



**Weidenhof** Wechter Straße 42 49525 Lengerich Telefon 0 54 82 – 63 67

## **Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 12.04. - 18.04.2021**

### **Zucchini-Antipasti mit Schalotten-Topping**

Zutaten: ca. 500 g Zucchini, Salz, Pfeffer, 25 g Mehl, 5 EL Bratolivenöl,, 100 g Schalotten, 3 Zweige Thymian, 1 TL Rohrohrzucker, 100 ml trockener Weißwein

Zucchini waschen, putzen und in dicke Scheiben schneiden. Kräftig mit Salz und Pfeffer von beiden Seiten würzen. Das Mehl in einen tiefen Teller geben und die Zucchinischeiben darin weiden. Nacheinander je 2 EL Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen und in 2 Durchgängen die Zucchinischeiben darin jeweils ca. 2 Minuten von jeder Seite bei hoher Hitze goldbraun anbraten, dazwischen die Pfanne mit Haushaltspapier auswischen. Die Zucchinischeiben zum Abkühlen auf eine Platte oder Teller legen.

Für das Topping Schalotten schälen und fein würfeln. Thymian abbrausen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen. Restliches Öl in der Pfanne erhitzen. Schalotten darin 5 Minuten bei mittlerer Hitze anschwitzen, Zucker zufügen und etwa 1 Minute schmelzen lassen. Mit Wein ablöschen. Thymian, 1/4 TL Salz und 1 Prise Pfeffer zugeben, aufkochen und etwa 5 Minuten köcheln lassen, bis ein dickflüssiges Topping entsteht. Topping auf die Zucchini verteilen und etwa 1 Stunde durchziehen

### **Zucchini-Käse-Quiche**

Zutaten: 1 Tarte Form (Durchmesser 28 cm), 300 g Mehl und Mehl zum Arbeiten, 150 g kalte Butter, Salz, 500 g Zucchini, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 3 EL Öl,, Fett für die Form, 1 EL getrockneter Thymian, 1 Dose weiße Bohnen (Abtropfgewicht 250 g), Pfeffer, 200 g Creme fraiche, 3 Eier, 150 g Bergkäse

Mehl mit Butter, 1 TL Salz und 3-4 EL kaltem Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt 60 Minuten kalt stellen.

Zucchini waschen, putzen. 1/2 Zucchini längs in Scheiben hobeln. Übrige raspeln und salzen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Beides in 1 EL Öl andünsten. Bohne abtropfen lassen und mit dem Thymian zu den Zwiebeln geben. Salzen und pfeffern.

Den Backofen auf 220 °C (Heißluft 200 °C) vorheizen. Die Form fetten. Den Mürbeteig auf bemehlter Fläche zu einem Kreis, etwas größer als die Form ausrollen. Den Teig in die Form legen, den Rand etwas hochziehen.

Die Zucchini-Raspel ausdrücken. Käse reiben. Crème fraiche mit Eiern verrühren, salzen und pfeffern. Die Masse mit dem Bohnen-Mix, dem Käse und den Zucchini-Raspeln vermischen und auf den Teig geben. Die Zucchinischeiben mit dem restlichen Öl und Salz und Pfeffer mischen, einrollen und auf die Käsemasse setzen. Die Quiche im Ofen etwa 30 Minuten backen. Quiche aus dem Ofen nehmen und etwa 10 Minuten ruhen lassen.

### **Fränkischer Kohlrabieintopf**

Zutaten: 2 Kohlrabi, 250 g Kartoffeln, 1 Zwiebel, 25 g Butter, 1/2 EL Mehl, Salz, Pfeffer, Muskat, 1/2 l Brühe

Kohlrabi und Kartoffeln schälen und in Stifte schneiden. Das gewaschene Kohlrabigrün (nur die feinen, kleinen Blättchen benutzen) fein hacken.

Die Zwiebel schälen und würfeln. Die Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Kohlrabi und Kartoffeln dazugeben, mit Mehl bestäuben, würzen, die Brühe zugießen und 20 bis 25 Minuten bei kleiner Hitze garen lassen. Zum Schluß das Kohlrabigrün unterziehen. Dazu passen Nürnberger Rostbratwürste, aber auch Dinkelbratlinge.

### **Kohlrabiauflauf mit Hähnchenbrust**

Zutaten: 2 Kohlrabi, 200 Hähnchenbrust, 250 ml Brühe (Gemüse oder Hühner), 200 ml Milch, 1 EL Butter, 30 g Mehl, Salz, Pfeffer, Muskat, 50 g geriebener Käse, 50 g Schinkenwürfel

Kohlrabi schälen, waschen und in Stifte schneiden. Brühe und Milch ankochen, Kohlrabi dazugeben, aufkochen und 10 Minuten kochen. Dann herausnehmen und abtropfen lassen. Butter erhitzen, Mehl darin anschwitzen, mit Kohlrabi-Brühe ablöschen und aufkochen. Mit Gewürzen abschmecken. Kohlrabi wieder dazugeben. Hähnchenbrust schnetzeln, kräftig anbraten und würzen. Das Fleisch in eine Auflaufform geben, die Schinkenwürfel darüber verteilen. Mit Käse bestreuen. Nun das Gemüse darüber schichten und bei 180°C ca. 25 Minuten überbacken.

### **Penne in Champignon-Creme-Sauce**

Zutaten: 250 g Penne, 150 g Steinchampignons, 100 g Schinkenwürfel, 1 - 2 Zwiebel, 150 g Crème fraîche, Salz, Pfeffer, 1 EL Butter

Die Nudeln in Salzwasser nach Packungsanleitung al dente kochen.

Die Zwiebeln schälen und klein würfeln. Die Champignons putzen und eventuell halbieren oder viertel.

Die Zwiebeln in einem Topf mit Butter glasig anbraten. Die Schinkenwürfel langsam hinzufügen und alles schön braun werden lassen. Die Champignons hinzufügen und ca. 10 Minuten dünsten. Den Herd auf eine kleinere Flamme stellen und Crème fraîche unterrühren. Mit Pfeffer abschmecken.

Auf kleiner Flamme warm halten, nicht mehr kochen lassen.

Die Penne abgießen und mit der Sauce vermischen und servieren

### **Champignons in Balsamico**

Zutaten: 150 g Steinchampignons, 1 EL Brat Olivenöl, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Honig, Salz, Pfeffer, 1 Schalotte, 50 ml Balsamico Essig

Die Champignons putzen und vierteln. Das Öl erhitzen und die Pilze darin anbraten.

Die Schalotten und den Knoblauch pellen, in Würfel schneiden und in die Pfanne hinzugeben.

Wenn die Schalotten glasig sind, den Honig zufügen und etwas einkochen lassen. Danach mit dem Balsamico ablöschen und ihn fast verkochen lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine leckere Beilage zu Fleisch, zum Grillen oder als Vorspeise.