



Coleslaw – amerikanischer Krautsalat

Zutaten

600-800g Filderkraut
3-5St Möhren
1 Zwiebel
1 TL Zucker
1 TL Salz

Für das Dressing

2 EL Weißweinessig
3 EL Zitronensaft
200g Schmand oder saure Sahne
3 EL Mayonnaise
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Den Strunk vom Filderkraut entfernen. Das Filderkraut grob reiben. Karotten schälen und ebenfalls grob reiben. Zwiebel fein würfeln. Das Gemüse in einer Schüssel mit Salz und Zucker vermengen. 1-2min kräftig durchkneten.

Für das Dressing alle Zutaten verrühren und über den Salat geben. Gründlich vermengen und abgedeckt mind. 3 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

Quelle: einfachkochen.de

Vegetarische Borschtsch

Zutaten

400-500g Rote Bete
300g Weißkohl
150g Knollensellerie
2 große Möhren
2 große Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
3 EL Sonnenblumenöl
2 EL Mehl
1,2 L Gemüsebrühe
1 ½ TL getrockneter Majoran
1 Lorbeerblatt
2-3 EL Weißweinessig
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Den Kohl in feine Streifen schneiden. Die Möhren und den Knollensellerie schälen und mit einem Hobel in feine Stifte schneiden. Die Rote Bete schälen und in eine gesonderte Schüssel hobeln (es empfiehlt sich das Tragen von Einweghandschuhen).

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Öl in einem Suppentopf erhitzen, darin Zwiebel und Knoblauch andünsten. Sellerie, Möhren und Kohl dazugeben und unter Rühren 4min mit anbraten. Zum Schluss die Rote Bete dazugeben. Das Gemüse mit Mehl bestäuben und nach kurzem andünsten mit der Brühe ablöschen. Die Kräuter dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Suppe zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 25min garen. Das Lorbeerblatt entfernen und den Eintopf mit Essig, eventuell noch mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu grob zerstampfte Kartoffel reichen

Quelle: kuechengötter.de



Unsichtbarer Kuchen mit Apfel, Birne und Schokolade

Zutaten

2 Birnen
2 Äpfel
2 Eier
50g Zucker
120ml Milch oder Milchersatz
80g Mehl
6g Backpulver
40g gemahlene Mandeln
40g weiche Butter
100g Schokoladenstückchen
75g Mandelblätter

Zubereitung

Den Backofen auf 175° Umluft vorheizen. Die Birnen und Äpfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und mit einem Hobel in dünne Streifen schneiden. Die Früchte in eine Schüssel geben. Eier, Zucker, Milch, Backpulver, gemahlene Mandeln, weiche Butter und die Schokoladenstückchen hinzufügen und alles gut vermischen. Den Teig in eine gefettete Form gießen und mit den Mandelblättchen bestreuen.
30-35min backen.

Quelle: lacuisinedegeraldine.fr

Zwiebelkuchen: Der Klassiker

Zutaten für ein Blech:

Für den Boden

500g Mehl
300ml lauwarme Milch
1 TL Zucker
1 Würfel Hefe
100g warme Butter
2 TL Salz

Für den Belag

1 kg Gemüsezwiebeln
60g Butter
Etwas Mehl
2 Becher Saure Sahne
4 Eier
Salz, Pfeffer, Kümmel

Die Hälfte aller Zutaten reicht für eine Quicheform.

Zubereitung

Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde in die Mitte drücken. Etwas Milch und Zucker in die Mulde geben und darin die Hefe auflösen. Ein wenig Mehl hinein rühren und den Vorteig 15min stehen lassen. Im Anschluss den Vorteig mit der Butter und dem Salz zu einem glatten Hefeteig verkneten. 1 Stunde abgedeckt gehen lassen.

Für den Belag die Zwiebeln schälen und diese in handliche Ringe schneiden. Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin ca. 10min glasig dünsten. Mit etwas Mehl bestäuben und die saure Sahne darüber gießen. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

Den Backofen auf 200° vorheizen. Den Teig noch einmal gut durchkneten und ihn passend zum Blech oder zur Quicheform ausrollen. Den Rand etwas nach oben ziehen. Die Eier verquirlen und zu der Füllung geben. Alles noch einmal umrühren und die Füllung nun auf den Teig verteilen.

Den Zwiebelkuchen für 45min backen.

Dazu ein Glas Federweißer oder Federroter genießen.

Quelle: [inspiriert von koch-mit.de](http://inspiriertvonkochmit.de)