

Ziegenkäsetoast mit Blaubeer-Sauce

Zutaten für 4 Personen:

150 g wilde Blaubeeren aus Kanada (tiefgefroren)
50 g Gelierzucker
1/2 -1 kleine rote Chilischote
1/2 Schalotte
4 EL Cumberlandsauce
1 Prise Salz
4 Scheiben Toastbrot
20 g Butter
4 Salatblätter
2 Scheiben Ziegenkäse (z.B. Ziegengouda)
2 kleine, runde Ziegenfrischkäse (z.B. Picandeu)
1 kleine Handvoll Alfalfasprossen



Zubereitung:

1. Tiefgefrorene Blaubeeren mit dem Gelierzucker in einem Topf mischen und etwas auftauen lassen. Chilischote putzen, die Kernchen entfernen und abspülen. Chilischote fein hacken. Schalotte pellen und fein würfeln. Chili und Schalotte zu den Blaubeeren in den Topf geben. Unter Rühren 3 Minuten köcheln lassen. Cumberlandsauce einrühren und mit Salz würzen. Abkühlen lassen.
2. Toastscheiben leicht toasten. Abkühlen lassen, mit Butter bestreichen und mit Salat und Käse belegen. Mit Sprossen bestreuen. Etwas Blaubeer-Dip darauf geben und den Rest extra dazu reichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Nährwertangaben pro Portion:

Energie: 372 kcal / 1088 kJ
Eiweiß: 7,5 g
Fett: 10,9 g
Kohlenhydrate: 32 g

Wild Blueberry Association of North America
Ansprechpartner: mk² gmbh, Maria G. Kraus, Oxfordstraße 24,
D-53111 Bonn, fon: 0228/943 787 – 0,
fax: 0228/ 943 787 – 7, e-mail: info@wildeblaubeeren.de
Fotonachweis: Wilde Blaubeeren aus Kanada
Abdruck honorarfrei
Zwei Belegexemplare erbeten

