEHEN LASSEN: ca. 45 Minuten

BACKEN: ca. 15 Minuten

TEIG

- 1 Pizzateig, ca. 800 g,
Raumtemperatur

- 1 EL Rapsöl

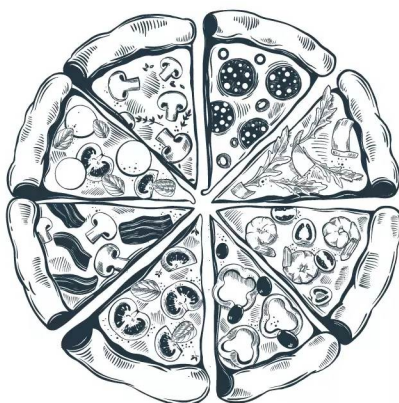
BELAG

- 250 g Ricotta
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- ½ TL Salz
- ½ TL Chiliflocken
- 300 g Mozzarella, in Scheiben
- 60 g Le Gruyère AOP, gerieben
- 60 g Sbrinz AOP, gerieben
- 40 g Haselnüsse, gehackt
- 2 Bund Petersilie
- 2 EL Rapsöl
- 1 Bio-Zitrone, in Schnitzen

TEIG Pizzateig beidseitig mit Öl bestreichen, sorgfältig auf dem Backpapier auf Blechgrösse flach drücken. Zugedeckt 30–45 Minuten aufgehen lassen. Ein Backblech auf der untersten Rille in den Ofen schieben, Ofen auf 250 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

BELAG Ricotta bis und mit Chiliflocken mischen. Mozzarella bis und mit Haselnüssen auf dem Teig verteilen. Teig mitsamt Backpapier auf das heisse Blech ziehen.

BACKEN Auf der untersten Rille im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen. Petersilie darüberzupfen und mit Öl beträufeln. Zitronenschnitze zum Auspressen dazu servieren.



Tarte, Pizza & Co.

Lust auf weitere Apérofreuden zum Teilen? Testen Sie das Digital-Abonnement von le menu 30 Tage lang kostenlos. Auf rezepte.lemenu.ch finden Sie über 6500 Ideen. Alle Rezepte wurden von unserem kulinarischen Team mehrfach getestet.

rezepte.lemenu.ch

Grüne Welle





Pinchos morunos

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 40 Minuten

12 Holzspiesschen

SPIESSLI

- 1 EL Olivenöl
- 1 EL glattblättrige Petersilie, gehackt
- 1 TL Salz
- 1 TL Paprika
- Pfeffer
- 400 g Schweinshals, in Würfeln

MOJO PICÓN

- 50 g Weissbrot, geröstet
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL grobes Meersalz
- 1 TL Paprika
- Wenig Kreuzkümmel
- 2 rote Peperoncini, entkernt, in Stücken
- 1 dl Olivenöl

SPIESSLI Öl und Petersilie mischen, würzen. Fleisch begeben, mischen. Fleischstücke an die Spiesschen stecken.

MOJO PICÓN Brot mit Knoblauch, Salz, Paprika, Kreuzkümmel und Peperoncini im Mörser zu einer Paste zermahlen. Das Öl unter Rühren einarbeiten.

FERTIGSTELLEN Spiesschen in einer Bratpfanne oder über dem Feuer 3–4 Minuten braten. Mit der Mojo servieren.

Champiñones marinados

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

- 500 g kleine Champignons
- 2 EL Olivenöl
- ½ Briefchen Safranpulver
- Salz, Pfeffer
- 0,5 dl Sherryessig
- 1 EL glattblättrige Petersilie, gehackt

ZUBEREITEN Champignons im heissen Öl 2–3 Minuten anbraten. Safran dazugeben, würzen. Mit Essig ablöschen, 2–3 Minuten einköcheln lassen. Mit Petersilie mischen, servieren.

Patatas bravas

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 25 Minuten

BACKEN: ca. 55 Minuten

Backpapier für das Blech

KARTOFFELN

- 1 kg festkochende Kartoffeln,
in Würfeln
- 2 EL Rapsöl
- 2 EL Reismehl
- 1 EL geräucherter Paprika
- 1 TL Salz

KARTOFFELN mit Öl, Reismehl, Paprika und Salz mischen, auf das vorbereitete Blech geben.

