



Rezepte, die nicht nur Spanier begeistern!

- „Tapas“ (Vorspeise):** Artischocken mit würziger Marinade
Kichererbsen mit Thunfisch
Spanisches „Olivenfeuer“
- Hauptgericht:** Spanische Gemüsepfanne
Cremige Artischockensuppe
- Dessert:** Melonen-Crêpes

Alle Rezepte gelten – falls nicht anders angegeben – für 4 Personen.

Weitere Informationen/Rezepte: www.iberorila.de

5. Auflage

RILA Feinkost-Importe
Spezialist für Ländersortimente
32351 Stemwede-Levern
e-mail: kontakt@rila.de



Die **fettgedruckten** Zutaten finden Sie im Länderfeinkost-Regal unter der Marke **Ibero**.

Zusätzlich benötigte Produkte sind in normaler Schriftgröße aufgeführt.

Artischocken mit würziger Marinade

Zutaten:

- 1 Dose **IBERO Artischockenherzen** (425 ml)
- 4 EL **IBERO Natives Olivenöl extra**
- 2 EL Sherry-Essig
- 2 EL frischgepresster Orangensaft
- 2 EL in Röllchen geschnittener Schnittlauch
- 1 EL feingehackte Zwiebel
- 1 EL feingeschnittene rote Paprika

Zubereitung:

Artischocken abtropfen lassen, vierteln.

Aus allen Zutaten eine Marinade herstellen und über die Artischockenherzen gießen.



Kichererbsen mit Thunfisch

Zutaten:

2 Dosen **IBERO Kichererbsen**
½ Glas **IBERO Kapern**, 35 ml
1 Dose **IBERO Thunfisch**
4 EL **IBERO Natives Olivenöl extra**
4 EL Weinessig mit Estragon
1 mittelgroße Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 rote Paprikaschote
1 kleine Zucchini
½ Bund Petersilie
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Kichererbsen abtropfen lassen. Ein Marinade aus Öl, Essig, Salz und Pfeffer herstellen und über die abgetropften Kichererbsen gießen.

Die Zwiebel schälen und würfeln. Die Knoblauchzehen schälen und durch die Knoblauchpresse drücken. Die Zucchini und die Paprikaschote puten, waschen, vierteln und in Streifen schneiden. Den Thunfisch abtropfen lassen und in Stücke zerpfücken. Alles zusammen mit den Kapern unter die Kichererbsen rühren. Die Petersilie waschen, hacken und über den Salat streuen.



Spanisches „Olivenfeuer“

Zutaten:

4 EL **IBERO Natives Olivenöl extra**
1 Glas **IBERO Schwarze Oliven, 156 ml**
1 Glas **IBERO Grüne Oliven mit Sardellenpsate, 156 ml**
1 Glas **IBERO Grüne Oliven mit Piri-Piri**
3 EL Weißwein-Essig mit Knoblauch
Rosmarinpulver
¼ Zitrone, unbehandelt

Zubereitung:

Olivenöl und Essig miteinander verrühren. Die abgetropften Oliven mit der Marinade mischen. Mit Rosmarinpulver würzen und mit der ausgehöhlen, in Streifen geschnittenen Zitronenschale garnieren.



Spanische Gemüsepfanne

Zutaten:

1 Dose **IBERO geschälte Tomaten**, 850 ml
4 EL **IBERO Natives Olivenöl extra**
1 Glas **IBERO Grüne Oliven mit Paprikapaste**, 156 ml
100 g **geräucherter Schinken**
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 Zucchini
1 Aubergine
je 1 rote und grüne Paprikaschote
Salz, Pfeffer, Basilikum

Zubereitung:

Den Schinken würfeln und im heißen Olivenöl auslassen. Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden, Knoblauchzehen schälen und durch die Knoblauchpresse drücken. Zucchini würfeln, Paprika und Aubergine putzen, waschen und in Stücke schneiden. Das Gemüse in die Pfanne geben, bei niedriger Temperatur unter häufigem Rühren ca. 10 Min. andünsten. Die Tomaten mit einer Gabel zerdrücken und zusammen mit der Flüssigkeit zu dem Gemüse geben.

Weitere 30 Minuten garen. Die abgetropften Oliven dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Basilikum abschmecken.

Schmeckt warm oder kalt.

Dazu Weißbrot servieren.



Artischockensuppe

Zutaten:

2 Dosen **IBERO Artischockenstücke (meat)**, 425 ml
1 TL **IBERO Kapern**
50 g Butter
2 EL Mehl
1 Knoblauchzehe
¼ l Brühe
0,2 l süße Sahne
1 Bund Petersilie,
50 g Zwiebeln
Salz, Pfeffer,
30 g Mandelblättchen

Zubereitung:

Artischockenstücke mit der Aufgußflüssigkeit pürieren. Das Mehl in der Butter hell ausschwitzen, die feingehackte Petersilie und die durchgepreßte Knoblauchzehe dazugeben mit ¼ l kalter Brühe und dem Artischockenpüree aufgießen. Salzen, pfeffern und die ganzen Zwiebeln hineingeben und 20 Minuten kochen lassen. Danach die Zwiebeln herausnehmen. Die Sahne unterrühren, die Mandelblättchen und die Kapern hinzufügen und nochmals ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Schmeckt warm oder kalt.
Dazu Weißbrot servieren.



Melonen-Crêpes

Zutaten:

Für den Teig:

150 g Mehl

¼ l Milch

2 Eier

1 Prise Salz

Fett zum Ausbacken

Für die Füllung:

2 Dosen IBERO Melonenbällchen

2 cl Sherry

0,2 l Sahne

Schokoladenstreusel

Zubereitung:

Mehl in eine Schüssel sieben, mit Milch, Eiern und Salz zu einem dünnflüssigen Teig verrühren.

15 Minuten ruhen lassen. Fett schmelzen, nacheinander 8 dünne Crêpes backen und warmstellen.

Melonenbällchen abtropfen lassen. Die Sahne mit dem Sherry steifschlagen. Die Melonenbällchen auf die Crêpes verteilen und aufrollen.

Die Crêpes mit Schlagsahne und Schokostreuseln servieren.

Buen provecho!