

Kochrezepte
aus Fernsehsendungen
von ARD oder ZDF

Amateur: Vegetarisch

2008-2012

93 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<http://horst.hollatz.de>), 5. März 2018.

Inhalt

Allgäuer Käse-Spätzle mit Amalfi-Salat	1
Allgäuer Käse-Spätzle mit Salat	2
Anellini alla Pecorara	3
Antipasti Misti	3
Artischocken-Tofu-Nocken mit Kalonji-Bulgur	4
Auberginen-Auflauf, Fenchel und Champignon-Bruschetta	5
Auberginen-Häppchen mit Feta	6
Auberginen-Röllchen mit Gemüse-Couscous	7
Auberginen-Schafskäse-Taler mit Joghurt-Soße	8
Brokkoli-Flan im Roten-Meer	9
Couscous mit Semmelkren und kreolischem Wurzel-Gemüse	10
Crème brûlée vom Emmentaler	10
Dreierlei Knödel mit Salat	11
Dreierlei Pasta mit dreierlei Soßen	12
Farfalle mit Gorgonzola-Soße	12
Fenchel mit scharfer Mango-Soße und Beluga-Linsen	13
Frankfurter-Grüne-Soße mit Salzkartoffeln und Ei	13
Frischkäse-Thymian-Ravioli mit Tomaten-Kardamom-Soße	14
Frischkäse-Wirsing-Röllchen mit Pilz-Soße	15
Gebackener Schafskäse mit Knoblauch-Baguette	16
Gebratener Halloumi mit Reis, Gemüse und Guacamole	17
Gefüllte Champignons mit Bruschetta	17
Gefüllte Champignons mit Cranberrie-Salat	18
Gefüllte Nudeln mit Trüffel-Soße	19
Gemüse-Bolognese	19

Gemüse-Curry mit Reis-Timbale	20
Gemüse-Strudel mit Kräuter-Quark-Joghurt-Dip	21
Getrüffelsteine Steinpilz-Ravioli	22
Glarner Zigerspätzli mit Calvados-Apfel-Schnitzen	23
Gnocchi mit Walnuss-Pesto und Tomaten-Salat	24
Involtini nach griechischer Art	25
Kärntner Kas-Nudeln	26
Kärntner Kas-Nudeln	27
Kärntner Kas-Nudeln	28
Käsepress-Knödel Suppe mit Endivien-Salat und Kartoffeln	29
Kürbis-Ravioli in Walnuss-Soße	30
Kürbis-Ravioli mit Salbei-Butter	31
Kürbis-Ravioli mit Salbei-Butter	32
Kürbis-Risotto mit Salbei	33
Kartoffel-Bärlauch-Salat	33
Kartoffel-Gnocchi mit sautierten Steinpilzen	34
Kartoffel-Puffer mit Apfelmus	34
Kohl-Curry mit Safran-Reis und Kokos-Sahne-Chutney	35
Melanzane alla Parmigiana und Knoblauch-Bruschetta	35
Morillen-Ragout mit grünem Spargel	36
Mozzarella-Avocado-Salat mit Mango	36
Orecchiette alla Fratello Siciliana e Crostini	37
Pasta alla Mama mit Tomaten, Basilikum und Mozzarella	37
Pasta mit Kürbis und Pistazien	38
Pfifferling-Gulasch mit Servietten-Knödel	38
Pikante Knusper-Tomaten-Tarte mit Salatnest	39
Pilz-Lasagne	40
Polenta-Gnocchi mit Ziegenkäse	41
Profiteroles mit Gorgonzola-Crème und Birne	41
Rösti-Pizza	42
Ravioli mit Spinat-Ricotta-Füllung und Tomaten-Soße	43
Ravioli mit Steinpilzen und Spargel	44

Reis auf Gemüse-Beet	44
Ricotta-Klöße	45
Ricotta-Steinpilz-Raviolo mit Salbei-Butter, Trüffel	45
Risotto al Radicchio mit Scamorza und Minz-Zucchini	46
Rosenkohl-Gnocchi-Pfanne mit getrockneten Tomaten	46
Rote-Bete-Carpaccio mit gratiniertem Schafskäse	47
Rote-Bete-Medaillons, Curry-Rahm, Zitronen-Kichererbsen	48
Rote-Bete-Tortellini mit Mohn-Butter	49
Rucola-Ravioli mit Rote-Bete-Schaum	49
Safran-Gnocchi mit knackigem Salat	50
Saures Kartoffel-Gemüse mit Zwiebel-Spießchen	51
Schafskäse-Ricotta-Ravioli mit Paprika-Crème	51
Schnittlauch-Brot mit Rettich und Radieschen	52
Seitlings-Risotto mit Brombeeren	52
Selbstgemachte Bandnudeln alla puttanesca	53
Selbstgemachte Gnocchi mit Pesto	54
Selbstgemachte Pasta mit Zucchini-Champignon-Soße	54
Selbstgemachte Spätzle mit geschmelzten Zwiebeln	55
Sellerie-Puffer mit Zwiebel-Apfelmus	55
Sellerie-Schnitzel mit Ratatouille und Tomaten-Risotto	56
Sesam-Pfannkuchen mit Feta, Tomaten-Salat und Tsatsiki	57
Sommer-Rollen warm und kalt	58
Spaghettini mit Pesto, Rucola und Mini-Mozarella-Kugeln	59
Spinat-Knödel auf Gorgonzola mit Schmelztomaten	59
Spinat-Knödel mit Bergkäse und Walnüssen	60
Spinat-Ricotta-Cannelloni auf Tomaten-Oliven-Ragout	61
Steinpilz-Risotto mit Spinat	62
Steinpilz-Risotto	63
Tagliatelle mit Paprika-Gemüse und Pilzen	64
Tagliatelle mit Rucola und Crème-fraîche	65
Tagliatelle mit Sardellen, Oliven, Tomaten und Kapern	65
Vollkorn-Pfannkuchen mit Gemüse-Füllung und Tsatsiki	66

Waldpilz-Pasteten und Tomaten-Croustades	67
Ziegenkäse-Cashew-Strudel mit marinierten Berg-Linsen	68
Zitronen-Ricotta-Ravioli mit Pfefferminz-Butter	68
Zitronen-Schwammerl mit Semmel-Knödeln	69
Index	70

Allgäuer Käse-Spätzle mit Amalfi-Salat

Für 2 Personen

200 g Zwiebeln	1 rote Zwiebel	1/2 Fenchel
1/2 Gurke	5 Radieschen	2 Orangen
200 g Mehl	2 Eier	60 g Allgäuer Emmentaler
60 g Bergkäse	40 g Butter	1 EL Kräuternessig
3 EL Olivenöl	Muskatnuss	schwarzer Pfeffer
Salz		

Die Zwiebeln abziehen, in Ringe schneiden, mit etwas Mehl bestreuen und leicht salzen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe darin langsam anrösten. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen und den Steinguttopf darin vorwärmen. Den Emmentaler und den Bergkäse reiben und in einer Schüssel vermengen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Das Mehl, die Eier, 75 Milliliter Wasser, einen Teelöffel Salz und eine Prise Muskatnuss zu einem glatten Teig verrühren. Einen Teil des Spätzleteigs ins kochende Salzwasser hobeln. Wenn sie oben schwimmen, die Spätzle abschöpfen, kurz im Sieb abtropfen lassen und in den vorgewärmten Steinguttopf geben. Die erste Schicht Spätzle mit einem Teil des geriebenen Käses bestreuen. Diesen Vorgang wiederholen, bis der Steinguttopf voll ist. Die oberste Schicht sollten Spätzle bilden. Den Steinguttopf im Backofen warm stellen. Die rote Zwiebel abziehen. Die Gurke, den Fenchel, die Radieschen und die rote Zwiebel in dünne Scheiben schneiden. Die Orangen filetieren. Das Kräuternessig, das Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren und über den Salat geben. Die Käsespätzle auf einem Teller anrichten, mit den gerösteten Zwiebeln und dem Amalfi-Salat garnieren und servieren.

Silke Schiller am 05. September 2011

Allgäuer Käse-Spätzle mit Salat

Für 2 Personen

200 g Allgäuer Emmentaler	250 g Mehl	3 Eier
2 Zwiebeln	1 Tomate	1 Kopf Endivien-Salat
1 Zitrone	20 g Butter	1 EL Senf, mittelscharf
1 Bund Schabzigerklee	1 Bund Schnittlauch	2 EL Distelöl
50 ml Mineralwasser	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf 175 Umluft Grad vorheizen. Eine Auflaufform vorwärmen. Aus dem Mehl, den Eiern, einer Prise Salz und dem Mineralwasser einen Spätzleteig herstellen. Diesen mit dem Handrührgerät so lange rühren, bis der Teig Blasen wirft. Die Zwiebeln abziehen, halbieren und in Ringe schneiden. Die Zwiebelringe in einer Pfanne mit einen Esslöffel Distelöl rösten und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Käse reiben. Den Schabzigerklee schneiden und etwas davon zu dem Käse geben. Den Endivien-Salat waschen und kleinschneiden. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und den Spätzleteig von einem Holzbrett in das kochende Wasser schaben. Sobald die Spätzle an die Oberfläche steigen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und in die vorgewärmte Auflaufform geben. Auf eine erste Schicht Spätzle etwas Käse und Röstzwiebeln streuen. Weitere Spätzle genauso aufschichten und mit einer Schicht Käse enden. Schließlich Butterflöckchen auf dem Käse verteilen und die Form in den Backofen schieben. Die Zitrone pressen. Aus dem Zitronensaft, dem restlichen Distelöl, dem Senf, sowie Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden und zu der Vinaigrette geben. Die Spätzle auf einem Teller anrichten und mit einer Tomatenrose garnieren. Dazu den Endivien-Salat mit der Vinaigrette beträufeln und anrichten.

Eva-Maria Lange am 01. November 2010

Anellini alla Pecorara

Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 Karotte	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 Aubergine	6 Cocktailtomaten
2 Eier	250 g Mehl	100 g Ricotta, Schaf
3 EL Pecorino	100 ml Olivenöl	Salz

Das Mehl auf ein Holzbrett sieben und in die Mitte eine Mulde bilden. Die Eier, eine Prise Salz und einen Esslöffel Olivenöl zugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Diesen kurz ruhen lassen. Die Paprika halbieren, entkernen und von Scheidewänden befreien. Die Aubergine von den Enden befreien und gemeinsam mit der Paprika in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in zwei Pfannen erhitzen und das Gemüse separat darin anbraten. Die Zwiebel abziehen, die Karotte schälen, beides sehr klein schneiden und zusammen in reichlich Öl anbraten. Die Cocktailtomaten waschen, den Stiel entfernen und vierteln. Anschließend zu den Zwiebeln geben, das Ganze leicht salzen und etwa zehn Minuten köcheln lassen. Den Pecorino reiben. Den Nudelteig mehrmals durch eine Nudelmaschine walzen, bis er weich und glatt ist. Einen Topf mit Salzwasser und einem Esslöffel Öl aufsetzen. Kleine Scheiben vom Nudelteig schneiden und in lange „Würste“ rollen. Anschließend in fünf zentimetergroße Stücke schneiden, diese zu einem Ring formen und an den Enden zusammendrücken. Die Nudeln im Wasser etwa fünf Minuten kochen. Die gebratenen Zucchini und Auberginen zu den Cocktailtomaten und den Zwiebeln geben, die Nudeln mit einer Kelle aus dem Wasser heben und ebenfalls hinzugeben. Das Ganze gut vermengen, auf Tellern anrichten und mit dem Pecorino und dem Ricotta garnieren.

Tina Trippens am 29. November 2010

Antipasti Misti

Für 2 Personen

0,5 Ciabatta Brot	1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
2 Knoblauchzehen	0,5 Bund Rucola	2 Eier
100 g Parmesankäse	3 EL Pinienkerne	300 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Paprikas entstrunken, halbieren, entkernen und von den Scheidewänden befreien. Anschließend in zentimeterdicke Streifen schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, die Paprikastreifen darin zehn Minuten anbraten und mit Salz abschmecken. Die Eier in einer kleinen Schüssel mit einer Gabel verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und die gebratenen Paprikastreifen dazugeben. Die Paprika-Ei-Mischung in eine Pfanne geben und mit einem Holzlöffel gelegentlich verrühren bis das Ei goldbraun ist. Eine Knoblauchzehe abziehen, den Rucola von den Stielen abzupfen und beides zusammen pürieren. Das Olivenöl nach und nach dazugeben. Den Parmesankäse reiben, zwei Esslöffel davon unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pinienkerne im Mörser zerstoßen und ebenfalls unter das Rucola Pesto rühren. Das Ciabattabrot in Scheiben schneiden und im Backofen zwei Minuten aufwärmen. Anschließend eine Scheibe mit Olivenöl und etwas Salz bestreichen, eine Knoblauchzehe abziehen, zerreiben und auf die Scheibe streuen. Eine weitere Scheibe mit dem Öl mit dem Rucola Pesto bestreichen. Die Antipasti auf Tellern anrichten und servieren.

Tina Trippens am 30. November 2010

Artischocken-Tofu-Nocken mit Kalonji-Bulgur

Für zwei Personen

250 g Tofu	150 g Bulgur	250 g Artischockenherzen
100 g Cherrytomaten	100 g getrocknete Tomaten	1 mittlere Papaya
1 unbehandelte Zitrone	Weizenmehl	10 g Ingwer
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Basilikum	1 Zweig Koriander
1 EL Butter	1 EL Agavendicksaft	1 EL Balsamico
1 EL Olivenöl	Olivenöl, Ghee	1 Lorbeerblatt
1 TL Berberitzen	1 TL Stinkasant (Asafoetida)	1 TL gemahlener Koriander
1 TL gem. Bockshornkleesamen	1 TL Kalonji-Samen	1 TL Kardamon
1 TL Kreuzkümmel	1 TL süßer Paprika	1 EL Rohrzucker
1 Prise Nelkenpulver	schwarzer Pfeffer, Salz	

Die Artischockenherzen gut abtropfen lassen und mit dem Lorbeerblatt, dem Stinkasant (Asafoetida), einem Viertel Teelöffel gemahlenem Koriander und einem Viertel Teelöffel gemahlene Bockshornkleesamen in Olivenöl anbraten. Das Ganze mit etwas Wasser ablöschen und ziehen lassen bis das Wasser verdunstet beziehungsweise aufgesogen ist. Den Tofu in Würfel schneiden und im Ghee anbraten, bis er braun wird. Den Bulgur in einem Topf mit Wasser gar kochen. Das Basilikum zupfen und fein hacken. Die Artischockenherzen und den Tofu sowie das Basilikum und den Agavensaft in ein hohes Gefäß geben und zu einer homogenen Masse pürieren. Anschließend beiseite stellen. Die Papaya schälen und entsteinen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Tomaten putzen und vierteln. Die getrockneten Tomaten in schmale Streifen schneiden. Den frischen Koriander zupfen und klein schneiden. Den Ingwer schälen und reiben. Den Ingwer mit dem Zucker, den Berberitzen, einem Viertel Teelöffel Kardamon, einem Viertel Teelöffel Kreuzkümmel, einem Viertel Teelöffel süßem Paprikapulver, dem Nelkenpulver, etwas Zitronensaft und Salz vermengen. Das Ganze in einen Topf geben und sehr leicht auf dem Herd erwärmen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und mit einem Esslöffel Nocken aus der Artischocken-Tofu-Masse nehmen. Die Masse vorher mit Mehl bestäuben. Das Olivenöl und den Balsamico vermengen. Den Knoblauch abziehen und auspressen. Etwas Knoblauch zum Öl hinzugeben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken und am Ende über die Nocken geben. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kalonjisamen darin anbraten. Den Bulgur zugeben und kurz wenden. Die Artischocken-Tofu-Nocken mit dem Kalonji-Bulgur und dem Papaya-Tomaten-Chutney auf Tellern anrichten und servieren.

Manuel Stöbel am 25. Juli 2012

Auberginen-Auflauf, Fenchel und Champignon-Bruschetta

Für 2 Personen

1 Aubergine	1 Fenchelknolle	1 unbehandelte Zitrone
200 g helle Champignons	2 weiße Zwiebeln	1 Knolle Knoblauch
1 Chilischote	3 getrocknete Tomaten	5 schwarze Oliven
2 Scheiben Weißbrot	200 g Mozzarella	400 g Parmesan
5 EL Semmelbrösel	700 g passierte Tomaten	200 ml Hühnerfond
200 ml trockener Weißwein	3 EL Zucker	1 Bund Basilikum
1/2 Bund glatte Petersilie	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Die Zwiebeln und eine Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Einen Topf mit Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch zum Andünsten hineingeben. Die passierten Tomaten ebenso in den Topf geben und das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend den Zucker hinzufügen und 15 minutenlang köcheln lassen.

Die Aubergine waschen, trocknen und in Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginenscheiben darin goldbraun braten. Anschließend etwas Küchenpapier auslegen und die Aubergine zum Abtropfen darauf legen.

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Fenchelknolle vierteln und für circa acht Minuten im Salzwasser kochen lassen. Von der Zitrone zwei bis drei Scheiben abschneiden und zum Fenchel in das Wasser geben.

Eine zweite Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter von den Stielen abzupfen und klein hacken. Anschließend eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen, die Semmelbrösel mit dem Knoblauch darin anrösten und schließlich mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Parmesankäse reiben und die Hälfte zusammen mit den gerösteten Semmelbröseln und der Petersilie in eine Schüssel geben und vermengen. Die Hälfte der Tomatensauce in eine Auflaufform geben. Die Fenchelstücke darauf legen und mit der Semmelbrösel-Parmesan-Mischung abschließen.

Das Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Die Tomatensauce als Untergrund in eine zweite Auflaufform gießen, die Auberginenscheiben darauf legen und mit einer weiteren Schicht Sauce begießen. Die Mozzarella und den Parmesan darüber geben. Abschließend nochmals die übrige Tomatensauce raufschichten und abschließend die Basilikumblätter, den Mozzarella sowie den übrigen Parmesan über das Ganze geben und beide Auflaufformen für etwa zehn Minuten in den Backofen geben.

Die Chilischote längs aufschneiden, entkernen und klein hacken. Die getrockneten Tomaten klein schneiden. Eine weitere Knoblauchzehe abziehen und klein schneiden. Die Oliven entkernen und ebenfalls klein schneiden. Die Champignons putzen und vierteln. Olivenöl in einer Pfanne leicht erhitzen und darin die Chilistücke, die getrockneten Tomaten und Oliven anbraten und danach mit dem Weißwein ablöschen. Anschließend die Champignons hinzufügen und das Ganze mit dem Hühnerfond, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Weißbrot im Backofen leicht rösten und danach die Champignon-Masse darauf geben. Den Auberginenauflauf, den gratinierten Fenchel, sowie die Champignon-Bruschetta auf Tellern anrichten und servieren.

Santa Daniel am 04. Oktober 2011

Auberginen-Häppchen mit Feta

Für 2 Personen

1 Aubergine, mittelgroß	5 Tomaten, groß	150 g Dosen-Tomaten
150 g Fetakäse	3 EL Pinienkerne	1 Bund Basilikum
1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote, klein	4 EL Olivenöl
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Aubergine waschen, trocken tupfen und in drei Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit zwei Esslöffel Olivenöl erhitzen und die Aubergine darin von jeder Seite vier Minuten anbraten. Die Tomaten waschen, halbieren, entkernen und fein hacken. Den Feta zerbröseln und das Basilikum zupfen. Den Knoblauch abziehen und zerdrücken. Anschließend die Tomaten, den Feta, die Hälfte des Basilikums und den Knoblauch mit einem Esslöffel Olivenöl und etwas Salz und Pfeffer vermengen. Die Pinienkerne in einer Pfanne leicht anrösten, anschließend zu der Tomatenmischung hinzugeben und vermengen. Die Auberginen zu einem Turm aufeinander schichten, zwischen die Scheiben jeweils etwas von der Tomatenmischung geben. Anschließend alles für elf Minuten in den Ofen geben. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden und entkernen. Anschließend die Dosen-Tomaten, eine halbe Chilischote und das restliche Olivenöl pürieren. Das Auberginentürmchen aus dem Ofen nehmen. Die Auberginenhäppchen mit der Tomatensoße auf Tellern anrichten und mit dem restlichen Basilikum garnieren.

Nehle Scholtz am 06. Juli 2010

Auberginen-Röllchen mit Gemüse-Couscous

Für 2 Personen

60 g Couscous	1 Aubergine, a 350g	1 Zwiebel
5 Zehen Knoblauch	1 Karotte	1 Stange Staudensellerie
1 Zitrone, unbehandelt	1 Gurke, a 60 g	1 Bund Petersilie, kraus
1 Bund Basilikum	20 g Pinienkerne	160 g Parmesan, am Stück
150 g Joghurt, griechisch	50 g saure Sahne	30 ml Weißwein, trocken
120 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Den Couscous mit 100 Milliliter kochendem Wasser übergießen, durchrühren und zugedeckt quellen lassen. Die Aubergine waschen und längs in circa einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Mit zehn Millilitern Öl dünn bestreichen und auf einem Blech im heißen Ofen von jeder Seite sieben Minuten backen. Nach dem Herausnehmen der Auberginen die Temperatur des Backofens auf 220 Grad erhöhen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen und die Karotte schälen. Eine Knoblauchzehe, die Zwiebel und die Karotte klein schneiden. Den Sellerie putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel in zwanzig Millilitern Öl glasig dünsten. Das Gemüse und die geschnittene Knoblauchzehe dazugeben und fünf Minuten anbraten. Die Zitrone halbieren und auspressen. Das Gemüse mit dem Weißwein und einem Esslöffel Zitronensaft ablöschen und drei Minuten einkochen lassen. Den Parmesan reiben und das Basilikum zupfen. Die Basilikumblätter mit drei Knoblauchzehen, den Pinienkernen, 70 Millilitern Olivenöl und 40 Gramm Parmesan vermischen und zu einem Pesto pürieren. Die Petersilie zupfen und klein hacken. Das Gemüse mit dem Couscous, der Petersilie, zwei Esslöffeln Parmesan und dem Pesto mischen, salzen und pfeffern. Auf jede Auberginenscheibe zwei Esslöffel der Füllung geben und aufrollen. Eine Auflaufform mit dem restlichen Öl ausstreichen, die Röllchen hineinsetzen und mit dem übrigen Parmesan bestreuen. Anschließend die Röllchen im Backofen zehn Minuten überbacken. Für das Tzatziki die Gurke schälen, fein raspeln und das Gurkenwasser abgießen. Den restlichen Knoblauch fein hacken und mit dem Joghurt, der sauren Sahne und den Gurkenraspeln vermengen. Anschließend das Ganze mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Auberginenröllchen auf Tellern anrichten und mit dem Tzatziki garnieren.