BACKEN In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens 50–55 Minuten rösten.

SALSA BRAVA Mayonnaise mit Peperoni und Knoblauch pürieren, würzen.

TIPP

Dazu passt auch Aiolisauce.

SALSA BRAVA

- 100 g Mayonnaise
- 1 Glas in Öl eingelegte rote Peperoni,
ca. 280 g, abgetropft
- ½ Knoblauchzehe
- Salz, Pfeffer



Vamos a las Tapas

Tapas gehören zu Spaniens Apérokultur wie Rioja und Cervezas.

Die Appetit-Häppchen werden in jeder Bar und jeder Bodega kredenzt und bieten eine Geschmacksvielfalt, in der sich Land und Meer spiegeln. Patatas bravas, Aceitunas marinadas (Seite 10), Pinchos morunos (Seite 33) und Boquerones (Seite 37) bezaubern als Solisten genauso wie im Team als Tapas variadas.



Bravo!



Fangfrisch



Boquerones en vinagre

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 15 Minuten

ZIEHEN LASSEN: ca. 3 Stunden

- 300 g kleine Sardellen,**
ohne Kopf, ohne Gräten
- 1 dl Apfelessig**
- 0,25 dl Wasser**
- 1 TL Salz**

- Wenig Olivenöl zum Beträufeln**
- 1 TL glattblättrige Petersilie,** gehackt
- 2 Knoblauchzehen,**
in feinen Scheiben

ZUBEREITEN Sardellen gut mit kaltem Wasser abspülen, flach in einer Auflaufform auslegen. Essig, Wasser und Salz gut verrühren, bis das Salz aufgelöst ist, über die Sardellen verteilen. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 3 Stunden ziehen lassen. Flüssigkeit abgiessen, Sardellen mit kaltem Wasser abspülen, mit Küchenpapier abtupfen. Sardellen anrichten, mit Öl beträufeln. Mit Petersilie und Knoblauch garnieren.

TIPP

Geputzte Sardellen können beim Fischhändler vorbestellt werden.



Glanzstück

Boquerones en vinagre, auf Deutsch Sardellen in Essig, zählen zu den brillantesten Kreationen der spanischen Küche.

Die Zubereitung ist genial einfach. Der Knackpunkt sind die Sardellen, denn diese müssen wirklich frisch sein: die Haut glänzend, der Körper beim Biegen leicht Widerstand leistend. Beim Einlegen wird das Fischfleisch durch die saure Umgebung schön weiss, fest, saftig und wunderbar zart.



Feierabendbier

Im Sommer gibt es nichts Erfrischenderes als ein kühles Bier. Hochgeschätzt als Aperitif ist ein leichtes, klares Bier, das nicht zu intensiv, eher neutral schmeckt, ein gutes Lager oder Pils beispielsweise.

Tipp: Bier und andere Getränke in Flaschen lassen sich rasch in einem Eimer kühlen, gefüllt mit $\frac{1}{3}$ kaltem Wasser, $\frac{2}{3}$ Eis und 1 Tasse Salz.

Drinks

Appetitanregende Drinks und Cocktails sind leicht, frisch, oft bitter und nur dezent süß.

Zu den beliebtesten gehören Spritzer mit Bitterlikör, Schaum- oder Weisswein und evtl. Mineralwasser, z. B. Aperol Spritz oder Hugo. Auch Klassiker wie Cosmopolitan oder Gimlet sind beliebt. Eher ungeeignet als Aperitif sind süsse, cremige und sättigende Cocktails wie Piña colada oder Swimming Pool.



Mocktails

Jeder Cocktail ist auch ein Mocktail. Die meisten Spirituosen gibt es heute als alkoholfreie Kreationen – von Gin bis Wermut. Zudem haben Mocktails alias Virgins längst ihren festen Platz in der Drink-Kultur oder sind gar zu gefeierten Stars in den Bars avanciert. Ein Paradebeispiel dafür ist der Ipanema, Rezept auf Seite 53.



