



Mangold-Rösti mit Joghurt-Basilikum-Dip

Zutaten

450g Mangold
40g Basilikum
150g griechischer Joghurt
3 Zehen Knoblauch
½ Zitrone
15g Petersilie
3 EL Mehl
1 Ei
3 EL Paniermehl
Muskat, Salz und Pfeffer

Zubereitung

Knoblauch schälen und zerdrücken. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Stiele vom Mangoldblatt trennen. Die Stiele klein schneiden, die Blätter bei Seite legen.

Für den Dip einen Teil des Basilikums, den Joghurt, 1 Knoblauchzehe und den Zitronensaft in einem Zerkleinerer geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und zu einer glatten, grünen Soße vermengen. In den Kühlschrank stellen. Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen, salzen. Die Mangoldblätter ins siedende Wasser legen. Die Blätter ca. 5min garen lassen. Anschließend aus dem Wasser nehmen und gründlich trocken tupfen.

Mangoldblätter, restliches Basilikum, Petersilie, Mehl, restlichen Knoblauch, Ei, Salz, Pfeffer und gemahlene Muskatnuss in den Zerkleinerer geben. Mixen bis alle Zutaten vermengt sind und in eine Schüssel umfüllen. Paniermehl und die klein geschnittenen Mangoldstiele dazugeben und untermengen.

Pflanzenöl in einer Pfanne erwärmen. Ca. 1 EL Röstimasse in die Pfanne geben und der Rückseite des Löffels flacher drücken. Jeweils ca. 2-3min von beiden Seiten anbraten, bis die Rösti goldbraun sind. Mit der restlichen Röstimischung wiederholen, bis alle gebraten sind. Mit Joghurtdip servieren.

Quelle: kitchenstories.com

Kartoffel-Kohlrabi-Auflauf

Zutaten

Ca. 700g Kartoffeln
1-2 Kohlrabi
300g Möhren
1 EL Butter
30g Sonnenblumenkerne

Zutaten für die Käsesauce

1 Zwiebel
½ Bund Petersilie
250ml Milch
200ml Gemüsebrühe
150g Käse gerieben
(nach Geschmack)
1 EL ÖL
Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung

Kartoffeln, Kohlrabi und Möhren schälen. Kartoffel und Möhren in Scheiben schneiden, Kohlrabi vierteln, dann ebenfalls in Scheiben schneiden. Für die Käsesauce die Zwiebeln und die Petersilie fein hacken. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen und eine Auflaufform mit Butter einfetten. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. In einem Topf die Milch und die Gemüsebrühe dazugeben und bei reduzierter Hitze erwärmen. Den Käse hinzufügen, schmelzen lassen und die Sauce unter Rühren etwas einköcheln lassen. Danach mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Petersilie und die Zwiebeln unterrühren.

Die Kartoffel-, Kohlrabi und Möhrenscheiben abwechselnd in die Auflaufform schichten, die Sonnenblumenkerne darüber streuen und mit der Käsesauce übergießen.

Den Auflauf im Backofen ca. 40min goldbraun backen.

Quelle: gutekueche.de



Gelbe Pflaumen-Chutney

Zutaten

400g Pflaumen
80g Rohrzucker
2cm Stück Ingwer
2 EL Honig
½ TL schwarze Pfefferkörner
1 Zwiebel
160ml Apfelessig
1 Knoblauchzehe
1-2TL Thymian getrocknet

Zubereitung

Pflaumen waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Ingwer, Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Essig mit dem Zucker in einem Topf erhitzen, bis der Zucker geschmolzen ist. Die Früchte, Knoblauch, Ingwer, Zwiebel, Pfefferkörner, Honig und den Thymian hinzugeben und ca. 30min köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren, damit nichts anbrennt. Es dickt mit der Zeit ein.

Wenn die Konsistenz schön sämig ist, kann es in Gläser abgefüllt werden.

Das Chutney passt sehr gut zu Käse, aber auch zu Fleisch.

Quelle: mitliebegemacht.at

Brokkoli-Pasta-Auflauf

Zutaten für den Nudelteig

300g Mehl
4 Eier
Salz

Zutaten Füllung

3 rote Paprika
500g Brokkoli
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl
250g Ricotta
1 Tl Zitronenabrieb
150g geriebener Käse
200g Schlagsahne
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Mehl in eine Schüssel sieben. 1 Ei trennen, Eiweiß beiseitestellen. Mehl, Eier, Eigelb und ½ TL Salz zu einem glatten Teig kneten. In Frischhaltefolie 30min ruhen lassen.

Paprika vierteln, Kerne entfernen, mit der Schale nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Backofengitter legen. Paprika ca. 15min grillen bei 150 Grad. Herausnehmen mit feuchtem Küchenpapier bedecken und nach 5min die Haut abziehen. Den Brokkoli in kleine Röschen teilen. Strunk in Würfel schneiden. Röschen in Salzwasser 1min kochen, abschrecken und abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln, in Olivenöl 2min andünsten. Brokkolistrunk zugeben, alle bei kleiner Hitze mit Deckel ca. 5min dünsten. Auskühlen lassen und mit Ricotta pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale abschmecken. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Nudelteig auf einer bemehlten Fläche dünn ausrollen. Brokkolicreme darauf streichen, dabei einen 2cm Rand lassen. Paprika und Brokkoliröschen darauf verteilen, mit Käse bestreuen. Teigrand mit Eiweiß bepinseln. Teig von der Längsseite einrollen, in 9 Scheiben schneiden. Schnecken aufrecht in eine Auflaufform setzen, mit Sahne begießen und im Ofen ca. 50min backen.

Quelle: meine-familie-und-ich.de