



ORF extra

TASSENBRÖT vom Grill mit Wildkräuterquark

Für 2 Portionen

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Für das Brot:

- 100 g Mehl
- ½ TL Salz
- 1 TL Backpulver (gestrichen)
- 1 Ei
- 100 ml Milch
- 50 g weiche Butter oder Margarine
- 1 EL Saaten und Körner nach Gusto, z.B. Leinsamen oder Kürbiskerne
- 1 EL Olivenöl zum Einölen

Für den Quark:

- 250 g Quark
- 2 EL Olivenöl
- ½ TL Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Wildkräuter und Wildblüten (Schafgarbe, Sauerampfer, Löwenzahl u.v.m.)
- ½ Schalotte

Außerdem:

- 1 Schüssel
- 2 feuerfeste Tassen oder Konservendosen
- 1 Grill (bevorzugt Kugelgrill, da dieser über einen Deckel verfügt)

Zubereitung:

1. In einer Schüssel Mehl, Salz, Backpulver sowie Saaten und Körner mischen und eine Mulde in der Mitte formen. Ei, Milch und Butter in die Mulde geben und alles mit einer Gabel unterheben und vermischen, bis eine glatte Masse entsteht.

2. Den Teig mit etwas Mehl auf eine Arbeitsfläche oder ein Brett setzen, nicht kneten, sondern nur in zwei gleichgroße Portionen teilen.

3. Die Tassen einölen und die Teighälften vorsichtig in die Tassen füllen. Da der Teig beim Backen geht, die Tassen nur zu 2/3 füllen. Sollte mehr Teig entstanden sein, diesen in einer weiteren Tasse ausbacken.

4. Die Oberfläche des Teigs mit etwas Wasser bepinseln.

5. Bei geschlossenem Deckel des Grills ca. 10-15 Minuten backen. Je flacher die Tassen, desto schneller ist der Teig durchgebacken.

6. Währenddessen für den Quark die Schalotte und die Kräuter kleinschneiden.

7. Quark, Olivenöl und Gewürze mit den Kräutern und der Schalotte vermengen.

Tipp: Statt Wildkräutern kann man auch „gängige“ Kräuter verwenden, die man auf dem Markt oder im Supermarkt bekommt.