

BUNTE

Die 24-Stunden-Diät

Zwei Kilo weniger!
Hart, aber
es geht

Nr. 35 22. 8. 2013
€ 3,20 www.bunte.de

**Caroline
von Monaco**
Im Auto
ausgeraubt

**Kate &
William**

**So süß ist unser
kleiner George**

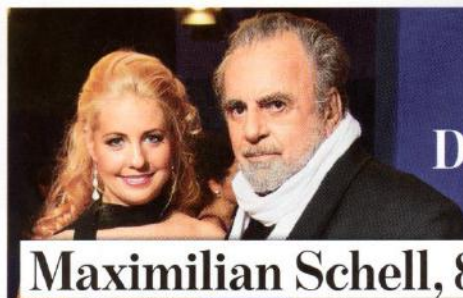
Erstmals ließ sich das Thronfolger-Paar mit seinem Sohn
fotografieren – ein Schnappschuss von Opa



Mabel mit
den Töchtern
Zaria, 7 (l.),
und Luana, 8,
bei der
Beerdigung

**Mabels
Schicksal
rührt
die Welt**

**Die Witwe von
Prinz Friso**



Maximilian Schell, 82

**Hochzeit!
Die Braut ist
47 Jahre
jünger**



Asterreich € 3,50 - Schweiz sfr. 6,30 - Benelux € 3,70 - Frankreich € 4,40 - Italien € 4,40 - Portugal (Cont.) € 4,40 - Spanien € 4,40 - Kanaren € 4,60 - Griechenland € 4,80 - Finnland € 5,50 - Dänemark dkr. 34 - Norwegen 48,- NOK - Slowenien € 4,40 - Ungarn Ft. 1390 - Slowakei € 4,40

GESCHIRR-TRENDS

BAUCHIG
Mundgeblasenes
Burgunderglas, Serie Q1
von Ståle, ca. 24 €

MENAGERIE
Tiere als Mes-
serbänkchen,
Sieger by
Fürstenberg,
Artedona,
ca. 70 €

WÜRZIG
Salz-Pfeffer-
Garnitur
„Monaco“,
Seltmann
Weiden,
ca. 15 €

SILBERGLANZ
Besteck „Fächer“
von WMF, 30 Teile
ca. 1980 €

ELEGANT
Leinentisch-
wäsche „Uni“,
6er-Set von
Artedona,
ca. 160 €

KLASSISCH
Speise-Set „Schwanen-
dessin“, Meissen,
6 Teile, ca. 310 €



DAS
DRESSING
MACHT'S
Pfirsich-
salat mit
Scampi

Mein absolutes SALAT-Highlight

Meine amerikanischen Kochkollegen sprechen immer vom „Rabbit Shack“, vom Kaninchenstall, wenn sich Models oder solche, die es glauben zu sein, unentwegt von Salat ernähren. Die Damen mit den dicken Lippen und den dünnen Taillen schwören 365 Tage im Jahr auf das herrliche Gemüse mit minimalistischen Beilagen. Aber auch ich gebe zu, dass mir bei sommerlichen Temperaturen Salate in allen Variationen Spaß machen und durchaus ein vollwertiges Gericht darstellen können. Ob kalt, lauwarm, geschmort oder gegrillt, ob mit Geflügel, Fleisch, Fisch, Gemüse, Früchten, Reis, Couscous – der Experimentierfreude am Herd sind keine Grenzen gesetzt. Ihr Mut ist das einzige Limit.

Als Salatliebhaber schwärme ich von einem an der Côte d'Azur entdeckten Salat von grünen Papayas ebenso wie von einem Tomaten- oder einem Melonensalat mit

Tomatensorbet. Gerade ein Sorbet gibt dem sommerlichen Salat den letzten Kick.

An geschmacklicher Intensität sind die hochkonzentrierten, rein grünen Salate nicht zu überbieten: Probieren Sie eine kleine Portion Kräutersalat aus Dill, Petersilie,

Minze, Korb, Estragon und Salbei zu gegrilltem Lammkotelett, einem knusprigen Brathuhn oder gedämpftem Fisch. Da brauchen Sie kein Hohepriester des Geschmacks zu sein, um festzustellen, dass der eigentliche Nebendarsteller die Hauptrolle spielt.

Der absolute Renner für mich ist dieser Tage ein Salat von Kaisergranat (Scampi) und Weinbergpfirsichen (s. Rezept). Der Tellerpfirsich, auch als Paraguay-Pfirsich im Handel, stellt eine perfekte Alternative dar. Das Dressing ist der wesentliche Bestandteil dieses Salats. Und da kann ich Ihnen nur die alte Weisheit mitgeben: Verwende Essig wie ein Bettler und das Öl wie ein Fürst.



WITZIGMANN'S
WOCHE

SALAT VON PFIRSICH UND SCAMPI

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

DRESSING:

Saft von 1/2 Orange • 8 Rosmarinnadeln • 4 EL Olivenöl • 1 Prise Zucker • Salz, Pfeffer

SALAT:

4 Kaisergranat (Scampi) • 2 gelbe Tomaten • 1 Weinbergpfirsich • 4 Orangenfilets • 100 g Römersalat-, Frisée- und Rucolablätter • einige Basilikumblätter • 2 Kirschtomaten • 2 EL Olivenöl • 2 EL Parmesanspäne • 4–6 geputzte Pfifferlinge • grobes Meersalz

ZUBEREITUNG

1 Scampischwänze ausbrechen, am Rücken aufschneiden, Darm entfernen. Kühl stellen. Salatblätter waschen, trocknen.

Tomaten und Pfirsich in Salzwasser blanchieren, Pfirsich in Spalten schneiden.

2 Zutaten für das Dressing im Mixer eine Minute aufschlagen. 20 Min. ziehen lassen, durch ein Sieb passieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Scampi salzen und pfeffern, in Olivenöl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten eine Minute anbraten. Pfifferlinge mitgaren. Salat, Basilikum, Tomaten auf Tellern anrichten, mit Dressing beträufeln, Pfirsichspalten mit Meersalz bestreuen, anlegen. Scampi, Parmesan, Orangenfilets und Pfifferlinge darauf dekorieren.

Das Rezept