

Doris Muliar

# Sommergerichte aus dem Thermomix®

Über 100 leichte Rezeptideen von Gemüsesuppen bis Obstkuchen

Tragen Sie sich jetzt unter  
[www.m-vg.de/thermomix](http://www.m-vg.de/thermomix) für unseren  
Newsletter ein und erhalten Sie zu  
neuen Veröffentlichungen Leseproben  
und kostenlose Rezepte!

**riva**

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	<b>7</b>
<b>Zehn Punkte für Ihre Sicherheit</b> .....	<b>8</b>
<b>Zum Umgang mit diesem Buch</b> .....	<b>10</b>
<b>Obst, Gemüse und Kräuter im Sommer</b> .....	<b>12</b>
<b>Rezepte</b> .....	<b>31</b>
Frozen Yogurt und eiskalte Smoothies .....	32
<i>Frozen Yogurt pur</i> .....	33
<i>Kokosjoghurt mit Beersauce</i> .....	34
<i>Kakaojoghurt mit Schoko-Cookies</i> .....	35
<i>Frozen Erdbeeryogurt mit Cookies</i> .....	36
<i>Gefrorener Wassermelonenjoghurt</i> .....	37
<i>Joghurt-Terrine mit heißer Beersauce</i> .....	38
<i>Frozen Yogurt mit Brombeeren</i> .....	39
<i>Wassermelone mit Erdbeeren und Ingwer</i> .....	40
<i>Johannisbeeren mit Mandeln und Minze</i> .....	41
<i>Spinat-Apfel-Smoothie</i> .....	42
<i>Fenchel-Apfel-Smoothie</i> .....	43
Marmelade und Kompott .....	44
<i>Himbeer-Marmelade mit Vanille</i> .....	45
<i>Kirschen-Marmelade mit Himbeeren und Johannisbeeren</i> .....	46
<i>Heidelbeer-Marmelade</i> .....	47
<i>Aprikosen-Marmelade mit Lavendelblüten</i> .....	48
<i>Tomaten-Marmelade</i> .....	50

<i>Holunderblüten-Gelee</i> .....	51
<i>Mirabellenkompott mit Minze</i> .....	52
<i>Beerenkompott</i> .....	53
<i>Stachelbeerkompott mit Sahnehaube</i> .....	54
Dressings für Sommersalate .....	56
<i>Salatmayonnaise vegan</i> .....	57
<i>Zitronen-Rosmarin-Dressing</i> .....	58
<i>Salatmayonnaise mit Reisessig und Chilipulver</i> .....	60
<i>Honig-Safran-Dressing mit Senf</i> .....	61
<i>Caesar's Dressing (für gemischten Salat)</i> .....	62
<i>Thousand-Islands-Dressing</i> .....	64
<i>Avocado-Dressing</i> .....	66
<i>Zwiebel-Dressing zu grünem Salat</i> .....	67
<i>Joghurt-Koriander-Sauce mit Ingwer</i> .....	68
<i>Beerensalat mit Himbeer-Dressing</i> .....	70
<i>Blauschimmelkäse-Sauce</i> .....	71
<i>Garnelen-Mayonnaise</i> .....	72
Chutneys und Saucen für die Grillparty .....	74
<i>Basilikum-Salsa</i> .....	75
<i>Tomaten süß-sauer und scharf</i> .....	76
<i>Minze-Chutney</i> .....	78
<i>Ajvar</i> .....	80
<i>Hummus</i> .....	81
<i>Stachelbeer-Chutney mit scharfem Senf</i> .....	82
<i>Chimichurri</i> .....	84
<i>Weinbergpfirsich-Chutney</i> .....	86
<i>Auberginensauce</i> .....	88
Kalte Suppen .....	90
<i>Kalte Erbsensuppe mit Wasabi</i> .....	91
<i>Gurken-Joghurt-Suppe mit Radieschen und Ei</i> .....	92
<i>Gurken-Kokosmilch-Suppe</i> .....	94
<i>Grüne Radieschen-Suppe</i> .....	95
<i>Paprika-Gazpacho</i> .....	96
<i>Spargel-Gazpacho</i> .....	98
<i>Wassermelonen-Gazpacho</i> .....	100
<i>Melonensuppe mit Minze</i> .....	101

