



Auberginenlasagne

Zutaten

ca. 750 g Auberginen
3 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
2 TL „Ital. Kräutermischung“
2 Dosen Tomaten stückig à 400g
1-2 TL Aceto Balsamico
150 g Frischkäse
75 g Joghurt, griech. Art (10%)
100 g Parmesan, frisch gerieben
150 – 175 ml Milch
1 Pk. Lasagne, 250 g
1 Pk. Mozzarella, 125 g
ca. 15 g Butter
Salz
Pfeffer, frisch gemahlen
Zucker

Zubereitung

Den Ofen auf 220° vorheizen. Auberginen waschen, putzen, längs in etwa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. 2 EL Olivenöl mit Knoblauch und der Kräutermischung verrühren. Die Auberginenscheiben mit dem Gewürzöl bestreichen, leicht salzen und auf der mittleren Schiene 15 Minuten bräunen. In der Zwischenzeit die Tomatenstücke in eine Schüssel füllen. Mit Salz, Zucker, Pfeffer, 1 EL Olivenöl, Balsamico und dem restlichen Olivenöl würzig abschmecken. Frischkäse mit Joghurt, 80g Parmesan und Milch zu einer cremigen Sauce verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Auberginenscheiben aus dem Ofen nehmen und die Hitze auf 200° regulieren. Den Boden einer Lasagneform mit ca. 1 Suppenkelle Tomatensauce ausstreichen, dann mit einer Lage Lasagne-Blättern belegen. Die Hälfte der Auberginenscheiben darauf verteilen, einen Teil der Tomatensauce darüber geben, einige Kleckse Frischkäsesauce daraufsetzen und mit einer neuen Lage Nudelplatten abdecken. Die übrigen Auberginenscheiben ebenso schichten. Die restliche Frischkäsesauce auf der letzten Lage Lasagne-Blätter verstreichen. Mozzarella zerpfücken und zusammen mit dem restl. Parmesan darauf verteilen. Einige Butterflöckchen daraufsetzen und im Ofen bei 200° auf der mittleren Schiene ca. 35 – 45 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Apfel-Sellerie-Suppe

Zutaten

ca. 700g Knollensellerie
400g Äpfel
150g Zwiebel
35 ml Butter
1,4 l Gemüsebrühe
300 ml Sahne
1 Prise Zucker
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Knollensellerie schälen und würfeln. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und grob würfeln. Geschälte Zwiebel ebenfalls würfeln. Alles zusammen in Butter bei mittlerer Hitze in einem Topf anschwitzen. Brühe dazu gießen und aufkochen. Bei mittlerer Hitze 30 Min. sanft kochen. Am Ende der Garzeit die Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren. Die Sahne dazu geben, kurz aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und mit einem leckeren Brot servieren.

Quelle: Chefkoch



Chinakohl mit Hackfleisch

Zutaten

1 Chinakohl
2 große Zwiebeln
4 Möhren
3-4 Thymianzweige
1 EL Rapsöl
400g Rinderhackfleisch
Pfeffer und Salz
350 ml Gemüsebrühe
150g Saure Sahne
3-4 EL Sojasauce
1 TL Paprikapulver rosenscharf
1 TL Paprikapulver edelsüß

Dazu: 350g Reis

Zubereitung

Chinakohl längs vierteln, putzen, waschen und in dünne Streifen schneiden, dabei die Strunk-Stücke separat legen. Zwiebeln abziehen und würfeln. Möhren waschen, putzen, ggfs. schälen und grob raspeln. Thymianblättchen von den Stielen zupfen. Reis aufsetzen und nach Packungsanweisung garen. Rapsöl in einer weiten, beschichteten Pfanne erhitzen. Die Zwiebelwürfel darin 1-2 Minuten glasig dünsten. Das Rinderhack dazu geben und unter Rühren krümelig braten. Die Möhren-Raspel und Strunk-Stücke vom Chinakohl mit in die Pfanne geben und 1-2 Minuten mitbraten, dabei mit Pfeffer und Jodsalz würzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen, die Thymianblättchen dazugeben und zugedeckt etwa 5 Minuten leicht köcheln lassen. Saure Sahne mit in die Pfanne geben und weitere 3-4 Minuten offen köcheln lassen. Anschließend die Hitze reduzieren und die restlichen Chinakohl-Streifen dazugeben, unterheben und kurz mit garen. Die Chinakohl-Hack-Pfanne mit Sojasauce und Paprikapulver abschmecken und mit dem Reis servieren.

Quelle: Eatbetter.de

Pasta mit grünem Spargel in Zitronen-Buttersauce

Zutaten

300g Pasta nach Wahl
250g grüner Spargel
1 Zitrone
50g Pistazien mit Schale
60g Butter
2 Knoblauchzehen
30g Basilikum frisch,
opt. getrockneter
Salz und Pfeffer
Parmesan, gerieben

Zubereitung

In einem sehr großen Topf (in dem die geschnittenen Spargelstücke auch noch hinein passen) bringst Du erst einmal das Salzwasser zum Kochen, gibst die Pasta hinein und stellst die Kochzeit ein. Bis das Pasta-Wasser kocht schon einmal die Pistazien aus der Schale lösen und grob hacken sowie die Basilikum-Blätter waschen, trocknen und klein schneiden. Die Zitrone heiß abwaschen und die Schale abreiben sowie die 2 Knoblauchzehen schälen und fein schneiden. Den grünen Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden und schräg in ca. 2-3 cm große Stücke schneiden. Der grüne Spargel kommt die letzten 5 Minuten der Nudelkochzeit zu den Nudeln in das Kochwasser. Die 60 g Butter zerlässt Du auf mittlerer Stufe in einer großen Pfanne und dünstest den Knoblauch darin an bis er schön duftet. Er darf aber nicht zu dunkel werden, sonst wird er bitter. Nach der Kochzeit die Nudeln mit dem Spargel abgießen und zu der Knoblauch-Butter in die Pfanne geben. Jetzt gibst Du die gehackten Pistazien, den Zitronenschalen-Abrieb und die klein geschnittenen Basilikum-Blätter dazu. Alles miteinander vermengen und mit Meersalz und schwarzem Pfeffer kräftig würzen sowie mit frischem Zitronensaft abschmecken.