Mirja Hammer am 06. Oktober 2009

Auberginen-Schafskäse-Taler mit Joghurt-Soße

Für 2 Personen

2 Auberginen, mittelgroß	200 g Schafskäse	3 Eier
1 Zehe Knoblauch	125 g Paniermehl	125 g Mehl
1 Bund Petersilie, glatt	1 TL Chiliflocken	0,5 Bund Dill
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Den Schafskäse in eine Schale zerbröseln. Das Ei aufschlagen und dazu geben. Die Chilischote von den Enden befreien und längs aufschneiden, von den Kernen befreien. Die Petersilienblätter abzupfen und zusammen mit den Chilischoten klein hacken, ebenfalls zu dem Schafskäse geben und das Ganze vermengen. Die Auberginen in Scheiben schneiden. Zwischen zwei Scheiben die Schafskäsemasse streichen. Das Mehl, das Paniermehl und ein aufgeschlagenes Ei jeweils in einen Teller geben. Die Taler in Mehl wälzen, danach in das Ei eintauchen und zuletzt mit Paniermehl panieren. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, darin die panierten Taler goldbraun anbraten. Die Taler aus der Pfanne nehmen, auf Küchenkrepp kalt stellen und abtropfen lassen. Joghurt in eine Schüssel geben, Knoblauch abziehen und hinein pressen, mit Salz würzen. Joghurtsoße als breiten Streifen auf einen Teller geben, darauf zwei Taler anrichten und mit Dill garnieren.

Nilgün Bedir am 02. Februar 2010

Brokkoli-Flan im Roten- Meer

Für 2 Personen

125 g Brokkoli	300 g Rispentomaten	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 Stange Staudensellerie	1 Karotte
1 Bund Basilikum	50 g Pinienkerne	2 EL Tomatenmark
200 g geschälte Tomaten, Dose	150 ml Schlagsahne	1 Ei
50 g Butter	1 EL Olivenöl	1 Muskatnuss
Zucker	schwarzer Pfeffer	Salz

Die Butter schmelzen, die Flanförmchen damit ausstreichen und anschließend in die Kühlung geben. Den Brokkoli waschen, von den Blättern befreien, die Röschen vom Strunk befreien und in reichlich Salzwasser für fünf Minuten leicht kochen. Zwei Röschen davon nur kurz blanchieren und zum Dekorieren beiseite legen. Eine Pfanne mit Wasser zum Kochen bringen. Die Muskatnuss reiben. Den Brokkoli abgießen, im Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Den Brokkoli pürieren. Anschließend das Ei und 30 Milliliter Sahne hinzugeben. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Masse in die vorbereiteten Förmchen füllen, in das leicht siedende Wasser der Pfanne stellen und zugedeckt stocken lassen. Die frischen Tomaten waschen, vom Strunk befreien, würfeln, salzen und zum Abtropfen in ein Sieb geben. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen. Den Staudensellerie von der äußeren Haut und von den Enden befreien. Die Karotte ebenfalls von den Enden befreien und schälen. Das Basilikum zupfen, zwei Zweige davon beiseite legen und den Rest klein zupfen. Die Karotte, die Schalotte und den Knoblauch fein würfeln und den Staudensellerie in dünne Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und das Gemüse mit dem Tomatenmark darin andünsten. Anschließend die Tomatenwürfel, die Dosen-Tomaten und die klein gezupften Basilikumblätter dazugeben. Die Soße bei geringer Hitze kochen, bis der Tomatensaft fast eingekocht ist. Anschließend die Soße fein pürieren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, passieren und mit der restlichen Sahne verfeinern. Die Pinienkerne in einer Pfanne leicht anrösten. Die Soße auf Teller geben. Die Flanförmchen aus der Pfanne nehmen, den Flan mit einem Messer vom Rand lösen und auf die Soße stürzen. Die restlichen Basilikumzweige zupfen. Den Brokkoliflan im Roten Meer mit den restlichen Brokkoliröschen, Basilikumblättern und den Pinienkernen garnieren und servieren.

Karola Vosen am 04. Mai 2010

Couscous mit Semmelkren und kreolischem Wurzel-Gemüse

Für zwei Personen

200 g Couscous	2 Bund Suppengemüse	50 g frischer Meerrettich
1 Zwiebel	3 Semmeln, vom Vortag	1 Bund Petersilie
1 Bund Koriander	1 EL Kurkuma	200 g Butter
250 ml Milch	125 ml Sahne	300 ml Gemüsefond
1 Prise getr. Koriander	1 Prise getr. Kardamom	1 Prise getr. Zimt
1 Prise getr. Lorbeer	1 getr. Gewürznelke	1 getr. Wachholderbeeren
1 Prise getr. Fenchel	1 Muskatnuss	1 Prise Zucker
10 ml Arganöl	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Suppengemüse schälen und klein schneiden. Die Zwiebel abziehen, in Stücke schneiden und zusammen mit dem Suppengemüse in Salzwasser bissfest kochen. Den Couscous mit dem Gemüsefond aufgießen und quellen lassen. Den getrockneten Koriander, den Lorbeer, den Fenchel, den Zimt, die Gewürznelke, den Zucker und den Kardamom in den Mörser geben und mahlen. Den Meerrettich reiben und die Semmel in kleine Würfel schneiden. Die Milch mit der Sahne in einem Topf zum Kochen bringen und den Meerrettich und die Semmelwürfel darin kochen, bis eine sämige Masse entsteht. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Couscous mit den gemahlene Gewürzen abschmecken, auf einem Teller anrichten und mit dem Semmelkren im Ofen zehn Minuten lang gratinieren, bis der Semmelkren braun ist. Die Butter zum Suppengemüse geben und mit dem Kurkuma einkochen. Mit einer Prise der Gewürzmischung abschmecken. Die Petersilie und den Koriander abzupfen und mit dem Suppengemüse vermischen. Das Suppengemüse rundherum um den gratinierten Couscous auf einem Teller anrichten, mit dem Arganöl beträufeln und servieren.

Katrin Rother am 10. Dezember 2012

Crème brûlée vom Emmentaler

Für 2 Personen

3 Mangos, reif	2 Eier	125 g Sahne
125 g Milch	50 g Emmentaler	10 g Zucker
1 EL Zucker, braun	2 Korianderkörner	1 Limette, unbehandelt
1 TL Cayennepfeffer	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 95 Grad Umluft vorheizen. Den Emmentaler fein reiben. Die Sahne und die Milch in einem Topf aufkochen lassen, den Emmentaler dazugeben, anschließend vom Herd nehmen und mit dem Zucker, Pfeffer und Salz verrühren. Ein Ei trennen und das Eigelb zusammen mit dem restlichen ganzen Ei vorsichtig unter die Masse heben. Abschließend die Masse in Souffléförmchen geben und im Backofen etwa 15 Minuten backen. Für die Mangosoße die Korianderkörner fein zerstoßen. Die Mangos schälen, etwa 300 Gramm Fruchtfleisch herauslösen und zu kleinen Würfeln schneiden. Die Limette halbieren und etwa einen Teelöffel Saft auspressen. Die Mangowürfel mit dem Limettensaft, dem Koriander und Cayennepfeffer würzen. Die Souffléförmchen aus dem Ofen nehmen, mit dem braunen Zucker bestreuen und mit einem Bunsenbrenner karamellisieren. Die Souffléförmchen mit der Mangosoße auf Tellern anrichten und servieren.

Berit Seifert am 17. September 2009

Dreierlei Knödel mit Salat

Für zwei Personen

450 g Weißbrot, vom Vortag	100 g Eichblattsalat	100 g Feldsalat
100 g Friséesalat	125 g tiefgek. Blattspinat	25 g Rote Bete, vorgekocht
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	100 g Walnusskerne, geschält
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Schnittlauch	3 EL Mehl
3 Eier	80 g Bergkäse	20 g Gorgonzola
20 g Brie	50 g Parmesan	250 g Butter
200 ml Milch	2 EL Olivenöl	1 EL Rotweinessig
Salz, Pfeffer		

Für den Käse-Knödel eine Pfanne erhitzen und 60 Gramm der Butter darin zerlassen. Den Bergkäse in Stücke schneiden und mit 150 Gramm des Knödelbrottes vermengen. Die zerlassene Butter sowie ein Ei ebenfalls zugeben und untermischen. Nach und nach so viel Wasser dazugeben, bis eine kompakte Masse entsteht. Die Petersilie und den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und fein hacken. Eine kleine Menge der Kräuter unter die Knödelmasse mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und eine kurze Zeit quellen lassen. Für den Spinat-Knödel die Zwiebel schälen und fein hacken. Eine Pfanne mit 50 Gramm Butter erhitzen, die Hälfte der Zwiebelwürfel in die heiße Butter geben und andünsten. 150 Gramm des Knödelbrottes und etwas von der Petersilie ebenfalls in die Pfanne geben und mitrösten. Die Masse anschließend in eine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das übrige Ei mit 100 Millilitern Milch verquirlen und zu dem Knödelbrot geben. Die Knoblauchzehen abziehen, eine Zehe zusammen mit dem Spinat in einen Zerkleinerer geben und pürieren. Die Spinatmasse zum Knödelbrot geben und alles gut vermengen. Den Gorgonzola in Stücke schneiden. Für die Rote-Bete-Knödel die übrigen Zwiebelwürfel in einer Pfanne mit 50 Gramm Butter andünsten. Das restliche Knödelbrot, sowie die restliche Petersilie ebenfalls in die Pfanne gebe und mitdünsten. Das Ei mit der Milch verquirlen und anschließend mit der Masse aus der Pfanne in einer Schüssel vermengen. Die Rote Bete in den Zerkleinerer geben, pürieren und ebenfalls unter die Masse heben. Den Brie in Stück schneiden. Den Topf mit Siebeinsatz mit Wasser füllen und zum Kochen bringen. Den Knödelteig jeweils mit einem Esslöffel Mehl vermengen und die Knödel formen. In den Spinatknödel ein Stück Gorgonzola geben und in den Rote-Bete- Knödel ein Stück Brie geben. Die geformten Knödel in den Siebeinsatz des Topfes geben und in dem heißen Dampf gar ziehen lassen. Die drei Salatsorten waschen und trocken schleudern. Eine Salatschüssel mit der übrigen Knoblauchzehe ausreiben und den Salat hineingeben. Aus dem Olivenöl, dem Essig, einer Prise Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren und über den Salat geben. Die Walnusskerne zerbröseln und ebenfalls über den Salat streuen. Den Parmesan reiben und die übrige Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Knödel aus dem Topf nehmen, auf einem Teller anrichten, die zerlassene Butter, den Parmesan und Schnittlauch darüber geben. Den Salat auf einem separaten Teller anrichten und beides zusammen servieren.

Rosi Bauer am 01. Oktober 2012

Dreierlei Pasta mit dreierlei Soßen

Für 2 Personen

100 g Penne	100 g Spaghetti	100 g Gnocchi-Nudeln
200 g Gorgonzola	250 g Parmesan	300 g Cocktailtomaten
1 Knolle Knoblauch	100 g Pinienkerne	1 Muskatnuss
150 g schwarze Oliven	0,25 Bund glatte Petersilie	1 Bund Basilikum
100 g Butter	250 ml Sahne	200 ml Weißwein
Olivenöl	Zucker	Salz
Pfeffer, schwarz		

Die Nudeln getrennt voneinander gar kochen. Wasser aufsetzen und die Cocktailtomaten darin kurz aufkochen lassen. Danach in kaltem Wasser abschrecken und die Haut entfernen. Den Weißwein aufkochen und etwas reduzieren lassen. Die Sahne und einen Esslöffel Butter zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Gorgonzola mit einer Gabel zerdrücken und zu der Soße geben. Das Basilikum zupfen und in ein hohes Gefäß geben. Die Pinienkerne anrösten und mit in das Gefäß geben. Zwei Zehen Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Parmesan in grobe Stücke zerteilen. Beides mit in das Gefäß geben. Salz und einen Schuss Olivenöl beifügen und pürieren. Den restlichen Knoblauch abziehen und andrücken. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin anrösten. Die Oliven in Scheiben schneiden und mit in die Pfanne geben. Die geschälten Tomaten in Würfel schneiden und ebenfalls dazu geben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Den Knoblauch aus der Soße nehmen. Die Nudeln abgießen. Die Petersilie zupfen und unter die Gorgonzola-Soße mengen. Die Gnocchi mit zu der Soße geben und auf Tellern anrichten. Die Spaghetti mit dem Pesto mischen, die Penne mit der Tomaten- Knoblauch-Soße vermengen und beides mit auf den Tellern anrichten und servieren.

Annette Schwarz am 08. Oktober 2010

Farfalle mit Gorgonzola-Soße

Für 4 Personen

500 g Farfalle-Nudeln	300 g Brokkoli	250 g Gorgonzola
0,5 Becher Crème-fraîche	50 g Mandelstifte	Milch
Pfeffer, schwarz	Salz	

Die Nudeln in Salzwasser bissfest garen. Den Brokkoli in einem weiteren Topf mit Salzwasser blanchieren. Crème-fraîche und Gorgonzola in einer Pfanne schmelzen und kurz aufkochen. Jeweils einen Schuss Milch und Brokkoliwasser hinzufügen und das Ganze gut verrühren. Zum Schluss die Mandeln dazugeben und die Soße mit Pfeffer abschmecken. Die Nudeln auf Tellern anrichten und die Soße darübergeben. Den Brokkoli separat dazu servieren.

Gundula Gause am 03. Juli 2010

Fenchel mit scharfer Mango-Soße und Beluga-Linsen

Für zwei Personen

1 große weiche Mango	1 große Fenchelknolle	150 g Beluga-Linsen
100 ml naturtrüber Apfelsaft	1 TL Rohrzucker	3 Zweige Minze
1 Lorbeerblatt	1 TL Chilipulver	1 TL Kardamon
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	1 TL gemahlener Koriander	1 TL Kurkuma
Ghee, schwarzer Pfeffer, Salz		

Den Fenchel waschen, halbieren, mit etwas Ghee, Wasser, dem Lorbeerblatt und dem Apfelsaft in einem breiten Topf zum Kochen bringen und bei geschlossenem Topf sanft gar dünsten lassen. Das Lorbeerblatt herausnehmen und den Fenchel mit Salz und Pfeffer würzen. Die Beluga-Linsen waschen. Etwas Ghee in einem Topf erhitzen und mit einem Viertel Teelöffel gemahlene Kreuzkümmel, einem halben Teelöffel Koriander und einem halben Teelöffel Kurkuma anbraten. Anschließend die Linsen mitbraten und mit einem Viertel Liter Wasser ablöschen. Das Ganze köcheln lassen, bis das Wasser verkocht ist und die Linsen al dente sind. Die Minze waschen, klein hacken und unter die Linsen heben. Die Mango schälen, am Kern entlang filetieren und klein schneiden. Etwas Ghee in einem Topf erhitzen, einen halben Teelöffel Rohrzucker dazugeben und kurz karamellisieren lassen. Einen Viertel Teelöffel Kardamon und einen halben Teelöffel Chilipulver hinzufügen und das Ganze verrühren. Anschließend die Mango zugeben und leicht schmoren. Die Soße mit Wasser ablöschen, einkochen lassen und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den gedünsteten Fenchel mit der scharfen Mangosoße, den Beluga-Linsen mit der frischen Minze auf Tellern anrichten und servieren.

Manuel Stöbel am 26. Juli 2012

Frankfurter-Grüne-Soße mit Salzkartoffeln und Ei

Für 2 Personen

700 g Kartoffeln, fest	1 Bund Borretsch	1 Bund Kerbel
1 Bund Kresse	1 Bund Petersilie, kraus	1 Bund Pimpinelle
1 Bund Sauerampfer	1 Bund Schnittlauch	4 Eier, mittelgroß
400 g saure Sahne	1 TL Senf, mittelscharf	Pfeffer, schwarz
Salz		

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Einen weiteren Topf mit Wasser aufsetzen und die Eier darin acht Minuten hart kochen. Die Kräuter verlesen. Den Borretsch, den Kerbel, die Kresse, die Petersilie, die Pimpinelle und den Sauerampfer zupfen und sehr fein hacken. Den Schnittlauch ebenfalls in sehr feine Röllchen schneiden. Die Sahne mit den Kräutern vermengen und mit Salz, Pfeffer und dem Senf abschmecken. Das Ganze kurz pürieren. Anschließend die Soße in den Kühlschrank stellen. Die Kartoffeln abgießen. Die Eier abschrecken, pellen und in Viertel schneiden. Die Salzkartoffeln mit den Eiern und der Grünen Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Denise Schenester am 08. März 2010

Frischkäse-Thymian-Ravioli mit Tomaten-Kardamom-Soße

Für 2 Personen

200 g doppelgriffiges Mehl	60 g Hartweizengrieß	1 Zwiebel, klein
1 Knoblauchzehe	200 g Blattspinat	6 Eier
1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian
200 g stückige Tomaten	2 EL Butter	250 g Frischkäse
60 ml Gemüsefond	80 ml mildes Olivenöl	1 Prise Zimt
Kardamomsamen, gemahlen	Mehl, Muskatnuss	Vanillezucker
mildes Chilipulver	schwarzer Pfeffer, Salz	

Für den Nudelteig das Mehl, den Grieß, vier Eier, zwei Esslöffel Olivenöl und einer Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und im Kühlschrank etwas ruhen lassen. Für die Soße die gestückelten Tomaten mit dem Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Die Knoblauchzehe abziehen und eine Hälfte in Scheiben schneiden. Den Knoblauch mit 50 Millilitern des Olivenöls mixen und zur Soße geben. Die Kardamomsamen mit einem Mörser zerstoßen. Die Soße mit dem Kardamon, Salz, etwas Vanillezucker und etwas Chilipulver würzen. Die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Den Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern, grobe Stiele entfernen. Die Spinatblätter in kochendem Salzwasser drei Minuten blanchieren. Anschließend den Spinat abgießen und klein schneiden. Die Petersilie und den Thymian klein schneiden. Den Spinat mit den Zwiebelwürfeln, dem Frischkäse, zwei Eigelb, etwas Zitronenschale, der Petersilie und dem Thymian mischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer sowie je einer Prise Muskatnuss und Chilipulver würzen und in einen Spritzbeutel füllen. Den Nudelteig halbieren und mit dem Nudelholz zu zwei dünnen, langen Teigplatten ausrollen, dabei mit etwas Mehl bestäuben. Das Eiweiß verquirlen und auf die Teigplatten streichen. Die Füllung im Abstand von zwei bis drei Zentimetern als Häufchen darauf spritzen. Die andere Teigplatte locker darauflegen und mit den Fingern rund um die Füllung andrücken. Mit einem Teigrad Quadrate ausschneiden. Die Ränder fest andrücken und ohne Luftblasen verschließen. Die Ravioli in einem Topf in leicht siedendem Salzwasser drei Minuten ziehen lassen. Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Ravioli mit dem Schaumlöffel herausheben und in der Butter schwenken. Die Ravioli mit der Tomatensoße auf einem Teller anrichten. Mit Pfeffer garnieren und servieren.

Christina Pohl am 28. März 2012

Frischkäse-Wirsing-Röllchen mit Pilz-Soße

Für 2 Personen

6 festk. Kartoffeln	100 g kleine Champignons	100 g Kräuterseitlinge
4 Wirsingblätter	50 g Paniermehl	1 Ei Mehl
30 g Pinienkerne	1 Schalotten	1 Bund Frühlingszwiebel
1 Peperoni, rot	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Bärlauch
100 g Ziegen-Frischkäse	100 g Frischkäse	1 Ei
100 ml trockener Riesling	150 ml Sahne	50g Butterschmalz
50g Butter	Salz	Pfeffer

Einen Topf mit Wasser aufsetzen und vier Wirsingblätter darin vier Minuten garen und in Eiswasser abschrecken. In einem weiteren Topf etwas Wasser füllen und den Dampfeinsatz einsetzen. Die Kartoffeln schälen, mit dem Kugelstecher aus den Kartoffeln Kugeln ausstechen und in einem Topf mit Wasser bedeckt zum Garen auf den Herd stellen und mit Salz würzen. Die Schalotten abziehen und klein schneiden. Die Pilze putzen und die Petersilie hacken. Die Wirsingblätter zwischen zwei Handtüchern trocken tupfen. In einer heißen Pfanne die Pinienkerne goldbraun anrösten, aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. In der gleichen Pfanne 25 Gramm Butterschmalz erhitzen und einen Teil der Schalotten goldbraun andünsten. Die Hälfte der Petersilie kurz mit durch schwenken. Etwas abkühlen lassen. Die Peperoni längs aufschneiden, von den Kernen befreien und klein schneiden. Den Bärlauch ebenfalls klein schneiden. In einer Schüssel den Ziegenkäse, den Frischkäse, das Ei, das Paniermehl, die gedünstete Schalotten mit der Petersilie, den Bärlauch, die gerösteten Pinienkerne, der Peperoni, Pfeffer und Salz verrühren. Die Füllung gleichmäßig auf die Wirsingblätter verteilen. Die Seiten der Kohlblätter einschlagen und dann Röllchen daraus formen. Jedes Röllchen in Mikrowellenfolie fest einrollen. Nun die Röllchen auf den Dampfeinsatz des Topfes setzen und 15 Minuten dämpfen lassen. Das restliche Butterschmalz erhitzen. Die restlichen kleingeschnittenen Schalotten zusammen mit den vorbereiteten Pilzen darin rösten, etwas Mehl darüber stäuben und mitrösten. Mit Riesling und Sahne löschen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer und zum Schluss noch etwas von der restlichen kleingehackten Petersilie hinein geben. Die Kartoffelkugeln in einer Pfanne mit Butter schwenken. Die Wirsingröllchen auf einem Teller anrichten und die Kartoffelkugeln dazu geben. Mit der Soße garnieren und servieren.

