



Herzhafte Topinambur-Pfanne

Zutaten

400 g Topinambur
2 Zwiebel(n)
3 Möhre(n)
1 Stange Porree
250 g Speck, geräucherter
250 ml Gemüsebrühe
125 ml süße Sahne
100 g Bergkäse
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Den Räucherspeck in Würfel schneiden und in einer schweren Pfanne auslassen. Die Zwiebeln schälen, grob hacken und im heißen Speckfett anschwitzen. Nun die Möhren und den Topinambur schälen und in Scheiben schneiden, ebenso den Porree. Alles zu den Zwiebeln und dem Speck geben und ebenfalls anschwitzen. Mit Gemüsebrühe und Sahne ablöschen und ca. 15 - 20 Min. köcheln lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Den geriebenen Käse gleichmäßig über das Gericht streuen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze so lange überbacken, bis die gewünschte Bräunung erreicht ist (ca. 10 - 15 Minuten). Heiß servieren.

Quelle: Chefkoch.de

Fenchel-Tarte mit Radieschen-Salat

Zutaten:

1 P. Tarte- / Quiche Teig
450 g Fenchelknollen
250 g Lauch
2 Knoblauchzehen
3 Stiele Thymian
2 El Olivenöl
1½ TL Schwarzkümmel
40 g Sultaninen
Salz, Pfeffer
100 g cremiger Feta
50 g Pecannuss Kerne
1 TL Honig (flüssig)

Für den Salat:

100 g Salatblätter (Feldsalat)
1 Bund Radieschen
4 El Olivenöl
3 El milder Weißweinessig
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung

Fenchel putzen, halbieren und den Strunk herausschneiden. Fenchel in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Lauch waschen, putzen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Knoblauch fein würfeln. Thymianblättchen von den Stielen zupfen und grob hacken. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Knoblauch darin glasig dünsten. 1 TL Schwarzkümmel, Thymian, Lauch, Fenchel und Sultaninen zugeben und andünsten; unter gelegentlichem Schwenken 5 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Teig auf Backpapier ausrollen. Füllung mittig auf den Teig geben, dabei einen ca. 5 cm breiten Rand lassen. Füllung mit Feta-Stücken bestreuen, Teigrand umklappen und leicht andrücken. Rand mit wenig Wasser bestreichen und mit dem restlichen Schwarzkümmel bestreuen. Tarte im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf der untersten Schiene 25-30 Minuten goldbraun backen. Pecannüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten. Honig zugeben und kurz karamellisieren. Mit Salz würzen.

Für den Salat: Blattsalat waschen und trocken schütteln. Radieschen putzen und in kleine Stücke schneiden. Öl und Essig kräftig verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Salat und Radieschen kurz vor dem Servieren mit der Vinaigrette mischen. Pecannüsse auf die Tarte streuen. Fenchel-Tarte mit dem Salat servieren.

Quelle: essen und trinken.de



Gebackene Schwarzwurzeln mit Feldsalat

Zutaten

6 EL Weißweinessig
750 g Schwarzwurzel
1 Bio-Zitrone
Salz
1 Ei
80 g Weizenmehl
100 ml Milch (1,5 % Fett)
150 g Feldsalat
Süßstoff
2 TL mittelscharfer Senf
Pfeffer
1 EL Keimöl
500 ml Öl zum Ausbacken

Zubereitung

3 EL Weißweinessig und 250 ml Wasser in eine Schüssel geben. Schwarzwurzeln gründlich waschen, mit einem Sparschäler unter fließendem Wasser schälen und dritteln; Schwarzwurzeln sofort in das Essigwasser legen, damit sie weiß bleiben. Zitrone heiß abwaschen, trockenreiben und die Hälfte der Schale dünn abreiben. Zitrone halbieren und auspressen. Schwarzwurzeln abtropfen lassen. 250 ml Wasser und 50 ml Zitronensaft in einen Topf geben, aufkochen und salzen. Schwarzwurzeln hineingeben und bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten garen. Schwarzwurzeln in einem Sieb abtropfen und abkühlen lassen. Inzwischen für den Ausbackteig das Ei trennen. Mehl mit Milch, Eigelb und Zitronenschale verrühren. Teig 10 Minuten ruhen lassen. Während der Teig ruht, den Feldsalat gründlich waschen, trockenschleudern und putzen. Für das Dressing restlichen Essig mit Süßstoff, Senf, Salz und Pfeffer verrühren. Keimöl unterrühren. Eiweiß mit 1 Prise Salz steifschlagen und unter den Teig heben. Öl zum Ausbacken in einem Topf oder Fritteuse auf 180 °C erhitzen. Schwarzwurzeln mithilfe von 2 Gabeln durch den Teig ziehen, sofort ins heiße Öl geben und goldbraun ausbacken. Gebackene Schwarzwurzeln mit einer Schaumkelle aus dem Fett nehmen, auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Feldsalat mit dem Dressing mischen. Gebackene Schwarzwurzeln darauf anrichten und sofort servieren.

Quelle: Eat smarter

Pikante-Wirsing-Küchle

Zutaten

1 kl. Kopf Wirsing
Salzwasser
2 Ei(er)
1 Brötchen, altbacken
6 EL, gestr. Mehl
3 EL Semmelbrösel
Salz und Pfeffer
Cayennepfeffer
Muskat
n. B. Butterschmalz

Zubereitung

Die grünen, harten Blätter vom Wirsing entfernen. Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die restlichen Wirsingblätter vom Strunk ablösen und das Gerippe rausschneiden. Den Wirsing ins kochende Salzwasser geben und 5 Minuten köcheln lassen. Danach in einem Sieb gut abtropfen und abkühlen lassen, ausdrücken und in kleine Stücke oder Streifen schneiden. Das Brötchen in Wasser einweichen, wenn es sich vollgesogen hat, gut ausdrücken. Inzwischen Eier, Gewürze und Mehl schaumig aufschlagen. Pikant mit Cayennepfeffer, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Teig 15 Minuten ruhen lassen, den Wirsing, das Brötchen und die Semmelbrösel dazugeben und gut miteinander vermischen. Aus dem Teig Küchle formen. Die Küchlein in einer beschichteten Pfanne mit etwas Butterfett goldbraun ausgebacken.

Quelle: chefkoch.de