



Bärlauchknödel

Zutaten:

400g Brötchen vom Vortag
250 ml Milch
2 Esslöffel Butter
2 Zwiebeln.
1 TL Pflanzenöl
3 Eier
ca. 40g Bärlauch
Muskat
Salz, Pfeffer

4 EL Butter
4 EL Semmelbrösel
1 gekochtes Ei
½ Bund Petersilie

Zubereitung

Brötchen in grobe ca. 1 cm große Stücke schneiden und in eine Schüssel geben. Einen Schluck der Milch abgießen und beiseitestellen. Restliche Milch mit Butter, je einer Prise Muskat, Salz und Pfeffer in einem Topf erwärmen. Über die Brötchen gießen und ca. 10 Minuten einweichen lassen. Zwiebeln schälen und würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten und zur Brötchen Masse geben. Bärlauch waschen, trocknen, mit restlicher Milch fein pürieren. Eier aufschlagen und zusammen mit püriertem Bärlauch mit den Händen unter die Brötchen Masse kneten. Fertige Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Salzwasser in einem großen, breiten Topf aufkochen. Knödelmasse mit feuchten Händen zu 8-10 gleich großen Kugeln formen. Knödel 15-20 Minuten in leicht siedendem Wasser gar ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Währenddessen zum garnieren Butter in einer Pfanne schmelzen. Semmelbrösel dazu geben und bei mittlerer Hitze rösten, bis Butter und Brösel goldbraun sind. Ei fein würfeln, Petersilie hacken und beides unter die Brösel-schmelze rühren. Knödel mit einer Schaumkelle aus dem Wasser fischen, abtropfen lassen und auf Tellern anrichten und mit Brösel-Ei-Mischung toppen.

Quelle: Springlane

Bratnudeln mit Pak Choy

Zutaten:

200g Eiernudeln
1 Pak Choy
½ Paprikaschote
1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
20g frischer Ingwer
1 EL neutrales Öl
200g Hackfleisch
2 TL Sesamöl
4 EL Sojasauce
2 Eier

Zubereitung

Nudeln nach Packungsangabe ohne Salz garen. In ein Sieb abgießen, gut abtropfen lassen und mit einer Schere klein schneiden. Pak Choy putzen, waschen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Paprika putzen, waschen, vierteln, entkernen und in Streifen schneiden. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer in feine Würfel schneiden. Neutrales Öl im Wok (oder einer großen Pfanne) erhitzen und das Hackfleisch darin scharf anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer zugeben und 2 Minuten mitgaren. Mit 1 Tl Sesamöl und 2 El Sojasauce würzen. Fleisch herausnehmen. Paprika und Pak Choy in den heißen Wok geben und 2 Minuten anbraten, herausnehmen. Eier in den heißen Wok geben und unter Rühren braten. Nudeln, Hackfleisch und gebratenes Gemüse zugeben. Unter Rühren erhitzen und mit restlichem Sesamöl, restlicher Sojasauce und Pfeffer abschmecken und servieren.



Nudeln in Pilzrahm

Zutaten:

1 Zwiebel
300g Steinchampignons
3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
100 ml Gemüsebrühe
200 ml Sahne (oder Ersatz)
250-300g Nudeln
1 Glas Linsen
2 TL Weißweinessig
1 Prise Zucker
3 EL Petersilie gehackt

Zubereitung

Reichlich Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. 1 Zwiebel fein würfeln. 200 g Champignons in dünne Scheiben schneiden. Beides in 3 El heißem Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. 100 ml Gemüsebrühe und 200 ml Schlagsahne zugießen, offen 5 Min. bei mittlerer bis starker Hitze einkochen lassen. Nudelwasser salzen, die Nudeln zugeben und nach Packungsanweisung garen. 1 Glas Linsen (385 g Füllmenge) abgießen, Linsen kalt abspülen, abtropfen lassen, zu den Champignons geben und aufkochen. Mit Salz, Pfeffer, 1-2 TL Weißweinessig und 1 Prise Zucker würzen. Nudeln abgießen, dabei 100 ml Kochwasser auffangen. Nudeln unter die Sauce mischen, evtl. etwas Nudelwasser zugeben, mit 3 El gehackter Petersilie bestreut servieren.

Quelle: essen + trinken

Bärlauch- Crêpes

Zutaten:

1 Bund Bärlauch
4 EL Butter
120g Mehl
400 ml Milch
2 Eier
Salz
400g Möhren
1 Zwiebel
½ Zitrone
100 ml Sahne (Ersatz)
Pfeffer
2 EL neutrales Öl

Zubereitung

Die Stiele der Bärlauchblätter abzupfen. Bärlauch grob schneiden. 3 El Butter zerlassen und etwas abkühlen lassen. Mehl, 300 ml Milch, Eier, 1 kräftige Prise Salz, zerlassene Butter und Bärlauch in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Schneidstab fein pürieren. Teig 10 Min. ruhen lassen. Inzwischen die Möhren putzen, längs halbieren und schräg in lange Scheiben schneiden. Zwiebel fein würfeln. 1/2 Tl Zitronenschale fein abreiben. Restliche Butter in einem Topf zerlassen. Zwiebeln darin 2 Min. bei mittlerer Hitze dünsten. Möhren zugeben und 2 Min. mitdünsten. Sahne und restliche Milch zugießen, aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt 4 Min. kochen. Je 1/2 El Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und mit Küchenpapier gleichmäßig verteilen. Den Teig portionsweise in der Pfanne verteilen und nacheinander 8 Crêpes backen. Gebackene Crêpes zwischen zwei Tellern warm halten. Rahmmöhren mit Zitronenschale würzen und die Crêpes damit füllen.

Dazu passt ein frischer grüner Salat.