Apéro-Weine

Darfs ein Cüpli sein? Oder lieber ein Glas Weisswein?

Auch Rosés und leichte Rotweine empfehlen sich als Aperitifs. Hauptsache, die Weine beleben die Geschmacksnerven und regen den Appetit an.

Trockene Weine, mit einer erfrischenden Säure und moderatem Alkoholgehalt sind die perfekte Wahl.



Shirley Temple

Für 1 Drink 2 cl Grenadine-sirup und 2 cl Limettensaft in ein vorgängig tiefgekühltes Glas von ca. 3 dl Inhalt geben. Eis bis zum Rand auffüllen. Mit 2 dl kaltem Gingerale aufgiessen und mit 1 Amarena- oder Cocktailkirsche garnieren.

Bloody Mary

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 15 Minuten

Für 4 Gläser von je ca. 3 dl,
vorgängig tiefgekühlt

3 Limetten, heiss abgespült

1 dl Wodka

Eiswürfel

2 dl Tomatensaft

2 dl Gemüsefond

Wenig Tabasco

Wenig Worcestersauce

Salz, Pfeffer

4 Stangen Stangensellerie

ZUBEREITEN Von einer Limette für die Dekoration 4 Schnitze herausschneiden, in die Gläser geben. Restliche Limetten auspressen. Saft mit Wodka verrühren, mit den Eiswürfeln in die Gläser verteilen. Mit Tomatensaft und Fond auffüllen. Je nach Geschmack mit Tabasco, Worcestersauce, Salz und Pfeffer würzen und mit dem Stangensellerie garnieren, kalt servieren.



Campari Amalfi

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

6 Sektgläser von je 2 dl Inhalt,
vorgängig tiefgekühlt

18 Eiswürfel

2,4 dl Campari Bitter, Likör

0,6 dl Grapefruitsaft

6 dl Bitter Lemon

$\frac{1}{2}$ Grapefruit,
in 6 feinen Scheiben

6 Zweige Zitronenthymian

ZUBEREITEN Eiswürfel in die Gläser
geben, Campari und Saft darübergießen.
Mit Bitter Lemon auffüllen. Mit Grapefruit
und Thymian garnieren.

Ewigi Liebi

Cosmopolitan

Für 1 Cocktail: 1 cl Orangenlikör,
1 cl Limettensaft, 3 cl Wodka und
3 cl Cranberrysaft mit ein paar
Eiswürfeln in einen Shaker geben,
gut schütteln. In ein vorgängig
tiefgekühltes Martini-Glas geben,
mit Crushed Ice und Limetten-
scheibe servieren.





Vive la Provence!



Feigen-Lavendel-Smash

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 15 Minuten

GEFRIEREN: über Nacht

ZIEHEN LASSEN: ca. 1 Stunde

Eiswürfelform

**Für 6 Gläser von je ca. 2 dl Inhalt,
vorgängig tiefgekühlt**

- 2,5 dl Kokoswasser**
- Einige Lavendelzweige,**
Blüten abgezupft
- 6 Feigen,** halbiert,
Fruchtfleisch ausgekratzt
- 2 Zitronen,**
ganzer Saft ausgepresst
- 4 EL flüssiger Honig**
- 8 dl Mineralwasser mit
Kohlensäure,** kalt
- 6 Lavendelzweige**

VORBEREITEN Kokoswasser in Eiswürfelform füllen und über Nacht einfrieren.

ZUBEREITEN Lavendelblüten mit den Händen verreiben, mit allen Zutaten bis und mit Honig mischen. Smash 1 Stunde im Kühlschrank ziehen lassen. Eiswürfel in Gläser verteilen, Smash darübersieben, Wasser dazugießen, mit Lavendel verzieren.

TIPP

Wer seinen Smash mit Schuss mag, gibt 2 cl Gin pro Glas bei.



Aromabooster

Das englische Wort «smash» bedeutet «zerdrücken». In der Cocktailkunst steht der Begriff für Drinks mit saisonalen Früchten und/oder Kräutern, die zerstoßen oder eben «gesmashed» werden. Dadurch erhalten die Drinks den ultimativen Aromakick.



