



Kartoffel – Weißkohl - Auflauf

Zutaten

1kg Kartoffel vorw. fest
½ Weißkohl
1 Stange Porree
200g Bergkäse
1-2 Äpfel
200ml Milch
100ml Sahne
150g Crème Fraiche
200ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer, Muskatnuss gerieben

Zubereitung

Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden/hobeln. Kohl putzen, viertel und den Strunk entfernen. Porree längs einschneiden und waschen. Kohl und Porree in dünne Streifen schneiden. Den Käse grob reiben. Die Äpfel vierten, schälen und quer in dünne Scheiben schneiden.

Milch, Sahne, Crème Fraiche und Brühe in einem großen, breiten Topf geben und verrühren, die Kartoffelscheiben hinzufügen.

1 x aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. Dann das in Streifen geschnittene Gemüse unterheben und alles weitere 5 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat herzhaft würzen. Den Topf von der Kochstelle nehmen, Apfelscheiben und gut die Hälfte des Käses untermengen.

Den Topfinhalt in eine flache Auflaufform füllen, mit dem restlichen Käse bestreuen und im auf 200° vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene ca. 20-25 Minuten goldbraun überbacken

Quelle: bioladen.de/rezepte

Pasta in Mais-Brokkolisöße

Zutaten

1-2 Maiskolben
3 EL Frischkäse natur
50ml Milch
400g Brokkoli
1 Knoblauchzehe
400g Pasta nach Wahl
20g Butter
Salz

Zubereitung

Den Brokkoli in kleine Röschen trennen oder schneiden.

Die Blätter der Maiskolben entfernen. Ggf. halbieren. Den Mais in ausreichend heißem Wasser legen und mit einem EL Zucker zum Kochen bringen. Etwa 15min kochen auf mittlerer Stufe. Den Mais abtropfen und etwas abkühlen lassen, dann mit einem Messer die Maiskörner am Kolben entlang abschneiden.

Die Pasta nach Packungsanleitung kochen.

In einer Pfanne die Butter zerlassen. Die gepresste Knoblauchzehe und den Brokkoli hinzugeben und 5-10 Minuten auf niedriger Hitze garen. Evtl. einen kleinen Schluck Wasser hinzugeben.

Anschließend den Mais und Salz zu dem Brokkoli geben und auf mittlerer Stufe leicht anbraten.

Die Milch und den Frischkäse hinzugeben und zu einer glatten Soße rühren.

Die Pasta mit der Soße auf den Tellern anrichten und die

Quelle: kitchen-spirit.de



Radicchio-Risotto mit Parmesan

Zutaten

1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Radicchio
50g Parmesan
1 l Brühe
4 EL Butter
400g Risottoreis
50ml Rotwein
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zwiebel, Knoblauch abziehen und fein würfeln. Radicchio vierteln, Strunk entfernen, Blätter in dünne Streifen schneiden. Parmesan reiben, Brühe erhitzen.

In einem Topf Zwiebel und Knoblauch in 2 EL Butter andünsten. Risottoreis zugeben und mitdünsten bis die Reiskörner glasig sind. Rotwein angießen, etwas einköcheln lassen. Radicchio bis auf einige Blätter zum Garnieren einstreuen. Nach und nach die Brühe angießen, Risotto unter Rühren in 20-25min bei kleiner Hitze ausquellen lassen. Übrige Butter und Parmesan unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, restlichen Radicchio darüber streuen.

Quelle: tegut.com

Gebratener Fenchel mit Senfsauce mit Polentaschnitten

Zutaten

2 Fenchelknollen
60ml Weißwein
60ml klare Gemüsebrühe
1 EL Dijon-Senf

Zutaten für die Polentaschnitten

700ml Wasser
½ EL Butter
250g Maisgrieß
20g Bergkäse
10g Kokosfett
Salz

Zubereitung

Maisgrieß nach Packungsanleitung zubereiten. Nach Garzeit den geriebenen Bergkäse unterrühren. Die Masse ca. 10min ausdampfen lassen. Währenddessen eine rechteckige Form (ca. 1l) glatt mit Frischhaltefolie auslegen. Die noch warme Polenta in die Form füllen und gleichmäßig verstreichen und mit Frischhaltefolie abgedeckt ca. 1 Stunde kaltstellen.

Fenchelgrün abzupfen und zur Seite legen. Strunkansatz wegschneiden. Fenchel der Länge nach in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Je 2 EL Olivenöl erhitzen, Fenchelscheiben darin in 2-3 Arbeitsvorgängen auf kleiner Flamme beidseitig braten (ca. 3min). Fenchel aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

Bratrückstand mit Wein und Suppe ablöschen, Senf einrühren und die Soße aufkochen lassen. Fenchel in die Pfanne schichten, zugedeckt auf kleiner Flamme ca. 3min dünsten.

Polenta aus der Form stürzen, Folie abziehen. In Scheiben schneiden und in Kokosfett beidseitig knusprig braten.

Fenchelgrün grob hacken. Fenchelscheiben mit der Senfsauce und den Polentaschnitten servieren und mit Fenchelgrün bestreuen.

Quelle: gusto.at