

## Antipasti-Variationen

### Kohlrabischeiben mit Himbeere Vinaigrette

Aus Himbeeressig, Walnuss Öl, Waldhonig, Salz und schw. Pfeffer eine Marinade herstellen. Die Kohlrabi schälen und in Scheiben schneiden, die Marinade darüber geben und ca. 15 min. im Backofen garen lassen. Abkühlen lassen und mit Kresse garnieren.

### Auberginen in Aceto Balsamico

Aus Aceto Balsamico, Olivenöl, Waldhonig, Salz, schw. Pfeffer, Chili Zitronensaft und Knoblauch eine Marinade herstellen. Auberginen in Scheiben schneiden und mit der Marinade vermengen. Ca 15 min. in den Backofen. Fertig.

### Dicke Bohnen mit Tomate und Chili

Dicke Bohnen putzen, in Gemüsebrühe ca 5 min. garen. Abschütten, Knoblauch, rote Zwiebeln und Chili in Olivenöle glasig anschwitzen. Tomaten in Stücke dazu geben, mit Salz, schw. Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und alles auf kl. Flamme 15 min. köcheln lassen. Abkühlen lassen und zum Schluss gehackten Koriander drüber Geben.

**Ein Rezept von Andy Niewerth, [www.mobilfood.net](http://www.mobilfood.net)**