

Traubensalat mit Linsensprossen

Für 4 Personen

Zutaten

300 g blaue Trauben
300 g grüne Trauben
1 Stück rote Zwiebel
100 g Linsensprossen
3 EL Balsamessig
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
7 EL Traubenkernöl
4 Stück Kaninchenrückenfilets (a 100 g)
2 EL ÖL
200 g Frühlingszwiebeln

Trauben waschen, halbieren und entkernen. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden, die Zwiebel fein würfeln, Sprossen blanchieren. Essig, Salz, Pfeffer und Traubenkernöl verrühren. Alles mischen und 20 Min. ziehen lassen.
Das Fleisch salzen und pfeffern. Im heißen Öl 6-8 Minuten braten. In Scheiben mit dem Salat servieren.

Salat aus grünem Spargel und Frisee

Für 4 Personen

Zutaten

500 g grüner Spargel
Salz
1 Prise Zucker
1 kleinen Frisee (krause Endivie)
Tomaten
rote Zwiebeln
Rotweinessig
1 Prise Salz
1 TL Senf
1 Prise Pfeffer
Traubenkernöl
Weißbrot

500 g grünen Spargel (nur etwa 5 cm am unteren Ende schälen) in Salzwasser mit einer Prise Zucker knapp 15 Minuten garen. Abtropfen, abkühlen lassen. Einen kleinen Frisee (krause Endivie) zerpflücken, in einer flachen Salatschüssel auslegen. Darauf die Spargelstangen legen. Tomatenscheiben und rote Zwiebelringe dazu legen. Aus Rotweinessig (besonders fein: Himbeeressig), Salz, einem Tl. Senf, Pfeffer und gutem Traubenkernöl eine Salatsauce rühren, darüberträufeln. Wer mag, streut noch angeröstete Weißbrotwürfelchen kurz vor dem Servieren darüber.

Zucchini-Traubenkernöl-Kuchen

Zutaten:

3 Eier
250 g Zucker
1/2 Fläschen Buttervanille
3 Teel. Zimt
100 g Nüsse (gerieben)
1/4 l Traubenkernöl
450 g Zucchini (geraspelt)
300 g Mehl
1/2 Teel. Salz
1 Teel. Natron
1 Teel. Backpulver

Eier und Zucker schaumig rühren, Buttervanille, Öl, Zimt und Nüsse dazugeben; Mehl, Salz, Natron und Backpulver mischen und mit den Zucchini unter die Teigmasse heben. In eine gebutterte Kastenform geben und bei 175 Grad 60 bis 70 Minuten backen.

Gebackene Apfelscheiben

Zutaten:

2 Boskopäpfel
Traubenkernöl,
Zimt und Zucker

Boskopäpfel schälen, Gehäuse entfernen, in Scheiben schneiden. Wenig Traubenkernöl in der Pfanne erhitzen und Apfelscheiben von beiden Seiten darin braten. Mit Zimt und Zucker bestreuen und nach Belieben mit Eis servieren.

Lammfilets mit Bratkartoffel-Rettich-Salat (Johann Lafer, Le Val d' Or, Stromberg)

Zutaten:

250 g Kartoffeln
1 Rettich
ca. 6 EL kaltgepresstes Traubenkernöl

12 Lammfilets
2 Rosmarinzweige
kaltgepresstes Traubenkernöl
2 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer

2 EL Schalottenwürfel
4 EL kaltgepresstes Traubenkernöl
100 ml Fleischbrühe, hell
3 EL Weißweinessig
2 EL Tomatenwürfel
Salz, Pfeffer

6 EL kaltgepresstes Traubenkernöl
verschieden Salate, geputzt

Kartoffeln und Rettich waschen und beides in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln in Öl goldbraun braten und in einer Schüssel mit dem Rettich mischen. Den Backofen auf 130° C vorheizen.

Die Lammfilets in heißem Traubenkernöl zusammen mit den Rosmarinzweigen und den Knoblauchzehen anbraten. Anschließend auf Alufolie legen und im Ofen etwa 8 Minuten garen. Lammfilets herausnehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und warmstellen.

Die Schalottenwürfel in Traubenkernöl anschwitzen, mit der Brühe und dem Essig ablöschen. Die Tomatenwürfel begeben und die Marinade mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Marinade über den Kartoffel-Rettich-Salat gießen, vorsichtig mischen und diesen mit Traubenkernöl nachschmecken, anrichten. Den Teller mit verschiedenen Salaten dekorieren, die Lammfilets durchschneiden und auf den Bratkartoffel-Rettich-Salat legen.

Gourmetsauce aus Traubenkernöl mit geräucherter Forelle

Zutaten:

0,1 Liter kaltgepresstes Traubenkernöl
1 TL Senf
1 Eigelb
1 Spritzer Zitrone
1 Spritzer Worcester
Salz, Pfeffer
1 Spritzer trockener Sherry

Das Eigelb mit Senf und Traubenkernöl im Mixer aufmantieren. Langsam alle anderen Zutaten zugeben. Das geräucherte Forellenfilet im Ofen bei 150 °C etwa 4 Minuten erwärmen. Die Sauce auf den Teller geben, das Forellenfilet in die Mitte postieren und mit Kerbel und halben Trauben dekorieren