<i>Gurken-Sahne-Suppe mit Mozzarella und getrockneten Tomaten</i> .....	102
<i>Kartoffelcremesuppe mit Kresse</i> .....	104
<i>Paprika-Suppendrink</i> .....	105
<i>Orangensuppe mit Möhren</i> .....	106
<i>Avocado-Gazpacho</i> .....	108
<b>Leichte Sommersuppen</b> .....	110
<i>Klare Zucchinisuppe</i> .....	111
<i>Tomatensuppe mit Bohnen und Basilikum</i> .....	112
<i>Sommerlauch-Suppe</i> .....	114
<i>Fenchelsuppe mit Kartoffeln</i> .....	115
<i>Radieschensuppe</i> .....	116
<i>Bunte Gemüsesuppe mit Cannellinibohnen</i> .....	118
<i>Klare Tomatensuppe</i> .....	119
<i>Gemüsesuppe mit Putenbällchen</i> .....	120
<i>Fenchelsuppe mit Orange</i> .....	122
<i>Selleriesuppe mit Apfel</i> .....	123
<i>Suppe mit jungen Salatblättern</i> .....	124
<b>Sommergemüse</b> .....	126
<i>Penne mit grünem Sommergemüse</i> .....	127
<i>Ratatouille</i> .....	128
<i>Caponata</i> .....	130
<i>Peperonata</i> .....	132
<i>Letscho</i> .....	134
<i>Zucchini-Flammkuchen mit Nüssen</i> .....	135
<i>Kabeljau mit Paprika im Pergamentpapier</i> .....	136
<i>Lauwarmer Malfadine-Spinat-Salat mit Sylter Dressing</i> .....	138
<i>Sellerie-Risotto</i> .....	140
<i>Grüner Risotto</i> .....	142
<i>Gedünsteter Fenchel mit Macadamiasauce</i> .....	144
<i>Fenchel mit roten Linsen</i> .....	146
<i>Gedämpfter Fisch mit Couscous und grünen Bohnen</i> .....	148
<i>Mangold mit Zitronenöl</i> .....	150
<b>Picknick</b> .....	152
<i>Lachs-Paté</i> .....	153
<i>Taboulé</i> .....	154
<i>Quinoa-Salat</i> .....	156

<i>Geflügelleberwurst im Glas</i> .....	158
<i>Ratatouille-Rohkost</i> .....	159
<i>Hähnchen-Terrine mit Paprika</i> .....	160
<i>Bohnencreme mit Salat</i> .....	162
<i>Tiramisu im Glas</i> .....	164
<i>Käsekuchen im Glas mit Kirschkompott</i> .....	166
Sommerkuchen .....	168
<i>Kirschen-Clafoutis</i> .....	169
<i>Amarettini-Cheesecake mit Sommerbeeren</i> .....	170
<i>Streuselkuchen mit Erdbeeren</i> .....	172
<i>Schokotorte mit Beeren ohne Backen</i> .....	173
<i>Profiteroles mit Himbeerfüllung</i> .....	174
<i>Pfirsich-Tarte</i> .....	176
<i>Cremetorte mit Beeren ohne Backen</i> .....	178
<i>Baiser-Torte »Pavlova« mit Beeren</i> .....	179
<i>Zitronentorte mit und ohne Backen</i> .....	180
<i>Aprikosen-Tarte</i> .....	182
Sorbets und Eis .....	184
<i>Erdbeer-Softeis</i> .....	185
<i>Sommerbeeren-Eis</i> .....	186
<i>Pistazieneis mit Minze</i> .....	187
<i>Semifreddo mit Himbeeren und Pistazien</i> .....	188
<i>Matcha-Eis mit Minze</i> .....	189
<i>Melonen-Sorbet</i> .....	190
<i>Vanilleeis mit Schwarzen Johannisbeeren</i> .....	191
Mousse und Cremes .....	192
<i>Joghurt-Heidelbeer-Mousse</i> .....	193
<i>Reiscreme mit Roter Grütze</i> .....	194
<i>Reiscreme mit Kardamom-Erdbeeren</i> .....	196
<i>Buttermilch-Mousse mit Löffelbiskuits und Beeren</i> .....	197
<i>Nektarinencreme mit Nüssen</i> .....	198
<i>Zabaglione mit Früchten</i> .....	199
<i>Tiramisu mit Beeren und Kokos</i> .....	200
<i>Panna Cotta mit Beerenpüree</i> .....	202
<b>Rezeptregister</b> .....	<b>204</b>