Porto Tonic

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

6 Gläser von ca. 3 dl Inhalt,
vorgängig tiefgekühlt

- Einige Eiswürfel
- 3 dl weisser Portwein
- 6 dl Tonic Water, eiskalt
- 1 Bio-Zitrone, in Schnitzen
- Einige Rosmarinzweige

ZUBEREITEN Eiswürfel in die Gläser verteilen, Portwein darübergießen und mit Tonic Water auffüllen. Mit Zitrone und Rosmarin garnieren.

Tinto de Verano

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

Für eine Karaffe von 2 Liter Inhalt,
vorgängig tiefgekühlt

- 7,5 dl spanischer Rotwein, z.B. Rioja
- 3 Orangen, Saft ausgepresst, gesiebt
- 3 dl Mineralwasser mit Kohlensäure, kalt
- ½ Bio-Zitrone, in feinen Scheiben
- 1 Bio-Orange, in feinen Scheiben
- 20 Eiswürfel

ZUBEREITEN Alle Zutaten in die Karaffe geben, mischen.

Südzelig



COCKTAILS

Durchblick



Melonen-Bowle

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 15 Minuten

KÜHL STELLEN: ca. 3 Stunden

- 1 **Melone**, z.B. Cantaloupe, in 2 cm grossen Stücken
- 2 **Limetten**, heiss abgespült, in Scheiben

1 dl **Wodka**

3 dl **Moscato d'Asti**

3 dl **Mineralwasser mit Kohlensäure**, kalt

2 dl **Tonic Water**
Eiswürfel

4 Zweige **Thai-Basilikum**

MELONE und Limetten in einen grossen Krug geben. Wodka bis und mit Tonic darübergiessen. Krug zugedeckt 2–3 Stunden kühl stellen. Kurz vor dem Servieren Eiswürfel und Thai-Basilikum begeben.

TIPP

Anstelle von Wodka kann auch Gin verwendet werden.



Schüssel zum Glück

Ein bisschen wirken Bowlen, wie aus der Zeit gefallen.

Doch weit gefehlt! Die Klassiker aus den 1950er bis 1970er Jahren feiern derzeit ein Comeback. Zu Recht. Mit Saisonfrüchten sind Bowlen ein absoluter Apéro-Hit: chic, erfrischend und prickelnd zugleich.



Sidecar

Für 1 Drink: Glas vorgängig tiefkühlen. Glasrand mit Zitronensaft befeuchten und auf Zucker drücken. Eine Handvoll Eiswürfel mit 60 ml Cognac, 30 ml frischem Zitronensaft und 30 ml Cointreau im Shaker kräftig schütteln. Durch ein Barsieb in das vorbereitete Glas giessen.

Gimlet

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN: ca. 5 Minuten
4 Cocktailschalen à ca. 2 dl,
vorgängig tiefgekühlt
Rührglas, Barsieb

GIMLET

24 cl Gin
16 cl Rose's Lime Juice
Eiswürfel
4 dl Sodawasser

GARNITUR

1 Limette, heiss abgespült,
in feinen Scheiben

GIMLET Gin und Lime Juice mit 4 Eiswürfeln in das Rührglas geben. 6 Sekunden kräftig verrühren und durch ein Barsieb in die Cocktailschalen giessen. Den Drink mit Sodawasser auffüllen.

GARNITUR Gimlet mit Limettenscheiben garnieren.

MOCKTAIL Statt Gin alkoholfreies Gin-Ersatzprodukt verwenden, z.B. «Swiss Highland naturally ONI» der Distillerie Studer. Erhältlich z.B. auf distillery.ch

Bestechend



Brazilian Hipster



Ipanema

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

6 Gläser von je ca. 3 dl Inhalt,
vorgängig tiefgekühlt

Cocktail-Stössel

3 Bio-Limetten, geachtelt

6 TL Rohzucker

Crushed Ice

½ Bund Minzblätter, gezupft

2 Passionsfrüchte,
ausgekratztes Mark

1 l Gingerale

ZUBEREITEN Limetten und Zucker direkt in den Gläsern mit dem Stössel oder dem Ende einer Holzkelle zerdrücken. Gläser mit Crushed Ice halb voll füllen. Etwas Minze und Passionsfruchtmark dazugeben, umrühren. Mit Gingerale auffüllen. Mit restlicher Minze garnieren.