Hildegard Gerecke am 30. Juni 2010

Gebackener Schafskäse mit Knoblauch-Baguette

Für 2 Personen

2 Schafskäse a 100 g	1 Baguette	25 g Lollo-Rosso
25 g Radicchio-Rosso	25 g Eichblattsalat	25 g schwarze Oliven
3 Knoblauchzehen	150 g Cocktailtomaten	100 g Sojasprossen
1 unbehandelte Orange	1 unbehandelte Zitrone	3 Eier
50 g Weizenmehl	2 EL Pinienkerne	1 EL Sonnenblumenkerne
3 EL Orangensaft	3 EL Weißweinessig	1 EL flüssiger Honig
1 EL süßer Senf	1 EL körniger Senf	1 Bund Oregano
0,5 Bund Basilikum	10 EL Olivenöl	Balsamico-Crème
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Blattsalate waschen und trocken schleudern. Die Orange schälen und anschließend in Scheiben schneiden. Die Cocktailtomaten halbieren. Die Pinien- und die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Kerne anschließend in einer großen Schüssel mit den Blattsalaten, den Tomaten, den Orangenscheiben und den Sojasprossen mischen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Eier trennen und das Eigelb in einen tiefen Teller geben. Das Mehl auf einen zweiten Teller streuen und den Schafskäse zunächst durch das Ei ziehen und anschließend im Mehl wenden. Vier Esslöffel Olivenöl in einer hohen Pfanne erhitzen und den panierten Käse darin goldgelb ausbacken. Zwei Knoblauchzehen abziehen und die Oliven in Ringe schneiden. Beides in einer Pfanne mit zwei Esslöffeln Olivenöl so lange anbraten, bis der Knoblauch goldbraun ist. Zwei Esslöffel Wasser und den Weißweinessig zugeben und aufkochen lassen, bis die Flüssigkeit auf die Hälfte reduziert ist. Die Oreganoblätter abzupfen, fein hacken und die Hälfte davon zusammen mit etwas Pfeffer zu den Oliven und dem Knoblauch geben. Das Baguette in Scheiben schneiden und ohne Fett in einer Pfanne kurz anrösten, mit dem angebratenen Knoblauch einreiben, die Olivenringe darüber geben und mit etwas Olivenöl beträufeln. Für das Dressing die übrige Knoblauchzehe abziehen, sehr fein hacken und zusammen mit dem Orangensaft, dem Zitronensaft, den beiden Senfsorten, dem Honig und vier Esslöffeln vom Olivenöl verrühren. Den restlichen Oregano zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Vom Basilikum einige Blätter abzupfen. Den Salat mit dem Dressing beträufeln und zusammen mit dem Schafskäse auf Tellern anrichten und mit der Balsamico- Crème und den Basilikumblättern garnieren.

Lea Stier am 26. Oktober 2010

Gebratener Halloumi mit Reis, Gemüse und Guacamole

Für zwei Personen

200 g Halloumi	50 g Basmatireis	10 Cocktailtomaten, klein
1 Zucchini	2 Avocados	1 Limette
1 Zwiebel	1 Tomate	1/2 Bund Basilikum
50 g helle Sesamsamen	30 g Butter	Olivenöl, Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Basmatireis mit der doppelten Menge Wasser aufsetzen. Den Reis gar kochen. Die Cocktailtomaten und die Zucchini waschen. Die Zucchini in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchini und die Cocktailtomaten darin anbraten. Den Halloumi in Scheiben schneiden. Die Halloumi-Scheiben mit dem Sesam panieren. Den Halloumi in Olivenöl von allen Seiten anbraten. Das Gemüse dazugeben. Die Butter in den Reis geben und verrühren. Die Avocados schälen und mit einer Gabel in einer Schüssel zerdrücken. Die Limette halbieren und aus einer Hälfte den Saft auspressen. Den Limettensaft über das Avocadofleisch geben. Die Zwiebel abziehen und klein würfeln. Die Tomate ebenfalls würfeln. Die Zwiebeln und die Tomatenwürfel unter die Avocado mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den gebratenen Halloumi mit dem Gemüse auf einem Teller anrichten. Den Reis und die Guacamole dazugeben, mit dem Basilikum garnieren und servieren.

Peter Schauer am 01. Juli 2012

Gefüllte Champignons mit Bruschetta

Für 2 Personen

8 Champignons, groß	250 g Blattspinat	10 g Oregano, gerebelt
160 ml Olivenöl	2 Fleischtomaten	1 Frühlingszwiebel
1 Schalotte	1 Baguette	4 EL Crème-fraîche
1 Zehe Knoblauch	0,5 Bund Basilikum	0,5 Bund Thymian
1 Zweig Rosmarin	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 250 Grad Umluft vorheizen. Die Champignons putzen und die Stiele entfernen. Die Mulden der Stiele mit einem Messer vergrößern. Die Stiele der Champignons würfeln. Den Spinat fein schneiden. Den Knoblauch und die Schalotte abziehen und fein hacken. Die Champignonwürfel, den Knoblauch und die Schalotte in 30 Millilitern Olivenöl anbraten. Nach kurzer Zeit zuerst den Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Abschließend das Crème-fraîche einrühren und das Ganze 15 Minuten einkochen lassen. Für die Bruschetta die Fleischtomaten würfeln. Die Frühlingszwiebel abziehen und fein würfeln. Etwas Thymian und Rosmarin zupfen. Etwas Basilikum zupfen und in Streifen schneiden. Die Fleischtomaten und das Basilikum mit 40 Millilitern Olivenöl vermengen und mit Salz, Pfeffer, Oregano, Rosmarin und Thymian abschmecken. Anschließend die Hälfte der Frühlingszwiebeln dazugeben und das Ganze gut verrühren. Die restlichen Zwiebeln beiseite legen. Die Auflaufform mit dem restlichen Olivenöl einfetten. Die Champignons mit dem Spinat füllen, in die Auflaufform geben und auf mittlerer Schiene zehn Minuten backen. Sechs Scheiben vom Baguette abschneiden und mit je zehn Millilitern Olivenöl beträufeln. Die Baguettescheiben mit der Tomaten-Zwiebel-Mischung bestreichen und das Ganze kurz in den Ofen geben. Die Champignons und die Bruschetta dekorativ auf Tellern anrichten und servieren.

Johanna Engelage am 01. September 2009

Gefüllte Champignons mit Cranberrie-Salat

Für 2 Personen

6 Champignons, braun	340 g Blattspinat, TK	100 g Cranberries, getrocknet
200 g Rucola	30 g Cashewkerne	3 Tomaten
1 Zwiebel	3 Zehen Knoblauch	1 Avocado
1 Apfel, süß	70 g Kräuterfrischkäse	200 ml Tomaten, passiert
70 ml Weißwein	1 TL Honig, flüssig	1 EL Balsamico-Essig
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Zweig Oregano
3 EL Olivenöl	Olivenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Die Champignons sauber bürsten, von den Stielen befreien und diese klein schneiden. Die Champignonköpfe mit Pfeffer würzen. Die Zwiebel und zwei Knoblauchzehen abziehen und in kleine Würfel schneiden. Wasser zum kochen bringen und damit eine Tomate überbrühen. Anschließend diese häuten und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln und den Knoblauch andünsten. Anschließend die Champignonstiele, die Tomatenwürfel und den Spinat dazugeben, weitere fünf Minuten mitdünsten und abschließend den Frischkäse hinzufügen und das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Die Champignonköpfe mit der Masse füllen. Die Blätter von den Kräuterzweigen abzupfen. Die passierten Tomaten in einem Topf erhitzen, mit Salz, Pfeffer und den Kräuterblättern würzen und den Weißwein hinzufügen. Die Champignons in die Soße setzen und im geschlossenen Topf bei geringer Temperatur etwa 20 Minuten gar ziehen lassen. Für den Salat den Rucola waschen und trocken schleudern. Die Avocado von dem Kern befreien und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Den Apfel vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten vom Strunk befreien und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Für die Vinaigrette die restliche Knoblauchzehe abziehen, in eine Schüssel pressen und mit dem Balsamico-Essig, dem Honig und drei Esslöffeln Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat auf Tellern anrichten, mit der Vinaigrette beträufeln und mit den Cashewkernen und den Cranberries garnieren. Die gefüllten Champignons daneben servieren und mit der Soße garnieren.

Jan Haerter am 13. Oktober 2009

Gefüllte Nudeln mit Trüffel-Soße

Für 2 Personen

150 g Steinpilze	500 g Weizenmehl	200 ml Wasser
3 Eier	1 Zwiebel	100 g Bergkäse
30 g Butter	100 ml Sahne	1 Zehe Knoblauch
1 EL Trüffelöl	3 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Die Eier aufschlagen und die Eigelbe in eine Schüssel geben. Das Mehl, das Wasser, das Olivenöl und eine Prise Salz hinzufügen und zu einem Teig kneten. Den Teig im Kühlschrank ruhen lassen. Die Steinpilze klein schneiden, die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Beides zusammen in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Schüssel geben. Den Käse reiben und den Knoblauch abziehen. Beides zu der Steinpilzmasse geben und mit einem Pürierstab zerkleinern. Den Nudelteig dünn ausrollen und Dreiecke ausschneiden. Jeweils circa zehn Gramm der Pilzmasse auf ein Dreieck geben und den Teig verschließen. Die gefüllten Nudeln kurz in einem großen Topf mit kochendem Salzwasser garen, danach in kaltem Wasser abschrecken. Die Butter in eine heiße Pfanne geben, die Nudeln kurz anschwitzen, dann mit der Sahne auffüllen. Zwei Esslöffel von der Nudelfüllung mit in die Soße geben und kurz einkochen lassen. Zum Schluss einen Esslöffel Trüffelöl in die Soße geben, die Nudeln auf einem Teller anrichten und die Soße hinzufügen.

Mark Torke am 02. November 2010

Gemüse-Bolognese

Für 2 Personen

380 g Spaghetti	200 g Möhren	200 g Zucchini
125 g Pecorino	2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
40 g Tomatenmark	400 g geschälte Tomaten	250 ml Gemüfefond
10 ml Rotwein	Zucker	Salz
Pfeffer		

Die Zwiebeln abziehen und in Würfel schneiden. Den Knoblauch ebenfalls abziehen und klein schneiden. Die Möhren schälen und in Streifen schneiden. Die Zucchini in Würfel schneiden. Die Pelati ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch in einem Topf andünsten. Die Möhren, die Zucchini und die Pelati dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Gemüfefond dazugeben und bei schwacher Hitze 20 Minuten schmoren. Anschließend den Rotwein dazugeben. Nochmals mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Spaghetti darin gar kochen. Die Spaghetti auf einem Teller anrichten, die Gemüse-Bolognese dazugeben und den Pecorino darüber reiben.

Jan Zuberbühler am 15. Februar 2011

Gemüse-Curry mit Reis-Timbale

Für 2 Personen

125 g Basmatireis	1 gelbe Paprika	2 Karotten
0,5 Brokkoli	1 Zucchini	1 Zwiebel
1 Knolle Fenchel	1 Knolle Ingwer	0,5 Bund glatte Petersilie
1 EL Curry	1 Ei	100 g Frischkäse
100 g Crème-fraîche	250 ml Gemüsefond	2 EL Apfelsaft
Mehl	Butter	Sonnenblumenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Basmatireis in Salzwasser gar kochen. Die Karotten schälen und die Zucchini waschen. Beides in etwa fünf Zentimeter lange Stifte schneiden. Die Paprika entkernen und in schmale Streifen schneiden. Den Brokkoli in kleine Röschen zerteilen. Die Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Den Fenchel abziehen und in kleine Stücke schneiden. Den Ingwer schälen und fein schneiden. Sonnenblumenöl im Wok erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Das Currypulver zu der Zwiebel geben und bei schwacher Hitze kurz anschwitzen. Die Karotten, den Fenchel, den Ingwer und die Paprika hinzufügen und kurz anbraten. Den Gemüsefond in den Wok gießen und bei schwacher Hitze fünf Minuten köcheln lassen. Die Brokkoliröschen und die Zucchini dazugeben und weitere fünf Minuten garen. Den Frischkäse und den Apfelsaft unter das Gemüsecurry rühren. Etwas Mehl und etwas Butter zum Binden einrühren und eine Minute kochen lassen. Das Gemüsecurry mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den garen Reis abgießen. Das Ei trennen und das Eigelb mit dem Reis vermengen. Die Petersilie hacken und mit der Crème-fraîche zu dem Reis geben. Alles verrühren und mit dem Gemüsecurry auf einem Teller anrichten und servieren.

Hans Schmidt am 02. März 2011

Gemüse-Strudel mit Kräuter-Quark-Joghurt-Dip

Für 2 Personen

2 Scheiben Blätterteig (TK)	2 Möhren	1 Miniromanasalat
1 Minizucchini	2 Schalotten	1 Knoblauchzehen
1 Stangensellerie	0,5 Knollensellerie	4 getr. Öl-Tomaten
0,5 Bund Petersilie	0,5 Bund Basilikum	1 Bund Schnittlauch
2 Zweige Thymian	2 EL Kapern, eingelegt	1 EL Sesamkörner
100 g Quark, 20%	100 g Naturjoghurt	30 g Butter
1 TL Dijonsenf	2 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Die Möhren, beide Selleriesorten und die Zucchini klein schneiden. Die getrockneten Tomaten ebenfalls klein schneiden. Zwei Esslöffel Olivenöl erhitzen und das Gemüse darin anbraten. Den Thymianzweig dazugeben. Die Butter in einem Topf schmelzen, und den Blätterteig ausrollen und in gleichmäßige Quadrate schneiden. Das Gemüse in einem Sieb abtropfen lassen. Anschließend das Gemüse auf dem Blätterteigquadraten verteilen. Den Blätterteig zu einer Tasche formen und mit dem Schnittlauch zubinden. Die Taschen mit der Butter bestreichen und mit den Sesamkörnern betreuen. Die Blätterteigtaschen 20 Minuten in den Backofen geben. Den Naturjoghurt mit dem Quark vermischen. Den Dijonsenf, das restliche Olivenöl, Salz und Pfeffer dazugeben. Anschließend im Kühlschrank ziehen lassen. Das Basilikum und die Petersilie mit dem Rapsöl mixen. Anschließend die Kapern dazugeben. Den Gemüsestrudel auf einem Teller anrichten. Den Dip auf einem Salatblatt anrichten und beides servieren.

Jörg Heitz am 19. Mai 2011

Getrüffelte Steinpilz-Ravioli

Für 2 Personen

4 Steinpilze	1 kleine Trüffelknolle	150 g Mehl
50 g Hartweizengrieß	3 Eier	50 g Parmesan
4 EL Ricotta	1 Zweig Thymian	2 EL weißes Trüffelöl
100 ml Sahne	Olivenöl	schwarzer Pfeffer
Salz		

Das Mehl, den Hartweizengrieß und zwei Eier in eine Schale geben und zu einem Nudelteig kneten. Anschließend den Teig kalt stellen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Thymianblätter zupfen und klein schneiden. Die Steinpilze putzen, fein hacken und zusammen mit dem Thymian in der Pfanne anschwitzen. Das restliche Ei trennen und den Parmesan reiben. Kurz abkühlen lassen und mit dem Ricotta, dem geriebenen Parmesan und dem Eigelb mischen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einer Nudelmaschine aus dem Nudelteig dünne Bahnen drehen. Die Hälfte der Bahnen auf die Arbeitsfläche legen und alle acht Zentimeter einen Esslöffel der Steinpilzfüllung setzen. Den anderen Teil der Teigbahnen deckungsgleich darüber legen und den Rahmenbereich um die Füllungshäufchen festdrücken. Anschließend mit einer großen Tasse Nudeltaschen ausstechen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Sahne in einer kleinen Pfanne etwas reduzieren lassen. Die Nudeltaschen in das Wasser geben und bissfest garen lassen. Den Trüffel reiben. Die Nudeltaschen abschöpfen, kurz abtropfen lassen, in der Sahne schwenken und mit dem Trüffelöl verfeinern. Die getrüffelten Steinpilzravioli mit der Soße auf Tellern anrichten, mit dem Trüffel garnieren und servieren.

Max Ziegler am 28. Juli 2011

Glarner Zigerspätzli mit Calvados-Apfel-Schnitzen

Für 2 Personen

200 g Weißmehl	2 Eier	120 g Schabziger
200 g Blattspinat	1 Bund glatte Petersilie	1 Zwiebel
3 Äpfel, Elstar	1 Zitrone	2 TL eingem. Preiselbeeren
50 g Butter	50 g Zucker	1 Muskatnuss
1 TL Zimt	1/2 EL Olivenöl	50 ml Gemüfefond
150 ml Mineralwasser	100 ml Schlagahne	1 EL Calvados
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Mehl in eine Schüssel sieben. Die aufgeschlagenen Eier, das Mineralwasser, den feingehackten Spinat, das Öl, das Salz, den Pfeffer, die Muskatnuss, den Zimt und 40 Gramm fein geriebenen Schabziger dazugeben und zu einem Teig schlagen, bis er Blasen wirft. Den Teig ruhen lassen. Die Äpfel schälen, in gleich große Stücke schneiden und das Kerngehäuse entfernen. Mit Zuckerwasser bedecken, einen Esslöffel Zitronensaft und die Schale einer halben Zitrone dazugeben und bissfest garen. Die Äpfel herausnehmen, in karamellisiertem Zucker wenden, mit dem Calvados flambieren und warmstellen. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und leicht salzen. Den Spätzleteig durch ein Sieb in das Wasser reiben. Wenn die Spätzle an der Wasseroberfläche schwimmen mit einer Schaumkelle herausnehmen und in kaltem Wasser abkühlen lassen. Die Spätzle in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Anschließend die Spätzle in heißer Butter schwenken und im Ofen warmstellen. Die Zwiebelringe goldbraun rösten und auf die Spätzle legen. Die Sahne, den Gemüfefond, 80 Gramm Schabziger kalt anrühren und kurz aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und 0,5 Teelöffeln Muskatnuss abschmecken. Die Spätzle mit der Sauce und den Apfelschnitzen auf einem Teller anrichten, mit Preiselbeeren garnieren und servieren.

Willi Bless am 19. September 2011

Gnocchi mit Walnuss-Pesto und Tomaten-Salat

Für zwei Personen

220 g mehligk. Kartoffeln	150 g Rucola	2 Fleischtomaten
4 Cocktailtomaten	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
40 g Parmesan	30 g Pecorino	80 g Sahne-Joghurt
40 g Walnusshälften	50 g Pinienkerne	1EL Kapern
1 Ei	1 Bund Petersilie, glatt	120 g Mehl
250 ml Olivenöl	Balsamico-Essig	gemischte Kräuter
Salz, schwarzer Pfeffer		

Salzwasser in einem Topf erhitzen. Die Kartoffeln schälen, klein schneiden und in dem Topf gar kochen. Die Petersilie und die Kapern fein hacken. Den Knoblauch abziehen und ebenfalls fein hacken. Alles zusammen in einen Mörser geben und mit dem Öl den Walnüssen zu einer groben Paste verarbeiten. Die Masse mit dem Salz und dem Pfeffer abschmecken. Abschließend den Pecorino zu dem Pesto geben und vermengen. Die Kartoffeln abgießen und mit einem Kartoffelstampfer zu einem Brei verarbeiten. Den Kartoffelstampf mit dem Salz und dem Pfeffer kräftig würzen. Den Parmesan reiben und in den Kartoffelstampf einrühren. Anschließend das Ei unterrühren und das Mehl über die Masse sieben. Das Ganze gut vermengen und zu einem glatten Teig verkneten. Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Den Teig zu einer langen Rolle formen. Die Rolle in circa 2 cm breite Stücke schneiden und mit einer Gabel leicht eindrücken. Die fertigen Gnocchi mit einem Küchentuch abdecken. Eine Pfanne mit Öl erhitzen. Die Gnocchi in den Topf geben und zwei Minuten fertig garen, anschließend aus dem Wasser nehmen und in der Pfanne leicht anbraten. Mit dem Salz und dem Pfeffer abschmecken. Für den Salat den Rucola waschen und trocken schleudern. Die Zwiebel abziehen und die Hälfte fein hacken. Die andere Hälfte in grobe Streifen schneiden. Die Cocktailtomaten halbieren und unter den Rucola mischen. Die Fleischtomaten vierteln und mit den Zwiebeln zu dem Rucola geben. Die Pinienkerne in eine Pfanne geben, anrösten und abkühlen lassen. Für die Vinaigrette den Sahne-Joghurt in eine Schüssel geben und mit den Kräutern, dem Balsamico-Essig, dem Pfeffer und dem Salz würzen. Die Hälfte der Zwiebel unterrühren. Die Tomaten auf einen Teller geben und die Sahne-Joghurt-Vinaigrette so wie die Zwiebelscheiben und die Pinienkerne darüber geben. Die Gnocchi auf einem Teller anrichten, das Pesto darüber geben und mit dem Tomatensalat servieren.

Kerstin Schröder am 10. April 2012

Involtini nach griechischer Art

Für 2 Personen

50 g Couscous	800 g Tomaten, gestückelt	2 Scheiben Graubrot
150 g Fetakäse, griechisch	100 g Fetakäse	1 Aubergine
1 Zwiebel	1 Frühlingszwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 Ei	1 EL Kapern	30 g Pistazien, ungesalzen
2 TL Oregano, getrocknet	1 Prise Zimt	1 TL Zucker
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und die Auflaufform mit etwas Olivenöl einfetten. Den Couscous mit einem Esslöffel Oregano in eine Schüssel geben und mit kochendem Wasser überbrühen. Die Schüssel abdecken und den Couscous quellen lassen. Für die Soße die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und beides fein hacken. In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und das Zwiebel-Knoblauch-Mus darin glasig dünsten. Die Tomaten und den Zucker unterrühren und die Soße zugedeckt bei kleiner Hitze köcheln lassen. Anschließend die Soße mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und etwas Olivenöl einrühren. Den fertig gequollenen Couscous durch ein Sieb geben und gut ausdrücken. Die Frühlingszwiebel abziehen und fein schneiden, die Pistazien fein hacken. Den griechischen Fetakäse in kleine Stücke schneiden. Den Couscous in eine große Schüssel geben und die Pistazien und zwei Drittel des griechischen Fetas, die Frühlingszwiebel und die Kapern dazugeben. Die Mischung gut vermengen. Das Ei mit dem Zimt verquirlen und vorsichtig unter die Couscous-Mischung heben. Die Aubergine der Länge nach in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Auberginenscheiben mit Olivenöl bestreichen und in einer Grillpfanne anbraten. Anschließend die Auberginenscheiben aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen und auskühlen lassen. Den türkischen Fetakäse in eine kleine Auflaufform geben und in dem Backofen zum Schmelzen bringen. Die Auberginenscheiben mit der Couscous-Mischung bestreichen und aufrollen. Die Röllchen in die Auflaufform geben und mit der Tomatensoße übergießen. Mit dem restlichen Fetakäse und einem Esslöffel Oregano bestreuen und in den Backofen geben. In der Grillpfanne ein wenig Olivenöl erhitzen und das Graubrot von beiden Seiten kross anbraten. Mit Olivenöl beträufeln. Den türkischen Feta aus dem Ofen nehmen und das Graubrot damit bestreichen. Die fertigen Involtini aus dem Ofen nehmen, auf Tellern anrichten und mit den restlichen Pistazien garnieren. Das Brot auf einem extra Teller servieren.

