

60 g Delikatess-Mayonnaise (80 % Fett)
8 Anchovis-Filets (Glas oder Dose)
1 Prise Zucker
1-2 EL Olivenöl

TAPENADE

3-4 Stängel Thymian
2 getrocknete Tomaten
1 Knoblauchzehe
120 g grüne Oliven ohne Stein
½ TL Dijon-Senf
1 TL Kapern (Glas)
etwa 75 ml Olivenöl
etwa 1 TL Honig

1 FÜR DEN FLADEN Hefe zerbröckeln und in 300-330 ml lauwarmen Wasser auflösen. Mit allen Mehlsorten, 2 EL Olivenöl und 1 gute Prise Salz mit den Knethaken in der Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort mindestens 1 Stunde gehen lassen, bis der Teig sein Volumen verdoppelt hat.

2 Den Backofen auf 200 Grad, Umluft 180 Grad, Gas Stufe 4 vorheizen.

3 DIE ZWIEBELN (ungeschält) tief einschneiden und je 1 Lorbeerblatt in den Einschnitt stecken. Zwiebeln, Knoblauch, Kräutern der Provence, Salz und 1-2 EL Olivenöl in einer kleinen ofenfesten Form mischen. Im heißen Ofen auf der 2. Schiene von unten etwa 45-60 Minuten backen.

4 Aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Die Zwiebelschale und die äußere Zwiebelschicht abziehen, Lorbeerblätter entfernen. Knoblauchzehen aus der Schale drücken. Zwiebeln, Knoblauch und das restliche Olivenöl in einen hohen Rührbecher geben und kurz mit dem Stabmixer anpürieren. Mit Salz, Pfeffer und Safran abschmecken.

5 FÜR DIE ANCHOVIS-SOSSE Joghurt, Senf, Mayonnaise, abgespülte Anchovis und Zucker in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit

Salz, Pfeffer und Olivenöl abschmecken. Zugedeckt kalt stellen.

6 FÜR DIE TAPENADE Thymian abspülen, trocknen, die Blätter abzupfen. Tomaten grob schneiden. Knoblauch schälen. Zutaten für die Tapenade in einen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer pürieren. Mit Salz und Honig abschmecken. Kalt stellen.

7 Den Rosmarin für den Fladen abspülen, trocken schüteln, Nadeln abzupfen und grob schneiden. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche kurz kneten, dann ½ cm dick ausrollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Teig mit einer Gabel mehrfach einstechen und mit 2 EL Olivenöl bestreichen, etwas grobes Meersalz und Rosmarin darauf streuen.

8 Im vorgeheizten Backofen auf der 2. Schiene von unten etwa 20-25 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen, in Stücke schneiden und zu den 3 Soßen servieren.

OHNE WARTZEIT FERTIG IN 2 Stunden
PRO PORTION ca. 835 kcal, E 17 g, F 53 g, KH 74 g

Tipp Die Idee war eine Pissaladière, also die provençalische Pizza belegt mit gedünsteten Zwiebeln, Anchovis und Oliven.



Foto Seite 148

GEMÜSEAUFLAUF MIT ENTENBRUST

4 Portionen

GEMÜSEAUFLAUF
500 g weiße Zwiebeln
etwa 8 EL Olivenöl

½ TL Fenchelsaat
1 Kapsel Safranfäden (0,1 g)
2 EL Pastis (Anisschnaps)
Salz, frisch gemahlener Pfeffer
600 g rote Paprika
150 g Tomaten
1 TL Tomatenmark
Zucker
1 Aubergine (350 g)
1 Zucchini (250 g)
1 Zweig Rosmarin
50 g Baguette (vom Vortag)
2 Stiele Oregano

ENTENBRUST

2-3 Entenbrüste à 220 g (am besten Bio)
2 Lorbeerblätter
1 kleiner Zweig Rosmarin
1 Bio-Orange

1 FÜR DEN GEMÜSEAUFLAUF Zwiebeln abziehen und in feine Streifen schneiden. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Fenchelsaat darin 15 Minuten weich dünsten. Dabei 50 ml Wasser dazugeben. Safranfäden im Pastis einweichen, in den letzten 5 Minuten zu den Zwiebeln geben und mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln in einer Auflaufform verteilen.

2 Paprika vierteln, putzen, abspülen und in 2-3 cm große Stücke schneiden. In einer Pfanne in 2 EL Öl etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Tomaten abspülen und klein schneiden, dabei den Stielansatz entfernen. Nach 5 Minuten das Tomatenmark in die Pfanne rühren. Tomatenstücke und 50 ml Wasser ebenfalls dazugeben und alles weich garen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen.