Saúde!

Benannt nach dem hippen Viertel in Rio de Janeiro, genießt der Ipanema Kultstatus. Tatsächlich ist der kleine Bruder des Caipirinha ein Mocktail erster Güte. Die ausgeklügelte Mischung aus Gingerale, Limettensaft, Rohzucker, Passionsfrucht und frischer Minze weckt unweigerlich Feriengefühle.



Trauben-Bowle

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

KÜHL STELLEN: ca. 30 Minuten

- 250 g** weisse Trauben,
halbiert, evtl. entkernt
- 250 g** blaue Trauben,
halbiert, evtl. entkernt
- 2 EL** Puderzucker
- ½ Bund** Verveine
- 1 Liter** heller Traubensaft mit
Kohlensäure, z.B. Perldor
Eiswürfel
- 6** kleine Verveinezweige

ZUBEREITEN Trauben und Puderzucker in einer Schüssel oder in einem grossen Krug mischen, Verveine begeben, zugedeckt 30 Minuten kühl stellen. Traubensaft und Eiswürfel begeben. Bowle in Gläsern anrichten, mit Verveine garnieren.

Erdbeer-Shrub

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten

ZIEHEN LASSEN: über Nacht

KÜHL STELLEN: ca. 30 Minuten

Für 6 Gläser von je 2 dl Inhalt,
vorgängig tiefgekühlt

- 500 g** Erdbeeren, in Stücken
- 200 g** Zucker
- 2 dl** Essig, z.B. Condimento bianco

- 6 dl** Mineralwasser
- Eiswürfel**

ZUBEREITEN Erdbeeren mit Zucker und Essig mischen. Bei Raumtemperatur zugedeckt über Nacht ziehen lassen. Erdbeeren pürieren, durch ein Sieb streichen, 30 Minuten kühl stellen.
FERTIGSTELLEN Erdbeerpüree in die Gläser verteilen, mit Mineralwasser und Eiswürfeln auffüllen, sofort servieren.

Gib ihm Saures



MOCKTAILS

Pink Pearls



Lebanese Fizz

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 5 Minuten

KÜHL STELLEN: ca. 1 Stunde

- 500 g Wassermelone**, entkernt,
in Stücken, ergibt ca. 400 g
- 1 Prise Fleur de Sel**
- 3 Minzzweige**, zerzupft
- Einige Eiswürfel**
- 8 dl Mineralwasser mit Kohlensäure**, kalt
- Wenig Minze**

ZUBEREITEN Wassermelone mit Fleur de Sel pürieren, Minze begeben, zugedeckt ca. 1 Stunde kühl stellen. Fruchtpüree in vorgängig tiefgekühlte Gläser absieben, Eiswürfel begeben, Mineralwasser dazugießen, mit Minze garnieren. Sofort servieren.

TIPPS

- Klassisch wird dieses Getränk mit Arak, ungesüßtem Anisschnaps, serviert.
- Wer mag, ergänzt den Drink mit je 1 cl Arak, Pastis oder Gin pro Glas.



Magische Perlen

Was macht einen Drink «fizzy», also prickelnd? Richtig, Soda oder kohlensäurehaltiges Mineralwasser. Diese adeln Mocktails und Cocktails mit einer subtilen Säure. Gleichzeitig transportieren die aufsteigenden Blöckerli die Aromakomponenten direkt zur Nase. Da sie auch Zunge und Gaumen kitzeln, schwingt bei Fizzes stets ein Hauch von Erotik mit.

Cranberry-Orangen-Tonic

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

Für 6 Gläser von je ca. 2 dl Inhalt,
vorgängig tiefgekühlt

Eiswürfel

2 dl Cranberry-Saft

2 dl Orangensaft

4 dl Tonic Water

1 Bio-Orange, in Scheiben

20 g Cranberrys

ZUBEREITEN Eiswürfel in die Gläser verteilen. Cranberry-Saft, Orangensaft und Tonic Water mischen, über die Eiswürfel giessen. Mit Orangenscheiben und Cranberrys garnieren.