Guido von Schöning am 14. April 2010

Kärntner Kas-Nudeln

Für 2 Personen

1 Kopfsalat	1 Zwiebel	300 g Mehl
250 g Semmelbrösel	250 g Parmesan	250 g grob bröseliger Quark
2 Eier	100 g Butter	2 EL getr. Kerbel
2 EL getr. Minzeblätter	1 Tonkabohne	1 Bund Schnittlauch
20 ml Balsamicoessig	20 ml eingedickter Balsamico	1 EL süßer Senf
1 EL flüssiger Honig	1 Prise Zucker	20 ml Kernöl
1 TL Olivenöl	1 TL Salz	schwarzer Pfeffer

Das Mehl auf die Arbeitsfläche sieben, in die Mitte eine Mulde drücken und ein Ei, zwei Esslöffel warmes Wasser, das Olivenöl und Salz hinein geben. Nach und nach das Mehl von außen nach innen einarbeiten und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig zu einer Wurst formen, in Klarsichtfolie wickeln und kurz ruhen lassen. Anschließend kleine Kugeln à 20 Gramm abscheiden. Die Zwiebel abziehen und die Hälfte klein reiben. Anschließend zusammen mit dem übrigen Ei, der Minze, den Semmelbröseln, dem Kerbel und etwas Salz und Pfeffer unter den Quark mischen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche möglichst dünn ausrollen und runde Kreise ausstechen. Etwas Quark in die Mitte der Kreise legen, die Ränder mit Wasser bestreichen und die untere Hälfte darüber schlagen. Die Teigblätter anschließend gut zusammen drücken. Salzwasser aufkochen, die Kasnudeln einlegen und drei bis fünf Minuten bei sanfter Hitze kochen lassen. Gegen Ende der Garzeit die Butter in kleine Stücke schneiden und diese bei schwacher Hitze hellbraun erhitzen. Die Nudeln aus dem Wasser heben und abtropfen lassen. Die Salatblätter vom Strunk abtrennen, klein schneiden, waschen und trockenschleudern. Für den Salat ein Dressing aus dem Kernöl, dem Senf, dem Balsamicoessig, dem Honig und etwas Zucker herstellen und mit den Salatblättern vermengen. Den Parmesan fein reiben. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Kasnudeln auf Tellern anrichten, mit der heißen Butter übergießen, mit geriebener Tonkabohne bestreuen und mit Parmesan, Pfeffer, Balsamicocreme und Schnittlauch garnieren.

Kurt Assam am 24. November 2011

Kärntner Kas-Nudeln

Für 2 Personen

500 g festk. Kartoffeln	1 kleine Kartoffel	3 Cherrytomaten
250 g Mehl	1 Ei	50 g Butter
500 g Bröselquark	50 ml weißer Balsamico	125 ml Wasser
1/2 Bund Minze	1/2 Bund Schnittlauch	100 ml Sonnenblumenöl
Frittieröl	1 TL Salz	schwarzer Pfeffer

Die Kartoffeln schälen, würfeln und in kochendem Salzwasser gar kochen. Die Minzeblätter abzupfen und klein hacken. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Das Mehl, mit einer Prise Salz, dem Wasser und dem Ei in einer Schüssel vermengen und zu einem glatten, nicht allzu festen Teig verkneten. Für die Füllung die Kartoffeln noch heiß in einer Kartoffelpresse zerdrücken. Anschließend mit dem Quark, einem Teelöffel Salz und der feingehackten Minze durchmischen und zu gleich großen Kügelchen formen. Den Teig millimeterdünn ausrollen und daraus etwa 16 gleichgroße Stücke mit Hilfe von einem Wasserglas ausstechen. Die Kügelchen in die Mitte der Teigstücke setzen und so mit dem restlichen Teig bedecken, dass rund um jedes Kügelchen noch ein fingerdicker Rand bleibt. Die Ränder nun zusammendrücken und mit einem Teigrad die fertigen Nudeln 'herausradeln'. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen, die Nudeln hineinlegen und knapp über dem Siedepunkt einige Minuten ziehen lassen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und etwas bräunen lassen. Das Frittierfett in einem Topf erhitzen. Die kleine Kartoffel schälen, klein hobeln und die feinen Hobel als Nest in ein Teesieb geben und im Frittierfett ausbacken. Die Cherrytomaten im Öl frittieren. Eine Marinade aus weißem Balsamico, Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer aus der Mühle anrühren und zu den frittierten Tomaten geben. Die Nudeln aus dem Topf schöpfen, auf Tellern anrichten und mit der gebräunten Butter garnieren. Das kleine Kartoffelnest ebenfalls auf Tellern anrichten und mit dem Schnittlauch garnieren. Dazu die marinierten Cherrytomaten dekorieren.

Elisabeth Swatek am 12. Dezember 2011

Kärntner Kas-Nudeln

Für 2 Personen

1 mehligk. Kartoffel	3 EL Semmelbrösel	1 Kopf grüner Salat
1 Zwiebel	1 Ei	0,5 Bund Radieschen
0,5 Bund Schnittlauch	0,5 Bund Minze	0,5 Bund Kerbelkraut
250 g Quark	125 g Butter	250 g glattes Mehl
1 EL Senf	20 ml Gemüsefond	125 ml Wasser
2 EL Weißweinessig	2 EL Zucker	4 EL Kürbiskernöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Zwiebel abziehen und klein hacken. Die vorgekochte Kartoffel pellen und in eine Schüssel pressen. Die Blätter der Minze sowie des Kerbels abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel, die Semmelbrösel und den Quark zu der Kartoffel geben, das Ganze vermengen und mit Salz, Minze und Kerbel würzen. Anschließend daraus kleine Kugeln formen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Für den Nudelteig das Ei mit dem Mehl, dem Wasser und zwei Esslöffeln Öl vermengen und zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Anschließend den Teig ausrollen, die Quark-Kugeln draufsetzen, einschlagen, ausstechen und die Ränder andrücken sowie wellenartig abdichten. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und braun werden lassen. Abschließend die Kasnudeln in Salzwasser 4 Minuten gar kochen und danach in der braunen Butter schwenken. Die Salatblätter vom Strunk trennen, waschen und trockenschleudern. Die Radieschen von den Enden befreien und in feine Scheiben schneiden. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Das Ganze in einer Schüssel mit dem Essig, dem übrigen Öl, dem Senf und dem Gemüsefond vermengen sowie mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Kasnudeln mit dem Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Jörg Graf am 17. Januar 2011

Käsepress-Knödel Suppe mit Endivien-Salat und Kartoffeln

Für 2 Personen

250 g Knödelbrot	80 g Graukäse	80 g Bergkäse
1 Kartoffel, fest	1 Zitrone, unbehandelt	1 Zwiebel
1 Kopf Endivien-Salat	2 Eier	2 Zehen Knoblauch
1 TL Estragonenf	1 Bund Schnittlauch	2 EL Kräuteresig
2 EL Pflanzenöl	250 ml Milch	1 Bund Petersilie, glatt
500 ml Gemüsefond	1 Bund Liebstöckl	Butterschmalz
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Endivien-Salat waschen, trocknen schleudern und in feine Streifen schneiden. Die Kartoffel schälen und in Salzwasser kochen. Anschließend blättrig schneiden und unter den Salat mischen. Für die Marinade eine Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Den Knoblauch abziehen und pressen. Den Zitronensaft mit dem Knoblauch, etwas Wasser, dem Pflanzenöl und dem Senf verrühren und mit dem Salat vermengen. Das Ganze mit etwas Salz würzen. Für die Knödel die Milch in einem Topf erwärmen, mit den Eiern vermengen und über das Knödelbrot in eine Schüssel gießen. Den Graukäse und den Bergkäse in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Blätter der Petersilie und den Liebstöckl zupfen, fein hacken und mit den Zwiebeln dazugeben. Die Zutaten zu einer homogenen Masse verarbeiten, mit Salz, Pfeffer und Liebstöckl abschmecken und etwas ziehen lassen. Die Knödel formen, flach drücken und in Butterschmalz in einer Pfanne auf beiden Seiten goldbraun backen. Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und etwa zehn Gramm in den Gemüsefond geben. Die Knödel mit der Suppe auf Tellern anrichten, mit Schnittlauch garnieren und mit dem Endivien-Salat servieren.

Reinhard Hofstätter am 14. Dezember 2009

Kürbis-Ravioli in Walnuss-Soße

Für 2 Personen

1 Paket Wan Tan Blätter	100 g Walnüsse	50 g Kürbis, eingelegt
2 Zwiebeln	0,5 Schalotte	1 Zehe Knoblauch
1 Bund Petersilie, glatt	0,5 TL Thymian	50 g Parmesan
2 EL Butter	0,5 EL brauner Zucker	200 ml Gemüsefond
50 ml Weißwein, trocken	75 g Schlagsahne	0,5 TL Walnussöl
1 EL Olivenöl	Majoran	Salz
Pfeffer		

Salzwasser mit einem Esslöffel Olivenöl in einem großen Topf zum Sieden bringen. Die Hälfte der Walnüsse hacken. Die Zwiebeln würfeln und mit der Butter in einer Pfanne anbraten. Die gehackten Walnüsse, den Thymian und den Zucker hinzufügen und für 2 Minuten weiterbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, den Kürbis hinzufügen und gut vermischen. Den Parmesan hobeln. Eine Hälfte der Wan Tan Blätter auf der Arbeitsfläche auslegen. Jeweils einen Esslöffel der Masse auf ein Blatt geben. Die Ränder mit Wasser anfeuchten. Die übrigen Wan Tan Blätter drauflegen und die Enden fest aneinander pressen. Für die Soße die Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Das Walnussöl erhitzen und die Schalottenwürfel und den Knoblauch darin andünsten. Mit der Sahne, dem Gemüsefond und dem Weißwein angießen, dann mit Salz und Pfeffer würzen und bei kleiner Hitze etwa zehn Minuten köcheln lassen. Die Petersilie waschen und grob hacken. Die übrigen Walnüsse und die Petersilie zur Soße geben und nach Geschmack würzen. Die Kürbisravioli vorsichtig in heißes, nicht kochendes Wasser geben und circa zwei Minuten ziehen lassen. Gelegentlich vorsichtig umrühren, damit die Ravioli nicht zusammenkleben. Schließlich die Ravioli mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen und zum Abtropfen nebeneinander auf ein Küchentuch legen. Ravioli auf einem Teller anrichten, die Soße hinzufügen und mit Parmesanhobeln und Majoran betreuen.

Jessica Peter am 04. November 2010

Kürbis-Ravioli mit Salbei-Butter

Für 2 Personen

100 g Kürbis, Hokkaido	1 Zitrone, unbehandelt	1 Zwiebel, klein
30 g Parmesan, am Stück	25 g Mehl	25 g Hartweizengrieß
15 g Butter	1 Ei	1 Muskatnuss
1 Schote Chili, frisch	1 Zehe Knoblauch, frisch	1 Zweig Salbei
Salz	Pfeffer, schwarz	

Das Mehl und den Grieß mit 100 Millilitern Wasser zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Anschließend die Masse abdeckt im Kühlschrank 15 Minuten ruhen lassen. Für die Füllung den Kürbis putzen und in Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, ebenfalls würfeln und in drei Gramm Butter mit der Chilischote anschwitzen. Das Kürbisfleisch dazu geben, mit Salz und Pfeffer würzen und köcheln lassen, bis das Kürbiswasser verdunstet ist. Anschließend den Kürbis pürieren. 25 Gramm Parmesan reiben und ein Ei aufschlagen. Den geriebenen Parmesan mit dem Eigelb vermengen, mit Muskatnuss würzen und unter die Kürbismasse heben. Den Nudelteig in zwei Teile trennen und mit einer Nudelmaschine auswalzen. Teelöffelweise die Kürbisfüllung auf eine Teigbahn geben und die andere darüber legen. Anschließend die Ravioli ausstechen. Die Ravioli in kochendes Salzwasser geben, drei Minuten ziehen lassen und abtropfen lassen. Zwei Salbeiblätter in feine Streifen schneiden und in der restlichen Butter anschwitzen. Anschließend eine Zitrone auspressen und den Saft, so wie Pfeffer und Salz mit in die Butter einrühren. Die Kürbisravioli mit der Salbeibutter anrichten und mit etwas Parmesan garnieren.

Tanja Gellert am 01. Dezember 2009

Kürbis-Ravioli mit Salbei-Butter

Für 2 Personen

300 g Hokkaido Kürbisfleisch	40 g Ziegenfrischkäse	30 g Parmesan
5 Salbeiblätter	1 Zweig Zitronenthymian	1 Limone
2 Eier	2 EL Butter	80 g Mehl, Typ 00
20 g Hartweizengries	1 Muskatnuss	1 Prise 5-Kräuter-Gewürz
1 EL Sesamöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Wasser in einem Topf erhitzen und großzügig salzen. Das Mehl, den Hartweizengrieß, ein Ei und etwas Salz vermischen, zu einem elastischen Teig kneten und im Kühlschrank eine Stunde lang ruhen lassen. Anschließend den Nudelteig durch eine Nudelmaschine drehen und etwa acht Zentimeter große Kreise aus dem dünn ausgerollten Teig ausstechen. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Den Hokkaido waschen, in kleine Würfel schneiden und in der Pfanne goldbraun rösten. Anschließend etwas Wasser hinzufügen und den Kürbis bei mittlerer Hitze schmoren bis er weich ist. Den weichen Kürbis zusammen mit dem Ziegenfrischkäse und 20 Gramm Parmesan in einem Zerkleinerer zu einer Paste verarbeiten und mit Salz, 5-Kräuter-Gewürz und Muskatnuss abschmecken. Die Limone waschen, von der Schale abreiben und zusammen mit einem Zweig Zitronenthymian zu der Paste hinzufügen. Jeweils einen Teelöffel der Paste auf die Teigkreise geben, die Ränder mit dem Eiweiß eines getrennten Eis einpinseln und die Teigplättchen zu Halbmonden zusammenklappen. Den Rand fest andrücken und die Nudeltaschen in leicht kochendem Wasser gar ziehen lassen. Die Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, die Salbeiblätter darin rösten und anschließend wieder aus der Pfanne entfernen. Die garen Nudeltaschen in der zerlassenen Salbeibutter schwenken. Die Kürbis-Ravioli mit Salbeibutter auf einem Teller anrichten, mit den krossen Salbeiblättern und dem übrigen Parmesan garnieren und servieren.

Tina Meier am 21. September 2011

Kürbis-Risotto mit Salbei

Für 2 Personen

750 g Butternußkürbis	200 g Risottoreis	0,5 Zimtstange
1 Chilischote, getrocknet	8 Salbeiblätter	0,5 Schalotte
50g Parmesan	1 EL Butter	1 EL Mascarpone
4 EL Olivenöl	0,5 l Gemüsefond	75 ml trockenener Weißwein
Meersalz	Pfeffer	

Den Backofen auf 200 Grad Ober/ Unterhitzen vorheizen. Den Kürbis vierteln und die Kerne entfernen. Die Zimtstange klein schneiden und in einen Mörser geben. Die Chilischote längs aufschneiden, von den Kernen befreien und ebenfalls in den Mörser geben. Einen Esslöffel Meersalz dazu geben und fein mörsern. Das Kürbis- Fruchtfleisch mit einem Esslöffel Öl bepinseln, mit der Zimt-Chili-Salzmischung einreiben und in eine Auflaufform legen und im Backofen 20 Minuten garen. Die Selleriestange putzen und klein schneiden. Die Schalotte abziehen und fein würfeln. In zwei Esslöffeln Olivenöl weich dünsten. Den Risottoreis dazugeben und glasig dünsten. Den Gemüsefond in der Zwischenzeit erhitzen. Den Reis mit dem Weißwein ablöschen und diesen unter Rühren einkochen lassen. Nun eine Schöpfkelle Gemüsefond dazugeben und wieder rühren, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. So weiter verfahren, bis der Reis bissfest ist und der Fond aufgebraucht ist. Das weiche Kürbisfleisch unter das Risotto geben. Den Topf vom Herd nehmen und den geriebenen Parmesan, die Mascarpone und die Butter unterrühren. Ein paar Minuten stehen lassen. Zwischenzeitlich das restliche Öl erhitzen und die Salbeiblätter darin frittieren. Anschließend die Salbeiblätter auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Das Risotto auf einem Teller anrichten und mit dem Salbei garnieren.

Christian Glatzl am 29. Juni 2010

Kartoffel-Bärlauch-Salat

Für 2 Personen

4 mittelgroße Kartoffeln	1/2 Bund glatte Petersilie	1 Bund Bärlauch
300 g Sauerrahm	2 Schalotten	150 ml Gemüsebrühe
2 EL Weißweinessig	3 EL Sonnenblumenöl	1 EL Senf
Salz, Pfeffer	1 Prise Zucker	

Kartoffeln kochen und anschließend pellen. Petersilie und Bärlauch abspülen und trockenschüteln. Die Kräuterblätter mit dem Sauerrahm in einem Cutter zu einem Brei pürieren. (Diese Paste schmeckt beispielsweise auch zu Nudeln oder Frischkäse). Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. Gemüsebrühe aufkochen und die Schalottenwürfel darin kurz blanchieren. Alles über die Kartoffelscheiben gießen. Essig, Öl, Senf, Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker zu einer Vinaigrette rühren und unter die Kartoffeln mischen. Zuletzt 2 EL der Bärlauchpaste unterrühren, den Kartoffelsalat gut vermischen und noch mal abschmecken. Zum Salat passt sehr gut eine geräucherte Entenbrust oder eine Bratwurst.

Iris Precht-Hallé Dienstag, 24. März 2009

Kartoffel-Gnocchi mit sautierten Steinpilzen

Für 2 Personen

550 g mehligk. Kartoffeln, vorgekocht	500 g Steinpilze	100 g Tomaten
150 g Mehl	1 Ei	1 Muskatnuss
1 Schalotte	2 Knoblauchzehen	1 Bund glatte Petersilie
1 Thymianzweig	100 g geklärte Butter	250 ml Gemüsefond
Salz	Pfeffer	

Die Steinpilze putzen und der Länge nach halbieren. In einer Pfanne die geklärte Butter schmelzen. Den Thymianzweig und eine zerdrückte Knoblauchzehe in die Butter geben. Die Steinpilze hinzufügen und goldbraun anbraten. Den Gemüsefond zugeben, aufkochen lassen und sanft am Herdrand gar ziehen lassen. Die Kartoffeln schälen, solange sie noch heiß sind. Durch einen Sieb drücken und anschließend das Ei und das Mehl dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Den Teig zu einer 1,5 Zentimeter dicken Teigrolle formen. Anschließend kleine Stücke von zwei Zentimeter Länge abschneiden. Daraus die Gnocchi formen und mit einer Gabel leicht andrücken. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Gnocchi hinzufügen. Sobald sie an die Oberfläche steigen mit einem Schaumlöffel vorsichtig herausnehmen und in die Pfanne mit den Steinpilzen geben. Unter Schwenken alles erhitzen. Die Tomaten würfeln und zu den Steinpilzen geben. Die Petersilie hacken und ebenfalls dazugeben. Die Gnocchi mit der Steinpilzsoße auf einem Teller anrichten und servieren.

Andreas Hollerbach am 29. Dezember 2010

Kartoffel-Puffer mit Apfelmus

Für 2 Personen

250g Kartoffel, fest	0,5 Zwiebel	1 Ei
3 EL Paniermehl	40g Pflanzenfett	40 g Kräutermischung
4 Äpfel, weich	20g Zucker	Zimt
Honig	1 TL Salz	

Einen Topf mit Wasser erhitzen. Die Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in Stücke schneiden. Die Äpfel mit dem Zucker in das Wasser geben und weich kochen. Die Kartoffeln schälen und die Zwiebel abziehen. Beiden fein reiben. Das Ei, das Paniermehl, Salz und Kräuter zu der Kartoffel-Zwiebel-Masse geben und vermengen. Eine Pfanne mit Fett erhitzen. Einen Esslöffel von der Kartoffelmasse hineingeben und flach drücken. Die Puffer von beiden Seiten anbraten. Die gekochten Äpfel pürieren und mit Zimt und Honig abschmecken. Die Kartoffelpuffer auf einem Teller anrichten und mit dem Apfelmus garnieren.

Sonja Dufner am 10. Mai 2010

Kohl-Curry mit Safran-Reis und Kokos-Sahne-Chutney

Für 2 Personen

200 g Basmatireis	200 g Romanesco (Blumenkohl)	1 mittelgroße Tomate
1 kleine Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	2 unbehandelte Limetten
1 unbehandelte Zitrone	50 g Ingwer	8 EL Butter
3 EL Milch	20 ml Gemüsefond	75 ml Schlagsahne
20 g Kokosraspeln	30 g geröstete Mandelstückchen	1 Msp. scharfe Würzmischung
1 Msp. Safran	2 EL Garam-Masala	2 EL Zucker
2 TL flüssiger Honig	6 Korianderblätter	1 EL schwarze Senfkörner
Olivenöl	Salz	

Den Basmatireis mit 230 Milliliter Wasser im Reiskocher garen. Die Milch zusammen mit dem Safran, vier Esslöffeln Butter, den gerösteten Mandelstücken, einem halben Teelöffel Zucker und einem halben Teelöffel Salz würzen und diese Flüssigkeit kurz vor dem Servieren über den Reis geben. Den Romanesco waschen und die Rosetten trennen. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und mit dem Romanesco in Olivenöl in einer Pfanne scharf anbraten und mit etwa 20 Milliliter Gemüsefond schmoren. Die schwarzen Senfkörner in einer Pfanne rösten. Den Knoblauch abziehen, in kleine Stücke hacken und gemeinsam mit der Butter zu den Senfkörnern geben. Den Garam Masala und das Pul Biber ebenfalls in die Pfanne geben. Die Limetten waschen, auspressen und etwas von der Schale abreiben. Den Ingwer schälen. Anschließend den Saft zusammen mit der Sahne, den Kokosraspeln, dem Ingwer, den Limettenzesten, einem Esslöffel Zucker, den Korianderblättern und einem halben Teelöffel Salz in einem Mixer pürieren, bis die Masse sämig ist. Die Tomate schälen, vom Strunk befreien und in kleine Rauten schneiden. Die Zitronenschale abreiben, anschließend halbieren und den Saft auspressen. Den Saft und die Zitronenschale zusammen mit dem Honig verrühren und über die Tomaten träufeln. Das Kohl-Curry mit dem Reis auf Tellern anrichten und mit den übrigen Korianderblättern, dem Chutney und den Tomaten garnieren.

