



Blumenkohl-Törtchen

Zutaten:

3 Platten TK Blätterteig
1 Blumenkohl
150 g Creme fraîche
100 g Greyzer, gerieben
1-2 TL Thymian, getr.
Meersalz, Pfeffer
Hülsenfrüchte zum Blindback

Zubereitung

Knusprig, köstlich, vegetarisch. Für Gäste!

Den Blätterteig auftauen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. 6 Kreise (à 13 cm \approx z.B. eine Untertasse) ausstechen und in die Mulden eines Muffinblechs legen. Mulden mit Backpapier auslegen, mit Hülsenfrüchten füllen und im Ofen auf der 2. Schiene von unten bei 200 Grad im vorgeheizten Ofen (Gas 3, Umluft 180 Grad) 15 Minuten blind backen. In der Zwischenzeit den Blumenkohl in kleine Röschen schneiden, 10 Minuten in Salzwasser garen, abgießen und mit Crème fraîche, geriebenem Greyzer und 1-2 TL Thymian mischen. Salzen und pfeffern. Blumenkohl in die Törtchen füllen, 15 Minuten bei 200 Grad backen.

essen & trinken, 03/05

Zucchini-Puffer mit Tomatensahne

Zutaten:

Für die Zucchini-puffer:
2-3 Zucchini
2 Knoblauchzehen
2 Eier
120 ml Sahne
8 EL Mineralwasser
60 g Parmesan
220 g Weizenvollkornmehl
2 EL Petersilie, TK
1 ½ TL Kräutersalz
3 EL Sesamsamen
Für die Tomatensahne:
2-3 Tomaten
1 EL Schnittlauch, TK
400 g saure Sahne
2 Knoblauchzehen
Kräutersalz
1 Prise Cayennepfeffer
6 EL Olivenöl

Zubereitung

Alle Zutaten von Ei bis Petersilie zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Mit dem Kräutersalz kräftig abschmecken und den Sesamsamen unterrühren. Den Teig 1 Stunde zugedeckt quellen lassen. Für die Tomatensahne die Tomaten waschen fein würfeln. Die Tomatenwürfel sowie die Kräuter unter die saure Sahne rühren. 2 Knoblauchzehen schälen und dazupressen. Die Tomatensahne mit Kräutersalz und Cayennepfeffer abschmecken. Kühl stellen, bis die Puffer gebacken sind. Für die Puffer die Zucchini waschen, von Stiel und Blütenansatz befreien und grob raspeln. Die Knoblauchzehen schälen, an die Zuchiniraspeln pressen und die Mischung unter den Teig rühren. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Jeweils 2 EL Teig zu einem flachen Kuchlein in der Pfanne austreichen, mit Sesam bestreuen und diesen leicht andrücken. Die Puffer auf beiden Seiten goldgelb braten. Die Kuchlein im Backofen bei 60 °C oder in einer zweiten Pfanne warm halten, bis alle gebacken sind. Die gekühlte Tomatensahne zu den Puffern servieren.



Rote Bete mit Kartoffelpüree

Zutaten:

4 Zwiebeln
120 g Butter
ca. 500 g Rote Bete
Meersalz
1 kg Kartoffeln
20 g Kapern
2 TL getr. Thymian
200 ml Milch
Pfeffer
Muskatnuss

Zubereitung

Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. 100 g Butter schmelzen, Zwiebeln darin bräunen. Rote Bete in Salzwasser 40 Min. kochen. Kartoffeln schälen, kochen. Kapern hacken. Rote Bete pellen und würfeln. 2 EL Butter aus der Zwiebelpfanne erhitzen. Rote Bete, Kapern und Thymian darin erhitzen. Kartoffeln abgießen, mit heißer Milch und restlicher Butter zerstampfen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Püree und Rote Bete auf einer Platte schichten, mit der Zwiebelschmelze servieren.

Pastinaken-Rahmsuppe mit Shiitake

Zutaten:

2-3 Pastinaken
500 g Kartoffeln
1 Zwiebel
1 TL Thymian getr.
50 g Butter
ca. 1 l Gemüsebrühe
100 g Sahne
Salz, Pfeffer
ca. 150g Shiitakepilze
1/2 Bund Petersilie (oder TK)

Zubereitung

Zwiebel, Kartoffeln und Pastinake schälen und würfeln. Die Zwiebel in etwas Butter andünsten, dann die Kartoffeln und Pastinaken dazugeben, mit Thymian bestreuen und kurz andünsten. Mit einem Liter Brühe auffüllen und ca. 20 Minuten garen. In der Zwischenzeit die Shiitake putzen und in der restlichen Butter anbraten. Petersilie hacken. Die Suppe pürieren und die Sahne hinzugeben. Mit dem Stabmixer nochmals aufschäumen. Eventuell mit etwas Brühe auffüllen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Servieren die Shiitake und Petersilie hinzugeben.

Dazu schmeckt ein kräftiges Brot.

Frischkäsedip mit Kresse

Zutaten:

1 Päckchen Frischkäse
Kräuter
2-3 EL Joghurt natur
etwas Zitronenabrieb
1 Päckchen Kresse
1 EL Kerbel
Pfeffer

Zubereitung

Rezept für 4 Personen. Frischkäse, Joghurt und Zitronenabrieb miteinander verrühren. Kresse und klein gehackten Kerbel unterrühren. Mit Pfeffer abschmecken.