TIPPS

- Wer seinen Drink mit Schuss bevorzugt, fügt pro Glas 2 cl Gin hinzu.
- Wem die Beeren zu sauer sind, kocht sie kurz in 1 dl Wasser und 1 EL Zucker auf.



Schweizer Tonics

Tonics haben ihren festen Platz in der Barkultur. Zum einen leuchten sie dank des in ihnen enthaltenen Chinins unter UV-Licht. Zum andern bieten sich die Bitterlimos nachgerade für Drinks an. Hochwertige Schweizer Tonics gibts z.B. von «Gents», «Swiss Mountain», «Alpinesse», «Kandt», «Noè Mendrisio».





Beerenstark

Cranberry-Cooler

FÜR ca. 2,5 Liter

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

KÜHL STELLEN: ca. 5 Stunden

- 1 **Limette**, Saft
- 2 EL **Rohrzucker oder Akazienhonig**
- 1 **Bund Minze**
- 1 l **Cranberry-Saft**
- 1–1,5 l **Wasser**
- Crushed Ice oder Eiswürfel**
- 1 **Limette**, heiss abgespült, in Schnitzen

ZUBEREITUNG Limettensaft, Rohrzucker oder Akazienhonig und Minze in einen Krug geben. Mit einem Stössel leicht andrücken. Cranberry-Saft dazugießen, 4–5 Stunden kühl stellen. Mit Wasser auffüllen. Crushed Ice und Limette begeben, kühl servieren.

TIPP

Statt Limetten Zitronen verwenden.



Cooler Cranberrys

Wie der Name erahnen lässt, punkten «Cooler» mit Eis, viel Eis. Die aus den USA stammenden Durstlöcher sind echte Frischmacher, mit oder ohne Alkohol. Unser Cranberry-Cooler besticht durch ein reiches Aromabouquet mit herb-säuerlichen und dezent süsslichen Noten. Für den Erwachsenen-Schuss empfiehlt sich deshalb z.B. ein eher geschmacksneutraler Wodka.

Pink-Flamingo-Mocktail

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

6 Cocktail-Gläser von ca. 3 dl,
vorgängig tiefgekühlt

- 500 g Himbeeren,
einige beiseitegelegt
- 2 EL Zucker
- 5,5 dl Orangensaft
- 2 EL Zitronensaft
- 1,5 dl Rahm
- Einige Eiskwürfel
- 6 Lutscher, zum Garnieren

ZUBEREITEN Himbeeren pürieren, durch ein feines Sieb streichen, absieben, mit restlichen Zutaten bis und mit Rahm verrühren. Eis in die Gläser verteilen. Himbeersaft darübergiessen, garnieren.



Lust auf weitere Apéro-Inspirationen?

Die neue le menu App wartet auf spielerische Art mit Hunderten Ideen für den allerfeinsten Apéro auf. Als le menu Abonnent:in hat man Zugriff auf alle Rezepte.

Jetzt gratis herunterladen und inspirieren lassen!

app.lemenu.ch



GENUSSVOLL ANSTOSSEN
**MIT SAFT
UND STIL**



le menu shop

Slow Juicer H320N von Hurom

Lecker, gesund und vitaminreich – die Zubereitung von Säften war noch nie so einfach! Das automatische Entsaftungssystem von Hurom verarbeitet ganze Früchte und Gemüse direkt zu frischem Saft. Fügen Sie die Zutaten im Ganzen hinzu, und sie werden automatisch zerkleinert und verarbeitet. Die Pressschnecke sorgt für eine schonende Entsaftung, während die Einfüllkammer mühelos alles aufnimmt. Bequemer geht's nicht!

CHF 499.– statt CHF 599.–



deep green



grey



matt black

Cocktail Set Inox von Vin Bouquet

Schütteln für den perfekten Genuss! Mit dem Cocktailshaker aus Edelstahl gelingt Ihnen jeder Cocktail zum Apéro mühelos.

CHF 56.–



store.lemenu.ch