Joyce Shintani am 17. Oktober 2011

Melanzane alla Parmigiana und Knoblauch-Bruschetta

Für 2 Personen

2 Auberginen, klein	10 Tomaten	1 Zwiebel
1 Baguette	3 Zehen Knoblauch	150 g Parmesan, am Stück
1 Bund Basilikum	1 Prise Peperoncino, gemahlen	1 Prise Zucker
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Die Tomaten kreuzweise einschneiden, kurz in heißem Wasser blanchieren, in Eiswasser abkühlen, häuten und anschließend würfeln. Die Auberginen in dünne Scheiben schneiden, etwas salzen und kurz ziehen lassen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, fein hacken und in etwas Olivenöl anschwitzen. Die Tomatenwürfel in dazu geben und mit etwas Salz, Pfeffer, Peperoncino und Zucker abschmecken. Das Ganze auf kleiner Flamme köcheln lassen. Das Baguette in Scheiben schneiden. Die zwei Knoblauchzehen abziehen und das Baguette damit einreiben. Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Scheiben darin anbraten. Die Auberginenscheiben in etwas Olivenöl anbraten und anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Parmesankäse reiben. Zum Anrichten je eine Auberginenscheibe, etwas Soße, geriebenen Parmesankäse und ein Basilikumblatt übereinander schichten und mit dem Knoblauchbruschetta servieren.

Romina Andolina am 03. November 2009

Morillen-Ragout mit grünem Spargel

Für 2 Personen

15 g Morcheln, eingeweicht	100 g Spaghetti	250 g Spargel, grün
1 Schalotte	100 ml Wermut	100 ml Weißwein
250 ml Rinderfond	150 ml Sahne	2 Zweige Kerbel
1 EL Mehlbutter	Butter	Salz
Pfeffer, schwarz		

Die Spaghetti in Salzwasser gar kochen. Die Morcheln in 250 Milliliter heißem Wasser einweichen. Den Rinderfond zusammen mit dem Pilzwasser in einem Topf auf ein Viertel einkochen. Den Spargel an den unteren Enden schälen und in kochendem Wasser blanchieren. Die Schalotte abziehen, fein würfeln und in Butter anbräunen. Die Morcheln dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Wermut und dem Weißwein ablöschen und 15 Minuten bei niedriger Temperatur köcheln lassen. Anschließend den Rinderfond und die Sahne dazugeben und erneut etwas reduzieren. Wenn nötig mit der Mehlbutter binden. Jetzt den Spargel hinzugeben und das Ganze erhitzen. Aus den Spaghetti ein kleines Nest in der Mitte der Teller dekorieren, das Ragout darüber geben und mit dem Kerbel garnieren.

Riete Maes am 15. September 2009

Mozzarella-Avocado-Salat mit Mango

Für 2 Personen

80 g Büffelmozzarella	1 Avocado, reif	1 Mango, groß, reif
100 g Rucola	1 Limette, unbehandelt	3 Orangen, unbehandelt
1 Schote Chili, rot	20 g Pinienkerne	2 EL Olivenöl
1 TL Akazienhonig	Salz	Pfeffer, schwarz

Die Pinienkerne bei mittlerer Hitze ohne Fett anrösten. Die Mango schälen, halbieren, den Kern herauschneiden und das Fruchtfleisch einer halben Mango und den Mozzarella in jeweils ein zentimetergroße Würfel schneiden. Die Orangen halbieren und auspressen und 50 Milliliter des Orangensafts um die Hälfte einkochen lassen. Die Chilischote klein schneiden und zusammen mit Salz, Pfeffer, dem Olivenöl, dem Honig und dem Orangensaft zu einer Vinaigrette verrühren. Die Limette halbieren und auspressen. Die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch einer Avocadohälfte in zentimetergroße Würfel schneiden. Die Würfel sofort mit dem Limettensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Schicht Avocadowürfel in einen Metallring einfüllen. Dann darauf die Mozzarellawürfel und die Mangowürfel schichten, das Ganze mit einem Löffel festdrücken und mit der Orangenvinaigrette beträufeln. Den Rucola waschen und trocken schleudern. Anschließend in der restlichen Vinaigrette schwenken und fünf Stängel auf den Salat legen. Das Ganze mit den gerösteten Pinienkernen bestreuen.

Gabriele Bosse am 13. Oktober 2009

Orecchiette alla Fratello Siciliana e Crostini

Für 2 Personen

200 g Orecchiette	2 Salsiccia, groß	1 Ciabatta
1 Zwiebel, rot, groß	200 g Strauchtomaten, klein	150 g Parmesan
4 Zehen Knoblauch	4 Oliven, grün	4 Oliven, schwarz
1 Bund Basilikum	1 Radicchio	2 EL Tomatenmark
Peperoncino, getrocknet	Meersalz	Salz
Olivenöl		

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und darin die Orecchiette bissfest garen. Den Knoblauch abziehen und drei Zehen zusammen mit den Oliven vierteln. Die Tomaten vom Strunk befreien und ebenfalls vierteln. Vier Blätter des Radicchios vom Strunk befreien und klein schneiden. Die Salsiccia pellen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und in grobe Würfel schneiden. Das Ganze in einer Pfanne mit Olivenöl und dem Peperoncino anbraten. Anschließend das Tomatenmark hinzufügen, das Ganze verrühren und abschließend den Radicchio, die Tomaten, die Oliven und den Knoblauch dazugeben. Das Ganze bei geringerer Hitze mitbraten und mit dem Meersalz abschmecken. Zwei Scheiben von dem Ciabatta abschneiden und in der Grillpfanne anrösten. Die restliche Knoblauchzehe, abziehen, pressen und zusammen mit Olivenöl auf einen Teller vermengen. Anschließend das Ciabatta kurz darin eintauchen und mit Fleur del sel würzen. Die Basilikumblätter abzupfen und klein schneiden. Den Parmesan reiben. Die Orecchiette mit in die Pfanne geben, unterheben und anschließend auf tiefen Tellern anrichten. Mit dem Parmesan und dem Basilikum garnieren und dem Ciabatta servieren.

Daniel Buttmi am 12. Oktober 2009

Pasta alla Mama mit Tomaten, Basilikum und Mozzarella

Für zwei Personen

200 g Penne	300 g Cherrytomaten	1 getrocknete Chilischote
2 Scheiben Ingwer	1 Bund Basilikum	2 Knoblauchzehen
250 g Mozzarella	1 Prise Chiliflocken	1 Prise Bruschettagewürz
Aceto Balsamico	Olivenöl, Salz, Pfeffer	

Die Cherrytomaten und das Basilikum waschen und beiseite legen. Den Knoblauch abziehen, pressen und in eine Schüssel geben. Den Mozzarella abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. Wasser in einen Topf geben und die Nudeln mit der Chilischote und den Ingwerscheiben zum Kochen bringen. Die Nudeln darin gar kochen. Die Tomaten vierteln, entkernen, in kleine Stücke schneiden und in die Schüssel mit dem Knoblauch geben. Eine Prise Chiliflocken und einen Schuss Balsamico zu den Tomaten geben und vermengen. Den Mozzarella ebenfalls zu den Tomaten geben und vermengen. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen. Etwas Olivenöl dazugeben. Das Basilikum klein schneiden und zu den Tomaten geben. Die Nudeln abgießen und mit den Tomaten vermengen. Die Nudeln mit der Tomatensauce auf einem Teller anrichten und servieren.

Anna Maria Kester am 08. August 2012

Pasta mit Kürbis und Pistazien

Für 2 Personen

250 g frische Bandnudeln	1 Hokkaidokürbis	50 g Parmesan
20 g gesalzene Pistazienkerne	1 rote Chilischote, klein	1 Orange, unbehandelt
1 Zitrone, unbehandelt	1 Zweig Minze	4 EL Olivenöl
schwarzer Pfeffer	Salz	

Die Nudeln in Salzwasser gar kochen und anschließend abgießen. Den Kürbis schälen, aushöhlen und das Fruchtfleisch in zentimeterdicke Würfel schneiden. Ein Drittel der Kürbiswürfel beiseite stellen. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, von dem Stiel, den Kernen und den Scheidewänden befreien und in feine Streifen schneiden. Die Minzeblätter abzupfen und hacken. Die Orange auspressen und den Saft auffangen. Die Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen und auffangen. Zwei Esslöffel Olivenöl, den Orangensaft und drei Esslöffel Wasser in einer Kasserolle erhitzen. Zwei Drittel des Kürbisfleisches dazugeben und weich kochen. Anschließend das Ganze pürieren und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die restlichen Kürbiswürfel darin anbraten. Die Chili und die Pistazien dazugeben und mitbraten. Die Nudeln mit dem Kürbispüree vermengen. Den Parmesan hobeln. Die Pasta mit Kürbis und Pistazien auf Tellern anrichten, den Parmesan darüber geben und servieren.

Petra Herrmann am 09. September 2010

Pfifferling-Gulasch mit Servietten-Knödel

Für 2 Personen

500 g Pfifferlinge	4 harte Brötchen	3 Zwiebeln
2 EL Butter	2 Eier	2 EL Weizenmehl
250 ml Milch	250 ml Gemüsefond	125 ml trockener Weißwein
200 ml Schlagsahne	2 Bund glatte Petersilie	1 EL Paprikapulver, edelsüß
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer, schwarz

Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Die Pfifferlinge putzen und die Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel abziehen, würfeln und die Hälfte der Würfel in einer Pfanne mit zwei Esslöffeln Butter anrösten. Die Pfifferlinge dazugeben und mit anbraten. Anschließend mit dem Paprikapulver und dem Mehl bestäuben und mit dem Gemüsefond ablöschen. Das Ganze kurz reduzieren lassen. Anschließend mit der Schlagsahne und dem Wein aufgießen, die Hälfte der gehackten Petersilie unterheben und mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Brötchen in Würfel schneiden, in eine feuerfeste Form geben und die Milch in einem Topf erwärmen. Die Eier verquirlen und zusammen mit der warmen Milch über die Brötchen gießen. Die übrigen Zwiebelwürfel und die restliche Petersilie dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse anschließend vier Knödel formen, in Klarsichtfolie einwickeln und im kochenden Wasser zwanzig Minuten ziehen lassen. Die Knödel mit dem Pfifferling-Gulasch auf Tellern anrichten und servieren.

Claudia Bramböck am 25. Oktober 2010

Pikante Knusper-Tomaten-Tarte mit Salatnest

Für zwei Personen

450 g Blätterteig, TK	1 Kopfsalat	125 g Rucola
250 g Kirschtomaten	1 Salatgurke	1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe	150 g Oliven, entkernt	100 g Parmesan
60 g Pinienkerne	20 g Kürbiskerne	1 Bund Basilikum
1 Bund Schnittlauch	1 EL mittelscharfer Senf	100 g Mehl
100 ml Sahne	100 ml Olivenöl	50 ml Weißweinessig
50 ml Kernöl	Zucker	Bruschetta-Gewürz
Chili, Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 250 Grad vorheizen. Den Parmesan reiben, den Basilikum waschen und trocken tupfen. Die Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. Anschließend zusammen mit dem Basilikum, den Pinienkernen, dem Öl und 50 Gramm des Parmesans in einen Zerkleinerer geben und zu einem Pesto vermengen. Den Rucola waschen und trocken tupfen. Die Tomaten in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Den Blätterteig ausrollen und gleichmäßig in einer Tarteform verteilen. Anschließend erst das Pesto aus dem Zerkleinerer, dann die Tomaten und die Zwiebeln gleichmäßig darauf verteilen. Abschließend mit Chili, Salz, Pfeffer und dem Bruschetta-Gewürz würzen und den restlichen Parmesan darüber streuen. Für 25 Minuten in den Backofen geben. Zwei große Kopfsalatblätter waschen und trocken tupfen. Den Schnittlauch fein hacken. Die Salatgurke schälen und in einen Schüssel hobeln. Den Senf, die Sahne und den Essig zu einer Vinaigrette verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Anschließend über die Salatgurke geben. Die Salatblätter auf einem Teller anrichten, den Gurkensalat darauf verteilen und den Schnittlauch darüber streuen. Die Tarte aus dem Ofen nehmen. Den Rucola, die Kürbiskerne, die Oliven und das Kernöl auf der Tarte verteilen. Die Tarte auf einem Teller anrichten und zusammen mit dem Salat servieren.

Sabrina Alwang am 23. März 2012

Pilz-Lasagne

Für zwei Personen

10 Lasagneblätter	150 g Pfifferlinge (TK)	150 g Austernpilze
150 g Champignons	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	1 Bund Basilikum	100 g Parmesan
150 g Blauschimmelkäse	1 EL Butter	1 EL Mehl
150 ml Sahne	4 cl Portwein	250 ml Pilzfond
2 Zweige Thymian	1/4 Bund glatte Petersilie	1/4 Bund Schnittlauch
Olivenöl	Salz, schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. In einem zweiten Topf das Olivenöl erhitzen. Die Schalotten abziehen und fein hacken. Für die Soße die Schalotten in dem Topf glasig dünsten. Den Portwein dazugeben und einkochen lassen. Mit dem Pilzfond aufgießen und bei mittlerer Hitze 15 Minuten einkochen lassen. Anschließend den Blauschimmelkäse unterrühren und die Soße mit etwas Zitronensaft abschmecken. Die Lasagneblätter in den Topf geben und in dem kochenden Wasser bissfest kochen. Inzwischen die Sahne aufschlagen, bis sie cremig wird und zur Seite stellen. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Anschließend die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Pilze putzen und klein schneiden. In einer weiteren Pfanne etwas Öl erhitzen und die Pilze darin scharf anbraten. Mit dem Salz und dem Pfeffer die Pilze würzen und die Hälfte von dem Thymian unterrühren. Die Lasagneblätter vorsichtig aus dem Topf nehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Den restlichen Thymian unter die geschlagene Sahne heben und anschließend unter den eingekochten Fond rühren. Zum Anrichten abwechselnd ein Lasagneblatt, die Pilze und die Pilzsoße übereinanderlegen und mit einem Lasagneblatt enden. Den Parmesan locker über die fertige Lasagne reiben und kurz zum Überbacken in den Backofen geben. Danach die Lasagne auf einen Teller geben und servieren.

Dirk Kämmer am 03. Mai 2012

Polenta-Gnocchi mit Ziegenkäse

Für 2 Personen

100 g Polenta	2 Knoblauchzehen	1/2 Bund Basilikum
120 g getrocknete Tomaten in Öl	50 g Pinienkerne	2 Eier
120 g junger Ziegenkäse	50 g Parmesan	Salz
schwarzer Pfeffer		

In einem Topf 400 Milliliter Wasser mit etwas Salz aufkochen. Die Polenta unter ständigem Rühren in das Wasser einrieseln lassen, aufkochen und anschließend bei schwacher Hitze zwei Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen. Die Eier aufschlagen und vom Eiweiß trennen. Den Parmesan reiben und mit den Eigelben unter die Polenta rühren. Eine Platte mit etwas Olivenöl einreiben. Die Polenta-Masse mit zwei Teelöffeln zu kleinen Gnocchi abstechen und auf die Platte legen. Etwas auskühlen lassen. Die Tomaten in einem Sieb abtropfen lassen und dabei das Öl in einer kleinen Schüssel auffangen. Die Tomaten in Streifen schneiden. Die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Den Basilikum waschen, trockentupfen und abzupfen. Das abgefangene Öl in einer Pfanne bei kleiner Hitze erwärmen. Den Knoblauch und die Tomaten darin leicht andünsten. Die Basilikumblätter kleinhacken und dazugeben. Den Ziegenkäse zerdrücken und ebenfalls hinzugeben. Die Gnocchi untermischen und mit schwarzem Pfeffer würzen. In einer Pfanne die Pinienkerne anrösten. Die Ziegenkäse-Gnocchi auf einem Teller anrichten, mit den Pinienkernen garnieren und servieren.

Marsha Richter am 16. Februar 2012

Profiteroles mit Gorgonzola-Crème und Birne

Für 2 Personen

1 Birne-Abate	250 ml Wasser	100 g Mehl
100 g Gorgonzola	100 g Frischkäse	2 Eier
75 g Butter	20 g Walnusskerne	1 Zitrone
1 TL Honig	1 Zimtstange	1 Bund Basilikum
Öl	Salz	Pfeffer
Cranberries, getrocknet		

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Das Wasser mit der Butter und etwas Salz in einem Topf erhitzen. Das Mehl in einem Schwung dazugeben und verrühren. Der so entstandene Kloß muss abgebrannt werden, bis auf dem Topfboden eine weiße Färbung entsteht. Den Mehlkloß in eine Schüssel geben und nacheinander die Eier untermischen. Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen auf ein Backblech mit Backpapier setzen. Das Blech für 15 Minuten in den Backofen geben. Die Walnusskerne hacken und in einer Pfanne ohne Öl rösten. Einige Basilikumblätter hacken. Den Gorgonzola und den Frischkäse mit einem Handrührgerät vermengen. Die gerösteten Walnüsse und das gehackte Basilikum hinzufügen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. In einem Topf 2 cl Wasser, den Zitronensaft, den Honig und eine Zimtstange erwärmen und reduzieren. Die Birne waschen, rundherum schälen und die Schale aufbewahren. Die Birne halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in Scheiben schneiden. Die Birnenscheiben in den Sud geben. Die Windbeutel aus dem Ofen holen und mit einem Zahnstocher anstecken, damit die Luft entweichen kann. Dann jeweils einen Deckel abschneiden. Mit der Gorgonzola-Crème füllen und den Deckel aufsetzen. Auf einem Teller anrichten und mit Basilikum garnieren. Die Birnensoße hinzufügen und weiter mit Cranberries garnieren.

Eva-Maria Lange am 02. November 2010

Rösti-Pizza

Für 2 Personen

400 g Kartoffeln, fest	50 g Champignons, weiß	6 Tomaten
1 Zwiebel	5 Cherrytomaten	100 g Mozzarella
50 g Gouda	0,25 Bund Petersilie, kraus	0,25 Bund Schnittlauch
2 EL Mehl	1 EL Oregano	Olivenöl
Butter	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln schälen und fein Reiben. Die Kartoffeln mit dem Mehl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse in zwei Portionen teilen. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Rösti nacheinander von beiden Seiten goldbraun anbraten. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln anbraten. Die Tomaten mit kochendem Wasser übergießen und die Haut abziehen. Die Tomaten aufschneiden, vom Kerngehäuse befreien und in Stücke schneiden. Die Zwiebel und die Tomaten pürieren. Mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Die Pilze säubern und in dünne Scheiben schneiden. Die Cherrytomaten in Scheiben schneiden. Die Rösti auf ein Backblech legen und mit der Tomatensoße bestreichen. Die Pilze, Tomaten und Mozzarella auf die Pizza legen. Den Gouda reiben und über die Pizza streuen. Das Ganze im Ofen garen, bis der Käse geschmolzen ist. Die Röstipizza auf den Tellern anrichten. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Beides über die Pizza geben und servieren.

Adrian Grabe am 15. April 2010

Ravioli mit Spinat-Ricotta-Füllung und Tomaten-Soße

Für zwei Personen

150 g Spinat	4 Tomaten	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	30 g Pinienkerne	4 Eier
200 g Mehl	70 g Parmesan	150 g Ricotta
500 g passierte Tomaten	50 g Tomatenmark	1/2 Bund Basilikum
10 g Oregano, getrocknet	100 ml Gemüsefond	2 EL Wodka
1 EL Olivenöl	Butter, Muskatnuss	Zucker, Salz, Pfeffer

Für den Teig das Mehl in eine große Schüssel geben und eine Mulde hineindrücken. Zwei der Eier trennen. Die Eigelbe zusammen mit einem weiteren Ei sowie einer Prise Salz hineingeben und mit der Hand zu einem glatten Teig verkneten. Das Olivenöl nach und nach während des Knetens mit einarbeiten. Den fertigen Teig anschließend in ein Stück Frischhaltefolie wickeln und einige Minuten ruhen lassen. Den Spinat waschen, tropfnass in einen Topf geben und solange aufkochen, bis er zusammenfällt. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Sobald der Spinat eingekocht ist, aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen und in der heißen Pfanne andünsten. Anschließend herausnehmen und abkühlen lassen. Nun die Pinienkerne in der Pfanne anrösten und zu dem Spinat geben. Das übrige Ei trennen und zusammen mit dem Ricotta zum Spinat geben und verrühren. Die Masse mit Salz und Muskatnuss abschmecken. 50 Gramm des Parmesans reiben und ebenfalls unter die Masse geben. Den Nudelteig aus der Folie nehmen und mit der Nudelmaschine zu einem dünnen Teig ausrollen. Auf der Hälfte des Teiges die Spinat-Masse im Abstand von circa vier Zentimetern verteilen. Die andere Teighälfte darüberlegen und in den Zwischenräumen andrücken. Mit einem Teigrad kleine Vierecke ausrädern. Die Ravioli in einem Topf mit ausreichend Salzwasser maximal zwei Minuten kochen lassen. Anschließend mit der Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotten sowie die Knoblauchzehen abziehen, fein hacken und in der heißen Pfanne anbraten. Etwas Zucker darüber streuen und mit dem Wodka ablöschen. Die passierten Tomaten dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den übrigen Parmesan reiben, ebenfalls unterrühren und die Soße einkochen lassen. Die Tomaten waschen, trocken tupfen und vierteln. Das Basilikum waschen, trocken tupfen und klein schneiden. Beides zu der Soße geben. Die Ravioli zusammen mit der Soße auf einem Teller anrichten und servieren.