3 Den Backofen auf 200 Grad, Umluft 180 Grad, Gas Stufe 4 vorheizen.

4 Aubergine putzen, abspülen, längs in 1 cm dicke Scheiben schneiden, von beiden Seiten salzen und 15 Minuten ziehen lassen. Zucchini putzen, abspülen, längs in dünne Scheiben schneiden, salzen und pfeffern. In einer Pfanne 1-2 EL Öl erhitzen, Zucchini-

scheiben darin von beiden Seiten 2 Minuten braten. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

5 1-2 EL Öl in der Pfanne erhitzen, Rosmarin dazugeben und die Auberginenscheiben darin bei starker Hitze von beiden Seiten 3-4 Minuten braten. Mit Pfeffer würzen, auf Küchenkrepp kurz abtropfen lassen und auf den Zwiebeln in der Form verteilen. Darauf die Paprika und zuletzt die Zucchini schichten.

6 Baguette grob schneiden. Oregano abspülen, trocknen, Blättchen abzupfen. Beides im Blitzhacker grob zerkleinern und auf die Zucchini bröseln. Auflauf im heißen Ofen auf der 2. Schiene von unten etwa 30 Minuten backen.

7 Aus dem Ofen nehmen, 10 Minuten stehen lassen und heiß oder lauwarm servieren.

8 Die Backofentemperatur auf 160 Grad, Umluft 140 Grad, Gas Stufe 2 herunterschalten.

9 FÜR DIE ENTENBRUST das Fleisch abspülen und trocken tupfen. Die Haut mit einem scharfen Messer mehrmals einschneiden, das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter abspülen, trocken schüteln und die abgezupften Rosmarinnadeln hacken. Orange heiß abspülen und in etwas dickere Scheiben schneiden.

10 Die Entenbrüste mit der Hautseite in eine kalte Pfanne legen, langsam erhitzen und anbraten. Entenbrust wenden, Kräuter und Orangenscheiben dazugeben und die Pfanne in den heißen Backofen stellen. Entenbrust etwa 12-15 Minuten garen. Dann herausnehmen und noch etwa 5 Minuten in der Pfanne ruhen lassen.

FERTIG IN 1 Stunde 20 Minuten
PRO PORTION ca. 505 kcal, E 28 g, F 31 g, KH 25 g
DAZU Baguette

Tipp Statt Entenbrust können Sie den Auflauf auch mit gebratenem Fisch, Meeresfrüchten oder vegetarisch mit Ziegenkäse servieren.

DREI FEINE WEINE aus der Provence

Bei Cassis liegt das Château de Roquefort, dessen charaktervolle Bio-Weine typisch für die Region sind, in der die Reben viel Sonne abbekommen, aber auch den kalten Mistral-Wind. **Exklusiv zum Bestellen im BRIGITTE-Weinpaket**



1. Die aromatische, trockene **Weißwein-Cuvée „LES GENETS“** bringt den Sommer ins Glas. Winzer Raimond De Villeneuve verwendet dafür zwei heimische Rebsorten, Vermentino- und Clairette-Trauben, die von Hand verlesen und schonend verarbeitet werden. Dieser kraftvolle und in bestem Sinne bodenständige Wein ist nicht nur zum Salade niçoise ein toller Begleiter (S. xxx).

2. „CORAIL“ leuchtet mit orangen Reflexen – eine typische Farbe für die Roséweine aus der Provence. Dieser hier beeindruckt mit Frische, Klarheit und Körper, was er dem virtuoseren Zusammenspiel der Rebsorten Grenache, Cinsault und Syrah verdankt. Und vielleicht liegt es ja an seiner angenehm würzigen Note gibt, dass diesen Rosé auch Männer gern trinken – zum Beispiel zur Terrine provençal (S. xxx).

3. „GUEULE DE LOUP“ ist eine kernige Cuvée aus Grenache, Cabernet und Merlot. Ein ehrlicher, roter Landwein, der perfekt zur traditionellen provenzalischen Küche passt. Hier wird nichts glatt gebügelt: die Tannine (Gerbstoffe) sind deutlich spürbar, was dem erdigen „Löwenmaul“ (so die deutsche Übersetzung) seinen Charakter verleiht. Genießen Sie ihn zum Beispiel zu unserem Lamm (S. xxx).

Das Weinpaket erhalten Sie zum **BRIGITTE-Sonderpreis von 39 Euro, 6 Flaschen (je Wein 2 Flaschen) für 78 Euro (inkl. Versand)** bei: **K & U – Die Weinhalle**, Tel. 09 11/52 51 53, www.weinhalle.de/brigitte oder per Mail an info@weinhalle.de

INFO

Geschmack ist
Teamwork: etwa
80 % werden über
Geruch vermittelt.
Test: beim Trinken
Nase zuhalten