

Blumentöpfe mit Pumpernickel, Kräuterfrischkäse und Babygemüse



Zutaten für sechs Portionen:

250 g Pumpernickel
200 g Kräuterfrischkäse
6 Minikarotten
3 Cornichons
3 eingelegte Minimaiskolben
6 Stücke eingelegter dünner Spargel (optional)
6 größere Blätter Rucola
6-12 Princessbohnen

Besondere Hilfsmittel:

kleine Blumentöpfe aus Ton
Blitzhacker

1. Blumentöpfe waschen und in kochendem Wasser für 5 Minuten desinfizieren, dann abkühlen lassen und gut abtrocknen. Haben die Töpfe Löcher im Boden, bedeckt man sie mit einem kleinem Stück Backpapier.

2. Bei den Minikarotten die Enden abschneiden und in 5-6 cm große Stücke schneiden und längs halbieren. Ca. 5 min in Salzwasser blanchieren. Bei den Bohnen die Enden abschneiden und ebenfalls ca. 7 min blanchieren. Danach mit kaltem Wasser den Garprozess stoppen.

3. Minimaiskolben halbieren und falls nötig etwas einkürzen. Cornichons

längs halbieren. Eingelegten Spargel in gefällige Stücke schneiden, ca. 8-10 cm. Rucolablätter waschen und trocknen.

4. Pumpernickel im Blitzhacker zerkrümeln (nicht zu lange). Leicht salzen und pfeffern, mit dem Frischkäse vermengen - das ergibt die „Erde“.

5. Die „Erde“ in die Blumentöpfe locker verteilen. Das Gemüse und die anderen Zutaten in die „Erde“ stecken und mit Rucola dekorieren.

Hinweise:

Dieses Arrangement wurde angeregt durch Manuel Greindl Catering im Juni 2025 auf einem großen Geburtstagsfest. Das Bild zeigt die dortige Realisierung, die großen Anklang fand.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 25 min, Gesamtzeit ca. 60 min, Vorspeisen, kleine Gerichte, vegetarisch, deutsch

Rezept und Foto: Walter
Stand 09.08.2025