Marcel Kiefer am 01. Oktober 2012

Ravioli mit Steinpilzen und Spargel

Für 2 Personen

300 g Mehl, griffig	250 g Steinpilze	3 Stangen grüner Spargel
0,5 glatte Petersilie	1 Zweig Thymian	2 EL Butter
2 Eier	2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch
200 ml Sahne	4 EL Schmand	3 EL Olivenöl
50 ml Weißwein, trocken	0,5 TL Salz	schwarzer Pfeffer

Die Pilze putzen, abtrocknen und in dünne Scheiben schneiden. Die Petersilie fein hacken. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfeln, anschließend in einer Pfanne mit Butter und Öl anschwitzen. Die Petersilie hacken. Die Pilze kurz anbraten, anschließend den Knoblauch hinzugeben und mitbraten. Anschließend mit dem Wein ablöschen und das Ganze mit Salz, Pfeffer und der fein gehackten Petersilie würzen. Anschließend den Schmand einrühren. Danach vier Esslöffel von der Masse abnehmen und auf einem Teller abkühlen lassen. Die Sahne zugießen. Das Mehl, die Eier, Salz, zwei Esslöffel Öl und 30 Milliliter Wasser in ein Gefäß füllen und zu einem Teig verarbeiten. Den Teig ganz dünn ausrollen. Je einen Esslöffel der beiseite gestellten Füllung auf den Teig auftragen. Die Zwischenräume mit einem feuchtem Pinsel bestreichen und einen zweiten Nudelstreifen darüberlegen. Den Teig rund um die Füllung jeweils fest andrücken. Mit einem Wellenrad Vierecke ausschneiden und kurz antrocknen lassen. In der Zwischenzeit Salzwasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Den Spargel in dünne Scheiben schneiden. Eine Topf mit Wasser aufsetzen und den Spargel darin blanchieren. Anschließend den Spargel abgießen und in einer Pfanne mit Butter schwenken. Die Ravioli in das Salzwasser geben und bissfest garen. Die Ravioli auf einem Teller anrichten und mit dem Spargel und der Steinpilzsoße garnieren.

Alenka Schneider am 10. Mai 2010

Reis auf Gemüse-Beet

Für zwei Personen

200g Reis	1 halbe Zucchini	1 halbe Aubergine
1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	2 Tomaten
150g Champignons	1 Zwiebel, groß	0,5 Stange Lauch
1 Bund Petersilie, kraus	200 ml Sahne	1 Brühwürfel
50g Butter	Salz	Pfeffer

Einen Topf mit Wasser erhitzen. Die Zucchini, die Aubergine, die Paprika, den Lauch und die Pilze in Streifen schneiden. Die Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden, die Tomaten vierteln. Die Zwiebel in Butter goldbraun rösten, anschließend das geschnittene Gemüse dazugeben und fünf Minuten mit anbraten, Anschließend das Ganze mit der Sahne ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zehn bis zwölf Minuten köcheln lassen. Den Reis in das heiße Wasser geben und kochen lassen. Das Gemüse auf einem Teller anrichten und den Reis darauf geben. Mit der Petersilie garnieren und servieren.

Tim Glaser am 08. August 2012

Ricotta-Klöße

Für 2 Personen

4 Feigen	1 unbehandelte Zitrone	250 g Ricotta
1 Ei	75 g Parmesan	1 Bund Basilikum
1 Bund Rucola	2 EL Semmelbrösel	2 EL Butter
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Ricotta auf Küchentrepp abtropfen lassen. Die Basilikumblätter zupfen und das Ei aufschlagen. Anschließend das Ei und die Basilikumblätter zusammen fein pürieren. Den Ricotta unterrühren. Anschließend den Parmesan reiben und mit den Semmelbröseln zu der Ei-Basilikum-Mischung geben. Anschließend das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen. Aus der Ricottamasse Nocken formen und in den Topf geben. Die Nocken fünf Minuten ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Anschließend aus dem Topf nehmen und auf einem Küchentrepp abtropfen lassen. In einer Pfanne die Butter aufschäumen lassen. Die Nocken anschließend in der Butter wenden. Die Feigen waschen, trocken tupfen und mit der Schale in Scheiben schneiden. Den Rucola zupfen, waschen, trocken schleudern und zu den Feigen geben. Die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Anschließend die Feigen und den Rucola mit etwas Zitronensaft und dem Olivenöl beträufeln. Die Ricotta-Klöße mit den Feigen auf Tellern anrichten und servieren.

Lutz Feldmann am 21. September 2010

Ricotta-Steinpilz-Raviolo mit Salbei-Butter, Trüffel

Für 2 Personen

15 g Trüffel	30 g Steinpilze, getrocknet	4 Eier
70 g Ricotta	40 g Parmesan	70 g Mehl
50 g Butter	50 g Hartweizengrieß	200 ml Kalbsfond
1 Töpfchen Brunnenkresse	0,5 Bund Schnittlauch	0,5 Bund Blattpetersilie
1 Zweig Salbei	Gewürzsalz	Pfeffer, schwarz

Das Mehl, den Hartweizengrieß und drei Eier mit einander vermengen und zu einem Teig verarbeiten. Den Teig in Klarsichtfolie einwickeln und 15 Minuten ruhen lassen. Die Schnittlauch- und Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Die Steinpilze klein schneiden und mit dem Ricotta und den Kräutern in eine Schüssel geben. Anschließend mit Gewürzsalz und Pfeffer würzen und das Ganze miteinander vermengen. Das übrige Ei trennen. Den Ravioliteig ausrollen, mit einem Glas einen Raviolo ausstechen und mit der Ricotta-Mischung füllen. Die Ränder mit etwas Eigelb bestreichen und zusammenkleben. Anschließend mit einer Gabel die Ränder andrücken. In einem Topf Wasser erhitzen und den Raviolo darin drei Minuten kochen. Den Salbei grob zerrupfen. In einer Pfanne die Butter erhitzen und den Salbei hinzufügen. Anschließend den Raviolo abschrecken und in der Salbeibutter schwenken. Die Brunnenkresse mit einer Schere abschneiden. Den Parmesan und den Trüffel fein hobeln. Den Raviolo mit der Salbeibutter auf Tellern anrichten und mit der Brunnenkresse, dem Parmesan und dem Trüffel garnieren.

Gabi Gangei am 20. April 2010

Risotto al Radicchio mit Scamorza und Minz-Zucchini

Für 2 Personen

160 g Risottoreis	1 Radicchio	2 kleine Zucchini
1 Zwiebel	500 ml Kalbsfond	100 ml Weißwein, trocken
100 g Scamorza	2 EL dunklen Balsamico-Essig	2 EL Butter
2 Zweige Minze	Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für das Risotto den Kalbsfond aufsetzen. Die Zwiebel abziehen, fein hacken und in etwas Olivenöl anschwitzen. Anschließend den Reis dazugeben und bei geringer Hitze andünsten lassen. Den Radicchio zerteilen, in feine Streifen schneiden und mit zum Risotto geben. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen und verdunsten lassen. Nun nach und nach den Kalbsfond dazugeben, so dass der Reis immer bedeckt ist. Zum Schluss die Butter einrühren, damit das Risotto schön sämig wird. Währenddessen die Zucchini in Scheiben schneiden und in etwas Olivenöl anrösten. Die Minze zupfen, fein hacken und mit dazugeben. Die Minz-Zucchini mit Salz, etwas Pfeffer und dem Balsamico-Essig abschmecken. Zum Schluss den Scarmorza reiben und mit der Butter in das Risotto rühren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Risotto mit den Minz-Zucchini auf Tellern anrichten.

Angela Losacker Fragnoli am 14. September 2010

Rosenkohl-Gnocchi-Pfanne mit getrockneten Tomaten

Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	275 g Rosenkohl	75 g Tomaten, getr. in Öl
1 Ei, klein	50 g Pinienkerne	1 Zehe Knoblauch
150 g Parmesan	150 g Mehl	30 g Hartweizengrieß
25 g Butter	1 Muskatnuss	3 Zweige Salbei
Pfeffer, schwarz	Meersalz	

Die Kartoffeln schälen, klein schneiden und im Salzwasser bissfest garen. Den Rosenkohl putzen, vierteln und in kochendem Salzwasser acht Minuten blanchieren. Die getrockneten Tomaten ein wenig abtropfen und in Streifen schneiden. Die Salbeiblätter zupfen. Etwas Muskat reiben. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Den Rosenkohl abgießen. In einer weiteren Pfanne die Butter aufschäumen, den Rosenkohl, die Tomatenstreifen, den Knoblauch, die Pinienkerne und den Salbei darin erhitzen. Das Ganze mit einer Prise Muskat, einer Prise Salz und einer Prise Pfeffer würzen und bei geringer Hitze köcheln lassen. Die Kartoffeln abgießen und durch die Kartoffelpresse drücken. Anschließend 125 Gramm Mehl, das Ei und den Hartweizengrieß mit der Kartoffelmasse vermengen. Das Ganze mit Salz und Muskatnuss abschmecken und in kleine Portionen teilen. Die Arbeitsfläche mit dem restlichen Mehl bestäuben, die Portionen darauf zu eineinhalb Zentimeter dicken Rollen formen und in Stücke schneiden. Die einzelnen Teigstücke mit einer Gabel leicht eindrücken. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Gnocchi portionsweise für etwa drei Minuten ziehen lassen. Die gegarten Gnocchi mit einer Schaumkelle aus dem Wasser schöpfen, gut abtropfen lassen, in die Pfanne hineingeben und mit dem Gemüse vermengen. Anschließend ein wenig Parmesan reiben. Die Rosenkohl-Gnocchi-Pfanne auf Tellern anrichten und mit dem Parmesan garnieren.

Florian Boldt am 07. Dezember 2009

Rote-Bete-Carpaccio mit gratiniertem Schafskäse

Für 2 Personen

2 Rote-Bete-Knollen, vorgekocht	150 g Feldsalat	1 EL Pinienkerne
1 EL Walnüsse	1 Zitrone	150 g Schafskäse
1 TL Honig	3 EL Balsamico-Crème	1 EL Olivenöl
1 EL Arganöl	Pfeffer	Salz

Den Backofen im Grillmodus auf 200 Grad vorheizen. Die Rote-Bete schälen und in feine Scheiben hobeln. Die Zitrone halbieren, auspressen und die Rote-Bete mit dem Zitronensaft etwas marinieren. Ein Blech mit Backpapier auslegen, den Schafskäse darauf bröseln, in den Ofen schieben und goldgelb angrillen lassen. Eine Pfanne erhitzen und die Pinienkerne und die Walnüsse darin goldgelb rösten. Danach die Kerne auf Küchentrepp geben und abkühlen lassen. Den Feldsalat waschen, trocken schleudern und in eine Schüssel geben. Eine Marinade aus dem Olivenöl, dem Arganöl, dem Honig, etwas Zitronensaft und Salz und Pfeffer herstellen. Die Rote-Bete etwas mit der Marinade beträufeln. Den Rest der Marinade und die Nüsse mit dem Feldsalat vermengen. Den Schafskäse aus dem Ofen nehmen. Das Rote-Bete-Carpaccio mit dem gratiniertem Schafskäse und dem Feldsalat auf Tellern anrichten und servieren.

Max Ziegler am 16. November 2010

Rote-Bete-Medaillons, Curry-Rahm, Zitronen-Kichererbsen

Für zwei Personen

400 g Rote Bete, vorgekocht	100 g Basmatireis	200 g halbe, kleine Kichererbsen
1 festk. Kartoffel, klein	1 kleine Karotte	1 unbehandelte Zitrone
100 g Crème-fraîche	1 TL Rohrzucker	1 TL Senfkörner
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	1 TL ganzer Kreuzkümmel	1 TL gemahlene Koriandersamen
1 TL Kardamon	1 TL Kurkuma	1 TL Zimt
1 TL Mangopulver	2 Sternanis	1 Muskatnuss
2 Lorbeerblätter	2 TL Bockshornkleeblätter	1 TL Thymian-Samen (Ajwain)
3 Msp. Stinkasant (Asafoetida)	Butterschmalz, Pfeffer, Salz	

Die Karotte und die Kartoffel schälen und klein würfeln. Die Kichererbsen waschen. Etwas Ghee in einem Topf erhitzen und die Lorbeerblätter, die Bockshornkleeblätter, einen halben Teelöffel Thymiansamen, einen Viertel Teelöffel Kardamon, den Sternanis und eine Messerspitze Stinkasant darin kurz anbraten. Die Kichererbsen dazugeben und anbraten. Mit circa einem Drittel Liter Wasser aufgießen und bei leicht geöffnetem Deckel köcheln lassen. Die Rote Bete in circa einen Zentimeter dicke Medaillons schneiden. Eine Zitrone auspressen. Etwas Ghee in einem Topf erhitzen und einen halben Teelöffel Senfkörner hineingeben. Den Topf zudecken und warten, bis sie „hüpfen“. Einen halben Teelöffel Kreuzkümmel, die Koriandersamen, einen halben Teelöffel Kurkuma, einen Viertel Teelöffel Zimt und den Zucker darin anbraten. Dann die Medaillons kurz im Gewürzsud wenden und mit dem Saft einer halben Zitrone und 100 Milliliter Wasser aufgießen und bei leicht geöffnetem Deckel köcheln lassen. Den Reis waschen und in circa einem Liter Wasser zum Kochen bringen, Salz hinzugeben und in circa 15 Minuten gar kochen lassen. Wenn das Wasser der Kichererbsen verkocht ist, diese salzen und mit dem Saft der anderen halben Zitrone vermischen. Etwas Muskat reiben und mit etwas Pfeffer und das Mangopulver über die die Kichererbsen geben. Gegebenenfalls etwas Öl drüber geben, wenn es zu trocken sein sollte. Die Rote Bete aus dem Gewürzsud nehmen und warm stellen. Die Crème-fraîche in den Sud einrühren und einkochen lassen. Den Reis abgießen und etwas Ghee in einem Topf erhitzen. Darin den ganzen Kreuzkümmel anbraten und den Reis darin wenden. Die Rote-Bete-Medaillons mit dem Curry-Rahm, den Zitronen-Kichererbsen und dem gebratenem Cumin-Reis auf Tellern anrichten und servieren.

Manuel Stöbel am 23. Juli 2012

Rote-Bete-Tortellini mit Mohn-Butter

Für 2 Personen

150 g Rote-Bete, vorgekocht	150 g Mehl	150 g Hartweizengrieß
50 g Blaumohn	4 Eier	75 g Ricotta
25 g Mascarpone	100 g Butter	1 EL Pflanzenöl
100 ml Geflügelfond	Himbeeressig	Salz
schwarzer Pfeffer		

Die gekochte Rote Bete fein mixen und durch ein Sieb passieren. Anschließend den Ricotta und die Mascarpone hinzugeben und verrühren. Mit Salz, Pfeffer und dem Himbeeressig abschmecken. Das Mehl, den Hartweizengrieß, einen Teelöffel Salz, drei Eier, und das Pflanzenöl miteinander verkneten. Anschließend zwei Teigrollen dünn ausrollen und mit der Rote-Bete-Füllung in zwei Zentimeter Abständen auf den Teig geben. Anschließend das übrige Ei trennen und die Teigländer mit dem Eigelb bestreichen. Die zweite Teigrolle über die Füllung geben und fest andrücken und zu Tortellini formen. Anschließend einen Topf mit Salzwasser erhitzen und die Nudeln darin ziehen lassen. In einer Pfanne die Butter erhitzen und den Blaumohn hinzugeben und leicht anschwitzen. Anschließend mit Geflügelfond aufgießen und reduzieren lassen. Abschließend die Nudeln in der Mohnbutter schwenken. Die Rote Bete-Tortellini mit Mohnbutter auf Tellern anrichten und servieren.

Manuel Laschkowski am 27. September 2010

Rucola-Ravioli mit Rote-Bete-Schaum

Für 2 Personen

200 g Hartweizengries	1 Knolle vorg. Rote-Bete	1 unbehandelte Orange
50 g Rucola	1 TL Semmelbrösel	3 Eier
125 g Ricotta	30 g Parmesan	50 ml Schlagsahne
10 ml weißer Balsamico	250 ml Gemüsesfond	1 TL Olivenöl
0,5 Bund Basilikum	Zucker	Salz
Pfeffer, schwarz		

Die Rote-Bete schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Gemüsesfond in einem Topf erhitzen und die Rote-Bete darin etwa zwanzig Minuten gar kochen. Anschließend fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und dem Balsamico abschmecken. Die Schale der Orange abreiben und den Saft auspressen. Zwei Esslöffel vom Orangensaft, den Schalenabrieb sowie die Schlagsahne in das Rote-Bete-Püree geben und weiter köcheln lassen. Den Rucola verlesen und die Stiele entfernen. Die Basilikumblätter abzupfen. Den Grieß, zwei Eier und das Olivenöl zu einem kompakten Teig kneten und etwa fünfzehn Minuten ruhen lassen. Währenddessen das übrige Ei trennen und das Eiweiß beiseite stellen. Das Eigelb zusammen mit dem Ricotta, dem Rucola, dem Basilikum und den Semmelbröseln in ein hohes Gefäß geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Ganze fein pürieren. Einen großen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Den Teig ganz dünn ausrollen. Je einen Esslöffel Ricottafüllung auf den Teig auftragen und die Zwischenräume mit dem Eiweiß bestreichen. Anschließend einen zweiten Nudelstreifen darüberlegen, den Teig rund um die Füllung jeweils fest andrücken, mit einem Wellenrad Vierecke ausschneiden und kurz antrocknen lassen. Die Ravioli in das kochende Salzwasser geben und bissfest garen. Den Rucola waschen, trockenschleudern und den Parmesan reiben. Die Ravioli mit dem Rote-Bete-Schaum auf Tellern anrichten und mit Rucolablättern und etwas Parmesan garnieren.

Solveig Tetzlaff am 22. November 2010

Safran-Gnocchi mit knackigem Salat

Für zwei Personen

500 g mehligk. Kartoffeln	50 g Parmesan	1 Salatgurke
1 rote Zwiebel	2 Möhren, klein	1 Fenchelknolle, klein
3 Radieschen	70 g Dinkelvollkornmehl	2 Eier
6 EL Sojasahne	1 EL Weißweinessig	3 EL Olivenöl
1 Bund Dill	1 Bund glatte Petersilie	1 TL Zucker
1 g Safranfäden	Muskat	schwarzer Pfeffer, Meersalz

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Kartoffeln darin gar kochen. Die Salatgurke halbieren, die Kerne entfernen und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Fenchel und die Möhren von den Enden befreien, schälen und fein raspeln. Die Radieschen in kleine Streifen schneiden. Den Dill und die Petersilie zupfen und fein hacken. Den Weißweinessig, den Zucker, etwas Salz, etwas Olivenöl, die Petersilie und den Dill miteinander vermengen und den Salat damit würzen. Die Arbeitsfläche mit etwas Mehl bestäuben. Die Kartoffeln abgießen, pellen und durch eine Presse auf dem Mehl verteilen, damit sie ausdampfen können. Die Kartoffelmasse ebenfalls mit Mehl bestäuben. Ein ganzes Ei und ein weiteres Eigelb auf die Masse geben, das Ganze mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Die Masse rasch mit den Händen zu einem Teig verkneten. Den Teig in drei gleich große Portionen teilen und jeweils eine Rolle mit dem Durchmesser von zwei Zentimetern daraus formen. Anschließend zentimeterdicke Scheiben abschneiden, dieser zu Kugeln formen und mit einer Gabel Rillen eindrücken. Dabei auf einer mit Mehl bestäubten Fläche arbeiten und die Gnocchi darin wälzen, damit sie vom Mehl zart umhüllt sind. Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und die Gnocchi etwa zehn Minuten bei geringer Hitze darin gar kochen. Wenn sie oben schwimmen, sind die Gnocchi gar. Die Gnocchi herausnehmen und gut abtropfen lassen. Die Sahne in einer Pfanne erhitzen. Den Parmesan reiben. Einige Safranfäden in etwas Kochsud auflösen und zusammen mit zwei Esslöffeln Parmesan zu der Sahne geben. Anschließend die Gnocchi darin schwenken und sofort anrichten. Die Safran-Gnocchi mit dem knackigen Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Roman Witt am 21. Juni 2012

Saures Kartoffel-Gemüse mit Zwiebel-Spießchen

Für 2 Personen

2 saure Gurken a 60 g	500 g festk. Kartoffeln	10 kleine rote Zwiebeln
40 g Butter	100 g Crème-fraîche	2 EL Apfelessig
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund frische Salbeiblätter	Salz
weißer Pfeffer		

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, waschen und in zwei Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Kartoffeln bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten garen. In der Zwischenzeit die Zwiebeln abziehen und die Gurken in Würfel schneiden. Die Salbeiblätter waschen und trocken tupfen. Jeweils eine Zwiebel und zwei Salbeiblätter im Wechsel auf die Holzspießchen verteilen, bis insgesamt vier Zwiebeln auf dem Spieß stecken. Die Petersilienblätter abzupfen und kleinhacken. Etwa die Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebelspießchen bei mittlerer Hitze unter häufigem Wenden in der Pfanne braten und nach etwa zehn Minuten von der Kochstelle nehmen und warm halten. Die Gurkenwürfel mit der restlichen Butter, der Crème-fraîche und dem Essig unter die Kartoffeln mischen und mit Pfeffer abschmecken. Das saure Kartoffelgemüse mit den Zwiebelspießchen auf Tellern anrichten und mit der Petersilie garnieren.

Ingeburg Jahns am 21. November 2011

Schafskäse-Ricotta-Ravioli mit Paprika-Crème

Für 2 Personen

1 gelbe Paprikaschote	1 rote Paprikaschote	1 Schalotte
100 g Mehl	100 g Ricotta	100 g Schafskäse
3 Eier	30 ml Sahne	Butter
1 Muskatnuss	0,5 Bund krause Petersilie	schwarzer Pfeffer
Salz		

Für den Ravioliteig das Mehl und zwei Eier in einer Schüssel verrühren und 20 Minuten ruhen lassen. Für die Paprikacreme die gelbe Paprikaschote waschen, entkernen und klein schneiden. Die Schalotte abziehen und ebenfalls klein schneiden. Die Paprika- und die Schalottenstücke mit etwas Butter in einem Topf anbraten, Wasser hinzugeben und mit Salz abschmecken. Das Ganze gar ziehen lassen und anschließend pürieren, durch ein Sieb geben und die Sahne hinzufügen. Danach noch einmal aufkochen, bis eine cremige Soße entsteht. Für die Raviolifüllung den Ricotta und den Schafskäse in einer Schüssel im Wasserbad zum Schmelzen bringen. Petersilie zupfen und klein hacken. Das restliche Ei trennen und etwas Muskatnuss reiben. Das Eigelb, die Petersilie und die Muskatnuss mit dem geschmolzenen Käse verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Ravioliteig mit einer Nudelmaschine gleichmäßig ausrollen. Die Füllung in kleinen Häufchen auf einer Seite des Teiges verteilen und das Eiweiß um die Häufchen herum verstreichen. Anschließend mit der anderen Seite des Teiges bedecken und die einzelnen Ravioli ausschneiden. Die Ravioli in Salzwasser gar kochen. Die rote Paprikaschote waschen, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die Ravioli abgießen und mit den Paprikastreifen mit etwas Butter in einer Pfanne anbraten. Die Schafskäse-Ricotta-Ravioli mit der Paprikacreme auf Tellern anrichten, mit den Paprikastreifen garnieren und servieren.

