



Italienischer Nudelsalat mit Pesto und Rucola (4 Portionen)

Zutaten

350g Nudeln
(Fusilli, Penne...)
3 Tomaten, mittelgr.
1 Bund Rucola
50g Parmesan/Pecorino
50g Pinienkerne
4 EL Olivenöl
Salz

Pesto

100g getr. Tomaten in Öl
15 Basilikumblätter
1-2 Knoblauchzehen
1 Chili/Peperoni
3 EL Olivenöl

Zubereitung

Die Nudeln in gut gewürztem Wasser (Salzwasser) kochen, bis sie bissfest sind. Nudeln abgießen, dabei etwas Nudelwasser aufbewahren, und sie mit 2 EL Olivenöl vermischen, damit sie nicht zusammenkleben. Die getrockneten Tomaten grob hacken, den Knoblauch schälen und die Peperoni waschen, entkernen und grob schneiden. Die Blätter des Basilikums reinigen. Die gesamten Zutaten mit 3 EL Olivenöl vermengen und pürieren. Optional 2–3 EL Nudelwasser hinzufügen, um die Sauce cremiger zu gestalten.

Die Tomaten waschen, den Strunk entfernen, vierteln, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Die Rucola waschen, trocknen und in kleine Stücke zupfen.

Die Pinienkerne ohne Fett rösten, bis sie goldbraun sind. Pecorino oder Parmesan in feine Scheiben hobeln.

Zuerst die Nudeln mit Pesto und 2 EL Olivenöl vermischen. Dann alles vorsichtig vermengen: Tomaten, Rucola, Pinienkerne und Pecorino. Würze mit Salz, Cayennepfeffer oder Chilipulver nach deinem Geschmack.

Quelle: bestenrezepte.com

Pflaumen-Pistazien-Tarte 4 Portionen)

Zutaten

90g Mehl
60g kalte Butter
1 Prise Salz
35g Puderzucker
Butter für die Form
125g Quark
1 Eier
1 Pck Vanillezucker
1 Pck Vanillepulver
1 Zitrone Abrieb
15g Zucker
300g gelbe Pflaumen
15g Pistazienkerne
Puderzucker zum Bestreuen

Zubereitung

Vermenge Mehl, Butter, Salz und Puderzucker mit einem EL kaltem Wasser. Verknete alle Zutaten mit den Händen zu einem glatten Teig. Forme ihn zu einer Kugel, wickle ihn in Frischhaltefolie und stelle ihn 1 Stunde kalt. Heize nach der Kühlzeit den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vor. Streiche eine Tarteform mit Butter ein. Rolle den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwas größer als die Tarteform aus und lege ihn dann hinein. Drücke den Teig an und schneiden den überstehenden Rand ab. Steche den Teig am Boden einige Male mit der Gabel ein, belege ihn mit Backpapier, verteile die getrockneten Hülsenfrüchte darauf und schiebe ihn dann für 20 Minuten in den Backofen. Bereite in der Zwischenzeit die Füllung vor. Vermische den Quark mit den Eiern, Vanillezucker, Puddingpulver, dem Abrieb einer Bio-Zitrone und Zucker zu einer glatten Creme. Wasche die Pflaumen, teile sie in zwei Hälften und entferne den Stein. Hacke die Pistazien. Nimm den vorgebackenen Tarteboden aus dem Ofen und entferne Hülsenfrüchte sowie Backpapier. Verteile die Quarkcreme gleichmäßig auf dem Boden. Lege dann kreisförmig die Pflaumenhälften mit der Schnittfläche nach oben darauf und drücke sie leicht an. Streue die gekackten Pistazien darüber und backe die Tarte für weitere 30 Minuten. Lass die Tarte nach dem Backen auskühlen und streue zum Servieren Puderzucker darüber

Quelle: leckerschmecker.me



Chinakohlsalat mit Ramen-Nudeln

Zutaten

500g Chinakohl
3 Frühlingszwiebeln
2 mittelgroße Karotten
1 Pck Instant Ramen-Nudeln
2 EL helle Sojasauce
2 EL Reissessig
1 EL Zucker
2 EL Sonnenblumenöl
& extra zum Anbraten
½ TL Knoblauchpulver
50g gehobelte Mandeln
Salz & Pfeffer

Zubereitung

Zuerst den Strunk vom Chinakohl entfernen und den Kohl in dünne Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden und Karotten grob raspeln.

Karotten, Chinakohl und die Hälfte der Frühlingszwiebeln in eine große Schüssel geben und vermischen. Für das Dressing Sojasauce, Reissessig, Zucker, Öl und Knoblauchpulver in einer kleinen Schüssel mit dem Schneebesen verrühren, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst haben. Das Dressing zum Kohl geben und mit den Händen gut vermischen. Für circa 5 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit Ramen-Nudeln mit den Händen grob zerbröseln und etwas Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen.

Nudeln in die Pfanne unter gelegentlichem Rühren bis goldbraun anbraten und mit Salz abschmecken. Den Salat mit den Nudeln und gehobelten Mandeln belegen und mit den restlichen Frühlingszwiebeln belegen.

Quelle: deavita.com

Muhammara – Walnuss-Paprika-Dip (6 Portionen)

Zutaten

100g Walnüsse
3 rote Paprika
1 Knoblauchzehe
1 EL Chiliflocken
1 EL Granatapfelsirup
1 ½ Kreuzkümmel
2-3 Zweige Thymian
(oder 1 ½ TL getr.)
3 El Zitronensaft
2 EL Olivenöl
1 TL Salz
50g Semmelbrösel

Zubereitung

Walnüsse in einer heißen Pfanne ohne Öl 2–3 Minuten rösten. Ab und zu umrühren und aufpassen, dass sie nicht anbrennen. Aus der Pfanne nehmen, 1 EL der Walnüsse für das Topping beiseitelegen. Paprika halbieren und entkernen. Mit der Schnittseite nach oben ohne Öl in die heiße Pfanne geben und 7 Minuten auf der Hautseite braten. Anschließend wenden und mit geschlossenem Deckel 20 Minuten bei mittlerer Hitze dämpfen. Bei Bedarf 50 ml Wasser dazugeben. Schwarze Hautstellen der Paprika entfernen. Paprika, Knoblauch, Chiliflocken, Granatapfelsirup, Kreuzkümmel, Thymian, Zitronensaft, Olivenöl und Salz in die Küchenmaschine geben und glatt pürieren. Walnüsse und Semmelbrösel hinzufügen und mit der Pulse-Funktion zur gewünschten Konsistenz – je nach Geschmack stückiger oder feiner – verarbeiten. Beiseite gelegte Walnüsse grob hacken. Muhammara in eine Schüssel geben. Mit dem Löffel eine kleine Mulde formen, etwas Olivenöl hineingeben und mit gehackten Walnüssen garnieren. Mit arabischem Brot und Gemüsesticks servieren.

Quelle: eat-this.org