



Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 29.08. - 04.09.2022

Maiskolben mit Knoblauch-Zitronen-Butter und Pellkartoffeln

Zutaten: 500 g Kartoffeln, Salz, 1 Prise Zucker, 2 Maiskolben, 1/2 Kästchen Kresse, 1 Zitrone, 70 g weiche Butter oder Magarine, 1 Knoblauchzehe, Kräutersalz, Pfeffer, 4 Zahnstocher

Kartoffeln waschen und in Salzwasser 15-20 Minuten im geschlossenen Topf garen. Anschließend abgießen, ausdampfen lassen und noch heiß pellen. In einem zweiten Topf Wasser mit Salz und Zucker aufkochen. Maiskolben putzen, Blätter und Bartfäden entfernen und im geschlossenen Topf ca. 20 Minuten köcheln lassen. Kresse knapp über dem Boden abschneiden. Die Zitrone heiß abwaschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Kresse und Zitronenschalenabrieb mit der Butter sorgfältig vermischen. Knoblauch schälen und zur Butter pressen und gut unterrühren. Kräftig mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken. Maiskolben abgießen und abtropfen lassen. In den Enden die Zahnstocher spießen, rundherum mit Knoblauch-Zitronen-Butter bestreichen und mit den Pellkartoffeln und übriger Butter servieren

Flammkuchen mit Zucchini

Zutaten: 250 g Vollkornmehl, 1 Eigelb, 3 EL Öl, 1 TL Salz, 120 ml Wasser, 300 g Zucchini, 100 g Gorgonzola, 200 g Crème fraiche, Salz, Pfeffer, 50 g Rucola, 1 EL Olivenöl

Das Mehl mit dem Eigelb, Öl, Salz und Wasser verkneten. Den Teig abgedeckt bei Zimmertemperatur etw 30 Minuten ruhen lassen. Zucchini waschen und mit einem Gemüsehobel der Länge nach in Streifen schneiden. Gorgonzola und Crème fraiche verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Teig in 2 Portionen teilen und jeweils hauchdünn auf einem Backpapier ausrollen. Mit der Käsecreme bestreichen und die Zucchini-Scheiben darauf verteilen. Den Flammkuchen im vorgeheizten Ofen bei 200 °C Umluft auf der mittleren Schiene nacheinander jeweils ca. 15 Minuten backen. Rucola putzen und waschen. Rucola auf die Flammkuchen verteilen und etwas Olivenöl darüber geben. Mit Pfeffer würzen und sofort servieren.

Zucchini-Pasta mit Speck

Zutaten: 80 g Schinkenwürfel, 500 g Zucchini, 300 g dünne Bandnudeln,
8 EL Olivenöl, 1/2 Zitrone, 1 Ei Kapern aus dem Glas und 2 EL Kapernsud, Pfeffer,
100 g Frischkäse

Schinkenwürfel in einer großen Pflanne in etwas Öl knusprig braten. Schinkenwürfel auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Nudeln nach Packungsanleitung in kochendem Salzwasser bissfest garen.

Zucchini putzen, zu dünnen Streifen schneiden. Zucchini ca. 1 Minute zu den anderen Nudeln ins Kochwasser geben und mitgaren. Alles abgießen, dabei ca. 1 Tasse Kochwasser auffangen.

Zitrone heiß waschen, trocken tupfen. Schale fein abreiben, Zitrone auspressen. Das aufgefangene Nudelkochwasser mit ca. 7 EL Olivenöl, Zitronensaft, -schale sowie den Kapern und dem Kapernsud verrühren, in die Pfanne mit dem Speckfett gießen. Pasta und Zucchini dazugeben, alles gut vermischen und erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Auf Tellern anrichten, den Frischkäse darübergeben und mit den Schinkenwürfeln servieren

Spaghetti mit Zuckerschoten und Tomaten

Zutaten: 200 g Spaghetti, 130 g Zuckerschoten, 10 Cherrytomaten oder 5 andere,
2 Chilischoten, 2 Lauchzwiebeln, 2 EL Bratolivenöl, 1 Knoblauchzehe

Zuckerschoten ggf. abfädeln, Lauchzwiebeln in dünne Ringe schneiden, Knoblauch hacken, Chilischoten halbieren, entkernen und quer in ganz dünne Streifen schneiden, Kirschtomaten halbieren.

Die Nudeln in Salzwasser al dente kochen.

Währenddessen die Zuckerschoten in reichlich Olivenöl leicht anbraten, dann die restlichen Zutaten zugeben und nur noch gut erhitzen.

Die gekochten Spaghetti untermischen und servieren.

Pimientos de Padron

Zutaten: 200 g kleine Bratpaprika, Olivenöl, grobes Meersalz

Die Paprika waschen, Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Paprika darin rundum braten, bis die Haut Blasen wirft, ein paar dunkle Stellen schaden nicht. Auf einem Teller anrichten, mit Fleur de Sel bestreuen und sofort servieren.

Das ist eine schnell zubereitete, leckere Tapa die zusammen mit Patates Braves, Serranoschinken, Manchego, etc. gegessen wird.

Da die Paprika beim Braten stark spritzen, ist es von Vorteil, zum Braten einen höheren Topf statt einer Pfanne zu nehmen.