Florian Bierschenk am 13. Dezember 2010

Schnittlauch-Brot mit Rettich und Radieschen

Für 4 Personen

1 Rettich, jung	1 Bund Schnittlauch	1 Bund Radieschen
4 Scheiben Holzofenbrot	Butter	Meersalz

Den Strunk vom Rettich entfernen. Die untere Scheibe abschneiden und den Rettich auf die flache Seite legen. Den Rettich anschließend mit einem scharfen, dünnen Messer fächerförmig aufschneiden. Dabei das untere Fünftel stehen lassen. In die Spalten das Meersalz einstreuen und den Rettich in einem tiefen Teller entwässern lassen. Die Radieschen ebenso zubereiten. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Brotscheiben dünn mit Butter bestreichen und im Schnittlauch wenden. Die Schnittlauchbrote auf Tellern anrichten und dazu den Rettich und die Radieschen servieren.

Michaela May am 10. Juli 2010

Seitlings-Risotto mit Brombeeren

Für 2 Personen

200 g Seitlinge	200 g Brombeeren, TK	200 g Risottoreis
2 Zehen Knoblauch	1 Zwiebel	1 Zitrone, unbehandelt
80 g Parmesan	40 g Butter	1 Bund Petersilie, glatt
1,5 l Geflügelfond	50 ml Weißwein, trocken	5 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Seitlinge putzen. Den Parmesan reiben, den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Den Geflügelfond in einem Topf zum Kochen bringen. Das Olivenöl in einem weiteren Topf erhitzen und darin die Hälfte der Seitlinge sowie die Zwiebeln und den Knoblauch anbraten. Anschließend den Reis hinzufügen, das Ganze anschwitzen, mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Den kochenden Geflügelfond nach und nach zum Risotto geben, bis das Risotto sämig und bissfest ist. In einer Pfanne etwa zehn Gramm Butter erhitzen und darin die restlichen Seitlinge kräftig anbraten. Die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Die Hälfte des Parmesans, die Petersilie, die gebratenen Seitlinge und 20 Gramm Butter unter das Risotto mengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die übrige Butter in einer Pfanne erhitzen und die Brombeeren darin leicht erwärmen. Das Risotto auf Tellern anrichten und mit den Brombeeren und dem restlichen Parmesan garnieren.

Gabriele Hennig am 15. Februar 2010

Selbstgemachte Bandnudeln alla puttanesca

Für 2 Personen

600 g Cocktailtomaten	200 g schwarze Oliven	5 EL Kapern
8 Anchovis	2 Zwiebeln	4 Knoblauchzehen
2 Eier	2 getrocknete, rote Chilischoten	200 g Mehl
Mehl	2 Bund Basilikum	1 TL Olivenöl
schwarzer Pfeffer	Salz	

Für die Pasta das Mehl, die Eier, das Olivenöl und eine Prise Salz solange verkneten, bis ein fester Teig entstanden ist. Anschließend in Frischhaltefolie einschlagen und 15 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Den Pastateig wieder aus dem Kühlschrank nehmen und mit einer Nudelmaschine eine Nudelplatte daraus herstellen, indem man den Teig mit der breitesten Einstellung der Nudelwalze walzt, ihn immer wieder faltet und neu einlegt. Bei Bedarf den Teig immer wieder mit Mehl bestäuben. Anschließend die Nudelbahn mit einem Messer zu Bandnudeln schneiden und kurz aufhängen. Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Den Knoblauch ebenfalls abziehen und fein hacken. Eine große Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Die Zwiebeln, den Knoblauch und die Chilischoten im Ganzen in die Pfanne geben und anschwitzen. Die Cocktailtomaten halbieren und mit in die Pfanne geben. Die Anchovis klein schneiden. Anschließend die Kapern, die Anchovis und die Oliven dazugeben und vermengen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Das Basilikum zupfen, fein hacken und kurz vor dem Servieren unter die Soße geben. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen und die Bandnudeln ca. zwei Minuten bissfest kochen. Anschließend die Nudeln abgießen und kurz in der Soße schwenken. Die selbstgemachten Bandnudeln mit der Tomatensoße auf Tellern anrichten und servieren.

Nina Thimm am 14. März 2011

Selbstgemachte Gnocchi mit Pesto

Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	80 g Hartweizengrieß	60 g Speisestärke
2 EL Mehl	1 Ei	2 Knoblauchzehen
2 Bund Basilikum	2 EL Pinienkerne	2 Walnusskerne
25 g Parmesan	25 g Pecorino	100 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Die Kartoffeln schälen, in Salzwasser kochen, abgießen und ausdämpfen lassen. Anschließend noch heiß durch die Kartoffelpresse drücken. Die Masse im Kühlschrank etwas abkühlen lassen. Die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne goldbraun rösten. Die Basilikumblätter zupfen, waschen, trocken tupfen und hacken. Den Knoblauch abziehen und in kleine Würfel schneiden. Den Parmesan und den Pecorino reiben. Anschließend die Pinien- und Walnusskerne und Knoblauch zusammen mit etwas Salz im Mörser zerstampfen. Anschließend den Käse und das Basilikum hinzufügen und weiter vermischen. Wenn die Paste gut vermischt ist, das Olivenöl unter ständigem Rühren hinzugießen bis eine homogene Crème entstanden ist. Nun einen weiteren Topf mit Salzwasser aufsetzen und erhitzen. Das Ei trennen und das Eigelb aufbewahren. Die Kartoffelmasse mit dem Grieß, der Speisestärke und dem Eigelb vermengen, mit Salz abschmecken und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig anschließend auf einer bemehlten Arbeitsfläche portionsweise zu fingerdicken Röllchen formen und davon haselnussgroße Stücke abschneiden und zu Kugeln formen. Jede Kugel leicht mit dem Zinken einer Gabel eindrücken, sodass die Abdrücke zu sehen sind. Die Gnocchi in das kochende Salzwasser geben und 5 Minuten ziehen lassen. Ab und zu vorsichtig umrühren, damit sie nicht aneinander kleben. Wenn die Gnocchi an der Oberfläche schwimmen, mit dem Schaumlöffel herausnehmen, in ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Gnocchi auf einem Teller anrichten, das Pesto darüber verteilen und servieren.

Kathleen Schrock am 15. Februar 2011

Selbstgemachte Pasta mit Zucchini-Champignon-Soße

Für 2 Personen

2 Zucchini	5 Champignons	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	200 g Mehl	2 Eier
2 1/2 EL Wasser	200 ml Schmand	100 g Parmesan
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Aus dem Mehl, dem Wasser, etwas Salz und den Eiern einen Teig herstellen und diesen etwas Ruhen lassen. Die Zucchini waschen, von den Enden befreien und in Würfel schneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und würfeln. Anschließend einen Topf mit 200 Millilitern Wasser erhitzen und darin das Ganze dünsten, bis es weich ist. Den Nudelteig nochmals gut durchkneten. Den Teig mithilfe der Nudelmaschine mehrmals durchziehen und daraus Nudeln formen. Wenn der Teig zu sehr klebt noch etwas mehr Mehl zufügen. Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Soße mit dem Stabmixer zerkleinern und mit dem Schmand, Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Die Nudeln in dem Salzwasser bissfest garen. Den Parmesan reiben. Die Nudeln mit der Zucchini-Champignon-Soße auf Tellern anrichten und mit dem Parmesan garnieren.

Michele Huhn am 27. Dezember 2011

Selbstgemachte Spätzle mit geschmelzten Zwiebeln

Für 2 Personen

300 g Spätzlemehl	100 g Butter	200 g Allgäuer Bergkäse
100 g Emmentaler	200 g Feldsalat	20 g Schafskäse, weich
4 Eier	3 Zwiebeln	1 TL Senf, mittelscharf
1 Bund Schnittlauch	1 Bund Petersilie	3 EL Rapsöl
3 EL Kräuteressig	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Mehl mit den Eiern, 300 Milliliter Wasser und Salz in eine Rührschüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren. In einem Topf Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Den Teig in die Spätzlepresse geben und ins Wasser pressen. Den Allgäuer Bergkäse und den Emmentaler reiben. Anschließend die Spätzle herausschöpfen, und abwechselnd Spätzle, den Allgäuer Bergkäse und den Emmentaler in einer Auflaufform schichten. Zwei Zwiebeln abziehen, halbieren und in Ringe schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln braten. Von der Petersilie die Blätter abzupfen und gemeinsam mit dem Schnittlauch und dem Schafskäse klein schneiden. Für die Vinaigrette den Kräuteressig, das Rapsöl, den Senf, den Schnittlauch, die Petersilie und den Schafskäse vermengen. Eine Zwiebel abziehen, schälen, klein schneiden und dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Feldsalat waschen und trocken schleudern. Die Vinaigrette auf den Feldsalat geben. Die Käsespätzle auf Tellern anrichten und mit den Zwiebeln und dem Feldsalat garnieren.

Peter Schauer am 28. Oktober 2009

Sellerie-Puffer mit Zwiebel- Apfelmus

Für 2 Personen

100 g rote Kartoffeln	350 g Knollensellerie	2 Zwiebeln
3 Äpfel (Elstar)	1 unbehandelte Zitrone	20 g Walnusskerne
20 g Rosinen	2 EL Mehl	1,5 EL Zucker
2 Eier	60 ml trockener Weißwein	Pflanzenöl
20 g Butterschmalz	5 g Safran	7 Salbeiblätter
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Pflanzenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebeln abziehen. Eine Zwiebel in feine Würfel schneiden und in dem Öl anschwitzen. Die Rosinen und den Zucker dazu geben und etwa drei Minuten andünsten. Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Anschließend den Apfel zu den Zwiebeln geben. Alles mit dem Weißwein ablöschen, den Safran unterrühren und abgedeckt bei kleiner Hitze etwa 15 Minuten kochen lassen. Den Salbei nach 15 Minuten zu der Apfel-Zwiebel-Mischung geben und weitere fünf Minuten kochen lassen. Den Sellerie und die Kartoffeln schälen. Den Sellerie, die Kartoffeln und die übrige Zwiebel kleinraspeln und miteinander vermengen. Die Walnusskerne fein hacken. Zwei Eier aufschlagen. Die Schale der Zitrone abreiben. Die Sellerie-Kartoffel-Zwiebel- Mischung mit den Walnüssen, den Eiern, zwei Esslöffeln Mehl und einen halben Teelöffel Zitronenschale vermengen und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und darin die Selleriepuffer ausbacken. Anschließend im Backofen warmstellen. Die Selleriepuffer aus dem Ofen nehmen und mit dem Zwiebel-Apfelmus auf Tellern anrichten und servieren.

Hanna Willruth am 31. August 2010

Sellerie-Schnitzel mit Ratatouille und Tomaten-Risotto

Für 2 Personen

1 Knolle Sellerie	120 g Risottoreis	1 Zucchini
1 Aubergine	1 Paprikaschote	1 Fleischtomate
2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	1 Ei
50 g Parmesan	125 g Tomaten, gestückelt	2 EL Tomatenmark
2 EL Margarine	2 EL Paniermehl	1 TL Oregano
1 TL Thymian	300 ml Gemüsefond	Butter
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Sellerie schälen und in circa 1,5 Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Anschließend in Salzwasser bissfest kochen. Die Paprikaschote halbieren, vom Kerngehäuse befreien, schälen und in Stücke schneiden. Die Enden der Aubergine und der Zucchini abschneiden, das Gemüse würfeln. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und eine Zwiebel und den Knoblauch glasig anbraten. Einen Esslöffel Tomatenmark zugeben. Die Paprika mitbraten. Die Auberginen und die Zucchini untermengen. Die gestückelten Tomaten mit dem Saft hinzugeben und mit dem Oregano und Thymian würzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und köcheln lassen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebel anbraten. Das restliche Tomatenmark kurz mitrösten. Mit dem Gemüsefond auffüllen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Reis zugeben und quellen lassen. Die Tomaten überbrühen und die Haut abziehen. Anschließend die Tomate halbieren, den Strunk und das Fruchtfleisch herausschneiden. Danach die Tomate würfeln und unter das Risotto mischen. Den Parmesan reiben. Das Ei aufschlagen und die Selleriescheiben durch das Ei ziehen. Anschließend mit dem Paniermehl, Mehl und Parmesan panieren. Etwas Butter und Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Sellerieschnitzel von beiden Seiten goldbraun anbraten. Die Schnitzel auf Tellern anrichten. Das Ratatouille und das Tomaten-Risotto daneben anrichten und servieren.

Rolf Scherer am 07. Dezember 2010

Sesam-Pfannkuchen mit Feta, Tomaten-Salat und Tsatsiki

Für 2 Personen

4 Romatomaten	150 g Joghurt	100 g Feta
75 g Mehl	2 Eier	1 Salatgurke
7 EL Milch	4 EL Rapsöl	3 EL Paniermehl
2 EL Weißweinessig	2 EL Mineralwasser	1 EL Sesamkörner
1 Zehe Knoblauch	1 Bund Petersilie, glatt	1 Msp. Backpulver
Zucker zum abschmecken	Pfeffer, schwarz	Salz

Die Eier aufschlagen und mit der Milch und einer Prise Salz vermengen. Anschließend das Mehl und das Backpulver dazugeben und zu einem Teig verrühren. Den Fetakäse in Streifen schneiden, in Paniermehl wenden und leicht andrücken. Für den Tomatensalat die Petersilie zupfen und hacken. Die Tomaten vom Strunk befreien und in grobe Würfel schneiden. Den Weißweinessig, einen Esslöffel Papsöl und einer Prise Zucker verrühren und mit Pfeffer und Salz würzen. Anschließend die gewürfelten Tomaten und die Petersilie mit der Vinaigrette vermengen. Für das Tsatsiki eine Knoblauchzehe abziehen und in feine Würfel schneiden. Ein Viertel der Salatgurke schälen, in Würfel schneiden und mit dem Knoblauch in den Joghurt einrühren. Das Ganze mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Sesam und das Mineralwasser unter den Pfannkuchenteig heben. Den Pfannkuchenteig portionsweise in Rapsöl ausbacken. Nun den panierten Feta im restlichen Rapsöl an braten. Die Pfannkuchen mit dem Tomatensalat und dem Feta füllen, auf Tellern anrichten und mit dem Tsatsiki garnieren.

Alexandra Heinzel am 30. November 2009

Sommer-Rollen warm und kalt

Für 2 Personen

6 Blätter Filoteig	1 Kopf Eisbergsalat	1 Bund Rucola
3 Karotten	1 Zucchini	4 Radieschen
3 Stangen Staudensellerie	8 Cocktailtomaten	1 Zitrone
1 Bund Schnittlauch	1 Schälchen Kresse	1 TL Honig
75 g Crème-fraîche	75 g saure Sahne	75 g Schlagsahne
2 TL Pflaumenmus	150 ml Gemüsfond	100 ml Sojasoße
100 ml Teriyakisoße	Pflanzenöl	Tabasco
Cayennepfeffer	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Gemüsfond zusammen mit der Soja- und Teriyakisoße in einen Topf geben und erhitzen. Zwei Karotten schälen und in feine Streifen schneiden. Die Zucchini waschen und klein schneiden. Zwei Stangen Sellerie in feine Streifen schneiden. Das Gemüse zu dem Fond in den Topf geben und garen lassen. Anschließend das Gemüse durch ein Sieb geben und die Flüssigkeit auffangen. Das Pflaumenmus und den Honig beimischen, dann die Flüssigkeit beiseite stellen. Die Gemüsestreifen abtupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend die Streifen in den Filoteig einrollen. Die fertigen Röllchen in der Fritteuse frittieren. Die aufgefangene Flüssigkeit mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken. Den Gemüsfond wieder erhitzen. Die verbliebene Karotte schälen, in feine Streifen schneiden und anschließend eine Minute lang in dem Fond blanchieren. Den Fond durch ein Sieb geben und noch etwas einkochen lassen. Zwei Blätter vom Eisbergsalat lösen und waschen. Den restlichen Salat in feine Streifen schneiden und ebenfalls waschen. Den Rucola waschen. Die Selleriestange und die Radieschen würfeln. Tomaten waschen, halbieren und salzen und pfeffern. Für das Salatdressing Crème-fraîche, saure Sahne und die Schlagsahne in einer Schale vermischen. Eine Zitrone aufschneiden und auspressen. Das Dressing mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und dem Zitronensaft abschmecken. Den Sellerie, die Karotten, die Radieschen und die Rucolablätter in dem Dressing wenden. Anschließend das Ganze in die beiden Eisbergblätter einwickeln. Den Schnittlauch und die Kresse waschen und klein schneiden. Beide Rollen auf einem Teller anrichten. Und mit den Tomatenhälften garnieren. Etwas Olivenöl darüber träufeln und Schnittlauch und Kresse darüber geben. Die Soße in ein Schälchen füllen und dazu servieren.

Renate Heine am 07. Juni 2011

Spaghettini mit Pesto, Rucola und Mini-Mozzarella-Kugeln

Für 2 Personen

500 g Spaghettini	1 Bund Rucola	150 g Mozzarella (Kugeln)
100 g getr. Tomaten	2 Knoblauchzehen	3 EL Pinienkerne
1 getr. Chili	400 ml Gemüsebrühe	150 ml Wasser
25 g Tomatenmark	100 g Parmesan	2 EL Olivenöl
1 EL Balsamico	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Gemüsefond aufkochen und über die getrockneten Tomaten geben. Die Tomaten beiseite stellen. Die Knoblauchzehen abziehen und würfeln. Die Pinienkerne, die getrocknete Chili, 150 Milliliter Wasser und das Tomatenmark mit dem Knoblauch pürieren. Die getrockneten Tomaten dazugeben, ohne den Fond und ebenfalls pürieren. Den Parmesan hobeln. Den Essig sowie das Olivenöl und den Parmesan unterheben und mit Pfeffer abschmecken. Die Spaghetti in gesalzenen Wasser zehn Minuten al dente kochen. Den Rucola waschen, verlesen und trocken schleudern. Die Spaghettini mit dem Pesto und etwas Kochwasser vermengen. Die Spaghettini auf Tellern anrichten und mit dem Mozzarella und dem Rucola garnieren.

Sandra Krassow am 18. August 2011

Spinat-Knödel auf Gorgonzola mit Schmelztomaten

Für 2 Personen

500 g Spinat	1 Zwiebel	100 g Gorgonzola
3 Fleischtomaten	2 Eier	125 g Knödelbrot
2 EL glattes Mehl	2 EL Brösel	1 TL Tomatenmark
70 g Butter	125 ml Schlagsahne	125 ml lieblicher Weißwein
1 Muskatnuss	2 Rosmarinzweige	1 TL Zucker
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Spinat waschen, abzupfen und klein schneiden. Die Eier mit dem Spinat vermengen. Die Zwiebel abziehen und klein hacken. 25 Gramm der Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Anschließend die Schlagsahne hinzugeben und im warmen Zustand über das Knödelbrot gießen. Die Eier-Spinatmischung darüber gießen und zu einer homogenen Masse verrühren. Bei Bedarf die Mischung mit dem Mehl und den Bröseln binden. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss abschmecken. Anschließend zu kleinen Knödeln formen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen, den Rosmarin hinzufügen und die Knödel darin etwa zehn Minuten köcheln lassen. Den Gorgonzola in vier gleich große Stücke teilen und mit dem Weißwein beträufeln. Die Tomaten kreuzweise einschneiden. Wasser in einem Topf erhitzen, die Tomaten damit übergießen, anschließend häuten und das Fruchtfleisch klein schneiden. 25 Gramm Butter in einem Topf aufschäumen, das Fruchtfleisch hinzugeben und kurz rösten. Den Zucker und das Tomatenmark beifügen, die Tomaten etwas verkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die übrige Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Den Gorgonzola mit den Spinatknödeln und den Schmelztomaten auf Tellern anrichten und mit der Butter garnieren.

Claudia Schuss am 17. Mai 2010

Spinat-Knödel mit Bergkäse und Walnüssen

Für 2 Personen

400 g Spinat, frisch	100 g Bergkäse, am Stück	150 g Weißbrot
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	2 EL Walnusskerne
1 Muskatnuss	1 EL Semmelbrösel	100 g Butter
2 Eier	5 EL Milch	schwarzer Pfeffer
Salz		

Den Spinat verlesen, von groben Stielen befreien, waschen und trocken schleudern. Den Spinat in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Anschließend gut ausdrücken und grob hacken. Das Weißbrot in zentimetergroße Würfel schneiden und mit der Milch vermengen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen. Die Zwiebel fein würfeln und in einem Esslöffel Butter andünsten. Den Knoblauch pressen und hinzugeben. Die Zwiebel-Knoblauch-Mischung mit dem Spinat und den Eiern pürieren. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Den Käse von der Rinde befreien und die Hälfte davon sehr klein würfeln. Die Muskatnuss reiben. Anschließend die Spinatmasse, die Käsewürfel und die Brotwürfel miteinander vermengen. Mit je einem gestrichenen Teelöffel Salz und Pfeffer, sowie einer Prise Muskat würzen. Die Masse mit der Hand gut verkneten und zugedeckt zehn Minuten ruhen lassen. Die Semmelbrösel mit der Spinatmasse vermengen und anschließend daraus mit angefeuchteten Händen sechs kleine Knödel formen. Die Knödel in Salzwasser bei geringer Hitze zehn Minuten leicht köcheln lassen. Die Walnusskerne grob hacken und den restlichen Käse reiben. Die restliche Butter in einer kleinen Pfanne zerlassen. Anschließend die Knödel aus dem Wasser heben und kurz abtropfen lassen. Die Spinatknödel mit der zerlassenen Butter auf Tellern anrichten, mit den Walnüssen und dem Bergkäse bestreuen und servieren.

Alfred Voltenauer am 04. Mai 2010

Spinat-Ricotta-Cannelloni auf Tomaten-Oliven-Ragout

Für 2 Personen

4 helle Lasagneblätter	300 g junger Blattspinat	1 Knoblauchzehe
125 g Ricotta	1 Ei	50 g Parmesan
20 g Pinienkerne	4 Strauchtomaten, enthäutet	3 EL schwarze Oliven
3 EL grüne Oliven	6 getr., eingel. Tomaten	200 g Dosentomaten
2 Knoblauchzehen	1 Schalotte	1 Zweig Basilikum
50 g Butter	3 EL Mehl	200 ml Milch
1 Muskatnuss	2 EL Balsamicoessig	Olivenöl
Zucker	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 220 Grad Grillfunktion vorheizen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Lasagneblätter kurz darin bissfest kochen. Den Blattspinat waschen und trockenschleudern. Den Knoblauch abziehen und etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Anschließend den Spinat mit dem Knoblauch darin anschwitzen und von der Kochstelle nehmen. Den Parmesan reiben. Die Pinienkerne kurz in einer Pfanne ohne Fett rösten und danach klein hacken. Den Blattspinat ebenfalls klein hacken und mit dem Ricotta, den Pinienkernen, dem Ei und dem Parmesan vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lasagneblätter mit der Ricottafüllung bestreichen, aufrollen und in eine eingeölte Auflaufform geben. Die Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl einstreuen und mit der Milch zu einer cremigen Bechamel verrühren. Anschließend etwas Muskatabrieb, Salz und Pfeffer zugeben und die Bechamelsauce über die Cannelloni geben und im Backofen überbacken. Die Tomaten entstrunken, kreuzweise einschneiden, mit heißem Wasser übergießen, häuten und anschließend entkernen und klein hacken. Die Dosentomaten ebenfalls klein schneiden. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und klein hacken. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und darin die Schalotte und den Knoblauch anschwitzen und mit etwas Zucker karamellisieren. Anschließend die Tomaten und die Dosentomaten zu den Schalotten geben und alles aufkochen lassen. Die getrockneten Tomaten und die Oliven klein schneiden und ebenfalls in den Topf geben und den Topf von der Kochstelle nehmen. Abschließend das Ganze mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker und Basamicoessig abschmecken. Das Ragout mit den Cannelloni auf Tellern anrichten und mit gezupften Basilikumblättern garnieren.

Marc Jahns am 11. Mai 2011

Steinpilz-Risotto mit Spinat

Für 2 Personen

125 g Risottoreis	25 g getrocknete Steinpilze	200 g frischer Spinat
1 große Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Vanilleschote
1 Muskatnuss	10 Kardamomkapseln	75 g Parmesan
100 ml trockener Weißwein	500 ml Gemüsefond	75 ml Schlagsahne
50 g Butter	0,5 Bund Petersilie	4 Salbeiblätter
Salz	schwarzer Pfeffer	

Die getrockneten Steinpilze gründlich spülen und anschließend in 250 Milliliter lauwarmes Wasser legen. Den Spinat waschen und trockenschleudern. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Die ausgekratzte Vanilleschote zusammen mit den Kardamomkapseln und Muskatrieb zugeben, kurz anrösten und anschließend den Spinat hinzufügen und mitrösten. Die Zwiebel abziehen und klein würfeln. Die Salbeiblätter sehr fein hacken. Den Parmesan reiben. Die Petersilie abzupfen und klein hacken. In einem großen Topf zwei Esslöffel Butter erhitzen und die Zwiebelstücke darin glasig dünsten. Den Reis beifügen und kurz anrösten. Anschließend den Weißwein dazu gießen und unter Rühren vollständig einkochen lassen. Die Pilze samt Einweichflüssigkeit zum Reis geben und alles so lange kochen lassen, bis die Flüssigkeit vollständig vom Reis aufgesogen ist. Die Hälfte des Fonds beifügen, den Knoblauch abziehen, hineinpressen und die Salbeiblätter beifügen. Das Ganze solange weiterkochen, bis die Flüssigkeit komplett vom Reis aufgenommen ist, anschließend den restlichen Fond sowie den Spinat untermengen und den Reis zugedeckt bissfest quellen lassen. Abschließend das Risotto mit der Sahne, dem Parmesan und der restlichen Butter verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Risotto auf Tellern anrichten und mit der Petersilie garnieren.

Jörg Graf am 18. Januar 2011

Steinpilz-Risotto

Für 2 Personen

200 g Steinpilze, frisch	150 g Risottoreis	10 g Parmesan
500 ml Geflügelfond	5 EL Weißwein, trocken	3 EL Olivenöl
1 TL Steinpilzhefebrühe Vitam	2 Zehen Knoblauch	1 Schalotte
1 Zitrone, unbehandelt	1 Bund Petersilie, glatt	5 EL Butter
Meersalz	Pfeffer, schwarz	Salz

Den Geflügelfond in einem Topf erhitzen und einen Teelöffel Steinpilzhefebrühe hinzugeben. Die Schalotte abziehen, klein schneiden und in einem Esslöffel Butter andünsten. Den Risottoreis waschen dazu geben und solange umrühren bis er glasig ist. Den Reis mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Anschließend den Geflügelfond hinzufügen, reduzieren lassen und immer wieder Geflügelfond nachgießen. Den Parmesan reiben und zusammen mit drei Esslöffeln Butter sowie Salz und Pfeffer hinzugeben und abschmecken. Die Knoblauchzehen aus der Knolle lösen, abziehen, klein hacken und in einem halben Esslöffel Olivenöl und einem halben Esslöffel Butter andünsten. Die Steinpilze putzen, in Scheiben schneiden, ebenfalls in die Pfanne geben und mild anbraten. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Die Petersilie zupfen und grob hacken. Mit der Zitronenreibe einen halben Teelöffel Zitronenschale von der Zitrone raspeln. Das Risotto auf den Tellern anrichten, die Steinpilze auf das Risotto setzen und mit der Petersilie sowie den Zitronenraspeln anrichten.

Beatrice von der Höh am 24. November 2009

Tagliatelle mit Paprika-Gemüse und Pilzen

Für 2 Personen

200 g Hartweizengrieß	2 Eier	6 EL Olivenöl
Salz	Mehl zum Teigausrollen	4 Baby-Auberginen
2 rote Paprika	1 gelbe Paprika	2 Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen	50 ml Weißwein	100 ml Gemüsebrühe
100 ml Sahne	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian
Pfeffer	Paprikapulver	1 Schalotte
50 g Parmesan	20 g Pinienkerne	1 Bund glatte Petersilie
80 g Semmelbrösel	200 g gemischte Speisepilze	1 kleine Zwiebel
1 Chilischote		

Hartweizengrieß, Eier, 50 ml Wasser, 1-2 EL Olivenöl und eine Prise Salz zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie verpacken und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Dann auf einer bemehlten Fläche oder mit Hilfe einer Nudelmaschine dünn ausrollen und zu Tagliatelle schneiden. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3-4) vorheizen. Die Auberginen waschen, mit einem Zahnstocher einpicksen und auf ein Backblech setzen und im Ofen ca. 15 Minuten garen. Paprika putzen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und fein schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. In einem Topf mit 2 EL Olivenöl Paprika anschwitzen, eine gehackte Knoblauchzehe und Frühlingszwiebeln zugeben und mit Weißwein ablöschen. Mit Gemüsebrühe und Sahne auffüllen, Rosmarin und Thymianzweig zugeben. Alles ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und abschmecken. Schalotte und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Parmesan fein hobeln. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Auberginen aus dem Ofen nehmen, einen Deckel abschneiden und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aushöhlen. Dabei einen Rand von mindestens 5 mm lassen. Angeschwitzte Schalotten mit dem Auberginenfruchtfleisch, Parmesan, Semmelbröseln, Pinienkernen und der Hälfte der Petersilie mischen, in die Auberginen füllen und nochmals im Ofen ca. 10 Minuten garen. Die Pilze putzen und fein schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Chili halbieren, die Kerne austreichen und Chili dann fein hacken. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, Pilze zugeben und anbraten. Mit Salz, Pfeffer und gehackter Chili würzen. Zuletzt restliche Petersilie untermischen. Die Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen, abschütten und in der Paprikasoße schwenken. Anrichten, Pilze darauf anrichten und die Auberginen daneben setzen.

Antonino Gullo Freitag, 25. Juli 2008

Tagliatelle mit Rucola und Crème-fraîche

Für 2 Personen

150 g helle Tagliatelle	75 g Rucola	1 Risper Cocktailtomaten
1 unbehandelte Zitrone	1 Knoblauchzehe	50 g Pinienkerne
1 Stück Parmesan	125 g Crème-fraîche	125 g Naturjoghurt
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Tagliatelle in einem großen Topf mit Salzwasser bissfest garen. Den Parmesan reiben, die Tomaten vom Strunk befreien und klein schneiden. Den Rucola waschen, trocken schleudern und fein hacken. Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Crème-fraîche in einer Schüssel mit dem Zitronensaft, der Zitronenschale und dem Joghurt verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tagliatelle abtropfen lassen und wieder in den Topf geben. Die Zitronen-Crème-fraîche in den Nudeltopf geben und das Ganze mit den Tomaten, dem Rucola, den Pinienkernen und dem Parmesan vermengen. Die Tagliatelle auf Tellern anrichten und servieren.

Lea Stier am 28. Oktober 2010

Tagliatelle mit Sardellen, Oliven, Tomaten und Kapern

Für 2 Personen

500 g Mehl	60 g Semmelbrösel	2 Eier
4 Tomaten	100 g schwarze Oliven	2 EL Kapern
1 Glas Anchovis	2 Knoblauch	1 Bund glatte Petersilie
30 g Parmesan	100 Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Aus dem Mehl, den Eiern und Salz einen Nudelteig kneten, ihn in Folie einpacken und 15 Minuten ruhen lassen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Semmelbrösel darin anbräunen und wieder aus der Pfanne nehmen. Anschließend den Knoblauch abziehen, kleinhacken und mit den Anchovis 30 Sekunden in der Pfanne anschwitzen. Die Tomaten und die Kapern waschen, kleinschneiden, ebenfalls in die Pfanne geben und kurz köcheln lassen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und salzen. Den Nudelteig ausrollen und durch die Nudelmaschine drehen, sodass Tagliatelle entstehen. Die Tagliatelle im sprudelnden Wasser etwa drei Minuten kochen, aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen. Die Tagliatelle mit den Sardellen, den Oliven, den Tomaten und den Kapern vermischen, auf einem Teller anrichten und servieren.

Michael Brüning am 10. Oktober 2011

Vollkorn-Pfannkuchen mit Gemüse-Füllung und Tsatsiki

Für 2 Personen

1 Gurke	300 g weiße Champignons	1 Zwiebel
5 Knoblauchzehen	2 unbehandelte Zitronen	200 g Erbsen, tiefgekühlt
250 g Dosenmais	1 Karotte	2 Eier
160 ml Milch	250 ml Schlagsahne	200 ml Rinderfond
20 g Butter	125 g Naturjoghurt	250 g Magerquark
80 g Vollkornmehl	0,5 Bund Schnittlauch	Olivenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Butter in einer Pfanne schmelzen. Aus dem Mehl, den Eiern, der Milch, einer Prise Salz und der geschmolzenen Butter einen glatten Teig herstellen. Anschließend aus dem Teig portionsweise Pfannkuchen in einer gut beschichteten Pfanne ohne Fett ausbacken. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und in kleine Würfel schneiden. Die Karotte schälen und ebenfalls sehr klein schneiden. Die Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Champignons, die Zwiebeln und den Knoblauch anbraten. Anschließend die Erbsen, den Mais und die klein geschnittenen Karotten dazugeben und mit 100 Milliliter Sahne aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Abschließend mit Zitronensaft abschmecken. Die übrige Sahne steif schlagen. Den Joghurt mit dem Quark verrühren. Die Gurke schälen, in Streifen hobeln und salzen. Anschließend den Saft der Gurke abgießen und die Gurken mit der Joghurt-Quark-Masse vermengen. Abschließen die steife Sahne unterheben und nochmals mit Salz abschmecken. Das Gemüse in die Pfannkuchen wickeln, mit dem Tsatsiki auf Tellern anrichten und mit dem Schnittlauch garnieren.

Susanne Bartel am 31. August 2010

Waldpilz-Pasteten und Tomaten-Croustades

Für 2 Personen

100 g Waldpilze	2 Strauchtomaten	1 Zitrone, unbehandelt
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	2 Scheiben Blätterteig
2 Scheiben Weißbrot, dünn	0,5 Bund Thymian	1 EL Schnittlauch
1 Ei	2 EL Butter	2 EL Crème-fraîche
1 TL Tabasco	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Ei trennen und das Eigelb auffangen. Den Blätterteig dünn ausrollen und acht Kreise mit einem Durchmesser von etwa sechs Zentimetern ausstechen. Anschließend mit einem kleineren Ausstecher aus der Hälfte der bereits ausgestochenen Blätterteigkreise Kreise ausstechen, so dass vier Blätterteig-Ringe und vier Blätterteig-Scheiben entstehen. Jeweils eine Blätterteig-Scheibe mit Eigelb bestreichen, die Blätterteig-Ringe darauf legen und ebenfalls mit etwas Eigelb bestreichen. Anschließend im Backofen etwa zwölf Minuten goldbraun backen, aus dem Backofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Die Waldpilze putzen. Einen Teelöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und die Waldpilze darin etwa sieben Minuten anbraten. Die Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Schalotten zu den Waldpilzen geben, kurz durchmengen und von der Hitze nehmen. Das Ganze mit dem Knoblauch, einem Teelöffel Crème-fraîche, Salz und Pfeffer abschmecken und jeweils etwa einen Teelöffel der Waldpilz-Mischung in die Pasteten füllen. Mit einem Nudelholz die Weißbrotscheiben dünn ausrollen und aus jeder Scheibe zwei Kreise mit etwa sechs Zentimeter Durchmesser ausstechen. Je eine Weißbrotscheibe in eine Muffinblechmulde legen. Einen Esslöffel Butter in einem Topf schmelzen und die Weißbrotscheiben damit bestreichen. Das Ganze mit einem weiteren Backblech abdecken und etwa zehn Minuten im Backofen backen. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Haut der Tomaten kreuzweise einschneiden, kurz in das kochende Wasser geben, heraus nehmen und die Tomaten häuten. Anschließend die Tomaten halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Den Schnittlauch in feine Ringe schneiden und mit den Tomatenwürfeln vermengen. Die Zitrone auspressen. Die Tomaten-Schnittlauch-Mischung mit einem Esslöffel Crème-fraîche, einem Esslöffel Zitronensaft, etwas Tabasco, Salz und Pfeffer abschmecken und in die Weißbrotschalen geben. Die gefüllten Waldpilz-Pasteten und die Tomaten-Croustades auf Tellern anrichten und mit Schnittlauch und Thymian garnieren.

Elke Wagner am 28. September 2010

Ziegenkäse-Cashew-Strudel mit marinierten Berg-Linsen

Für 2 Personen

100 g Berglinsen	1 Stange Staudensellerie	2 Blätter Brickteig
100 g Ziegenfrischkäse	25 g geröstete Cashewnüsse	25 g getrocknete Aprikosen
1 EL flüssiger Honig	1 EL Hoisin-Soße	1 EL Sojasoße
1 EL Sherryessig	1 TL Sesamöl	1 EL Ghee
gemahlener Koriander	Crema-Di-Balsamico	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Linsen darin gar kochen. Anschließend abgießen und kalt abbrausen. Das Ghee in einem Topf erhitzen. Den Brickteig ausrollen und mit dem flüssigen Ghee bestreichen. Den Käse gleichmäßig auf dem Brickteig zerbröseln. Die Nüsse grob hacken. Die Aprikosen in kleine Würfel schneiden. Beides über den Käse streuen und mit Koriander würzen. Die Teigblätter einrollen und die Seiten andrücken. Den Strudel etwa sieben Minuten im Ofen goldbraun backen. Für die Marinade den Sellerie schälen und fein würfeln. Die Hoisin-Soße, die Soja-Soße, den Sherryessig, den Honig und einen Schuss Olivenöl miteinander vermengen und über den Sellerie geben. Die Marinade mit den Linsen vermengen. Die Berglinsen mit der Marinade auf Tellern anrichten. Jeweils einen Strudel auf die Mitte geben. Mit der Crema di Balsamico garnieren und servieren.

Angela Jung am 30. November 2011

Zitronen-Ricotta-Ravioli mit Pfefferminz-Butter

Für 2 Personen

150 g Mehl	3 Eier	250 g Ricotta
100 g Parmesan	100 g Butter	1 unbehandelte Zitrone
1 Bund Pfefferminze	100 ml Wasser	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Aus dem Mehl, einem Ei, etwas Olivenöl, Salz sowie etwas Wasser einen Teig herstellen und diesen etwas ruhen lassen. Die Eier trennen und ein Eigelb verquirlen. Die Zitronenschale abreiben, anschließend die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Parmesan fein reiben. Den Ricotta mit einem Eigelb, 50 Gramm Parmesan, etwas Zitronenabrieb und etwas Zitronensaft zu einer Füllung vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Teig nochmals gut durchkneten und in einzelne Stücke teilen. Anschließend diese Stücke durch die Nudelmaschine drehen, sodass hauchdünne Bahnen entstehen und danach in größere Rechtecke formen. Die Füllung löffelweise auf die Teigstücke geben, den Rand mit dem übrigen Eigelb bestreichen, anschließend zusammenfalten und die Ränder aneinanderdrücken, sodass die Ränder verschlossen sind. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und darin einige Minzestiele ziehen lassen. Abschließend die Minzestiele wieder entfernen und die übrigen Blätter abzupfen und in feine Streifen schneiden. Salzwasser in einem Topf erhitzen und darin die Ravioli etwa zwei Minuten garen. Die Ravioli aus dem Wasser schöpfen, auf Tellern anrichten und mit der Pfefferminzbutter, den Minzestreifen und dem übrigen Parmesan garnieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Martin Widmer am 26. April 2011

Zitronen-Schwammerl mit Semmel-Knödeln

Für 2 Personen

7 Brötchen, vom Vortag	250 g Pfifferlinge	250 g Egerlinge
1 Zwiebel	2 Zitronen, unbehandelt	1 EL Mehl
4 Eier	150 g Schmand	200 ml Schlagsahne
200 ml Milch	125 ml Hühnerfond	1 Thymianzweig
1,5 Bund glatte Petersilie	1 TL Ingwerpulver	1 Muskatnuss
Butter	schwarzer Pfeffer	Salz

Die Milch in einem Topf erwärmen. Die Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Die Muskatnuss reiben. Die Brötchen in Scheiben schneiden, die warme Milch darüber gießen und das Ganze mit den Eiern und einem Drittel der Petersilie zu einem Teig verarbeiten. Anschließend mit Salz und etwas Muskat abschmecken. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen, aus dem Teig Knödel formen und diese im siedenden Salzwasser etwa 15 Minuten ziehen lassen. Die Pilze putzen und in feine Scheiben schneiden. Die Schale einer Zitrone abreiben und die beiden Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Den Hühnerfond in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln darin andünsten, den Thymianzweig und die Pilze dazu geben und etwas anbraten. Den Thymianzweig entfernen und anschließend die Pilze mit dem Mehl bestäuben. Den Schmand und die Schlagsahne dazu geben und von der Hitze nehmen. Den Saft von eineinhalb Zitronen und den Zitronenschalenabrieb vorsichtig untermischen. Anschließend das Ganze mit dem warmen Hühnerfond aufgießen, mit Salz, Pfeffer und dem Ingwerpulver würzen und mit der restlichen Petersilie vermengen. Die Knödel aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen. Die Zitronenschwammerl mit den Semmelknödeln auf Tellern anrichten.

Anna Peter am 21. Juli 2010

Index

- Apfelmus, 34, 55
Artischocke, 4
Aubergine, 3, 5–8, 25, 35, 44, 56, 64
Auflauf, 5
Avocado, 17, 18, 36
- Birne, 41
Brokkoli, 9, 12, 20
- Cannelloni, 61
Curry, 20, 35, 48
- Erbsen, 48, 66
- Fenchel, 1, 5, 10, 13, 20, 50
Frischkäse, 14, 15
- Gnocchi, 24, 34, 41, 46, 50, 54
Gorgonzola, 12, 41, 59
Gurke, 1, 7, 39, 50, 51, 57, 66
- Käse, 6, 29, 57, 60
Kürbis, 28, 30–33, 38, 39
Kartoffel, 13, 29, 33, 34, 51
Klöße, 45
Knödel, 11, 29, 38, 59, 60, 69
Kraut, 28
Kuchen, 57, 66
- Lasagne, 40
Lauch, 44
Linsen, 13, 68
- Möhren, 3, 7, 9, 19–21, 48, 50, 58, 66
Mozzarella, 36, 37
- Nudeln, 19, 26–28, 37, 53
- Paprika, 3, 4, 20, 38, 44, 51, 56, 64
Pasta, 12, 37, 38, 54
Pfannkuchen, 57, 66
Pilze, 5, 15, 17–19, 22, 34, 36, 38, 40, 42, 44,
45, 52, 54, 62–64, 66, 67, 69
Polenta, 41
Quark, 21
- Rösti, 42
Radicchio, 16, 37, 46
Radieschen, 1, 28, 50, 52, 58
Ragout, 36, 61
Ratatouille, 56
Ravioli, 14, 22, 30–32, 43, 44, 49, 51, 68
Reis, 17, 20, 35, 44
Rettich, 10, 52
Risotto, 33, 46, 52, 56, 62, 63
Romanesco, 35
Rosenkohl, 46
Rote-Bete, 11, 47–49
- Sauerampfer, 13
Schafskäse, 8, 16, 47, 51
Schoten, 53
Sellerie, 7, 9, 21, 55, 56, 58, 68
sonstige, 10
Spätzle, 1, 2, 55
Spaghetti, 59
Spargel, 36, 44
Spinat, 11, 14, 17, 18, 23, 43, 59–62
Strudel, 21, 68
- Tagliatelle, 64, 65
Tomaten, 2–6, 9, 12, 14, 16–19, 24, 25, 27,
34, 35, 37, 39, 41–44, 46, 53, 56–59,
61, 65, 67
Trüffel, 19, 22, 45
- Wirsing, 15
- Ziegenkäse, 41, 68
Zucchini, 17, 19–21, 44, 46, 54, 56, 58