



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

## **Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 25.03. - 31.03.2024**

### **Kohlrabi-Lasagne**

Zutaten: 2 Kohlrabi, Salz, 1 Bund Lauchzwiebeln, 30 g Bergkäse, 50 g Creme fraiche, 50 g Joghurt, Pfeffer, 1 MSp Muskat, 1 Prise Zucker

Die Kohlrabi schälen und von der kurzen Seite in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. In reichlich kochendem Salzwasser ca. 6-8 Minuten blanchieren. Abgießen und abtropfen lassen. Backofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Käse fein reiben. Creme fraich mit Joghurt, Salz, Pfeffer, Muskat und Zucker cremig rühren. Eine Auflaufform einfetten, mit einem Drittel der Kohlrabischeiben auslegen, mit einem Drittel der Creme fraiche Masse bestreichen und die Hälfte der Lauchzwiebeln darüber verteilen. Vorgang zwei Mal wiederholen. Das letzte Creme-fraiche-Drittel mit dem Bergkäse mischen und auf den Auflauf verteilen. Ca. 30 Minuten backen.

### **Kohlrabi nach klassischem Rezept**

Zutaten: 2 Kohlrabi, 1 Zwiebel, 1 EL Butter, 100 ml Wasser, 100 ml Sahne, Salz, Pfeffer, Muskat, etwas Mehl zum Binden

Zwiebel schälen und fein würfeln. Kohlrabis schälen, waschen und in Würfel oder Stifte schneiden. Zwei bis drei der ganz kleinen feinen Kohlrabiblättchen waschen, klein hacken und zur Seite stellen.

Die Zwiebel in 1 EL Butter glasig anschwitzen, ganz leicht Farbe nehmen lassen. Von der Platte nehmen und die Kohlrabiwürfel zugeben. Salz, Pfeffer, Muskat, etwa 100 ml Wasser und 100 ml Sahne zugeben (wer unbedingt möchte, kann etwas gekörnte Brühe zugeben oder statt Wasser Gemüsebrühe nehmen). Wieder auf die Herdplatte stellen und aufkochen lassen. Dann bei kleiner bis mittlerer Hitze im geschlossenen Topf ca. 15 bis 20 Min. kochen. Ab und zu etwas umrühren. Die Sahne flockt beim Kochen etwas aus, das gibt sich jedoch beim umrühren wieder.

Kurz vor Ende der Garzeit die zarten Kohlrabiblättchen zugeben.

Evtl. die Soße etwas abbinden, entweder einfach mit 1 TL Mehl in wenig Wasser aufgelöst oder, etwas feiner, mit Mehlbutter.

### **Apfel-Lauch-Suppe mit Räucherlachs**

Zutaten: 100 g geräucherter Lachs, 300 g Porree, 1 Apfel, 1 Zwiebel, 1 EL getrockneter Kerbel, 1 EL Butter, 50 ml Cidre oder Apfelsaft, 450 ml Brühe, 250 ml Sahne, 1 Lorbeerblatt, Pfeffer, 100 g Crème fraiche

Räucherlachs in feine Streifen schneiden, Lauch in Ringe schneiden, Apfel würfeln und Zwiebel fein hacken.

Dann die Hälfte des Lauchs in Salzwasser für die Garnitur bissfest garen. Währenddessen die Zwiebel in der Butter glasig andünsten. Danach den restlichen Lauch und die Hälfte der Apfelwürfel hinzugeben und leicht andünsten. Mit dem Cidre ablöschen. Anschließend mit Brühe auffüllen und das Lorbeerblatt und Kerbel hinzugeben. Die Zutaten kochen und die Sahne hinzufügen.

Sobald der Lauch und der Apfel gar sind, das Lorbeerblatt entnehmen und die Suppe pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe in Suppentellern beziehungsweise Suppentassen füllen, mit Lauch und Apfelwürfeln garnieren und die Lachsstreifen hinzufügen. Dazu Crème fraiche servieren.

### **Vollkornquiche mit Porree**

Zutaten: Für den Teig: 125 g feines Vollkornmehl, 60 g Butter, 1 Prise Salz, 1-3 EL Wasser  
1 Ei,

Für die Füllung: 600 g Porree, 100g Zwiebeln, 2 EL Olivenöl, 600 ml Milch, 6 Eier  
Meersalz, Pfeffer, Muskatnuß, Butter zum Ausfetten, 60 g geriebener Emmentaler

Aus den oben genannten Zutaten einen Knetteig herstellen und 30 Minuten ruhen lassen. Gewaschenen Porree in Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Porree und Zwiebeln im Olivenöl andünsten.

Milch mit Eiern und Gewürzen verrühren, mit Porree und Zwiebeln mischen.

Teig ausrollen, in eine Springform geben, einen 2 cm hohen Rand formen. Teig mit einer Gabel einstechen, bei 175 Grad 10-15 Minuten ohne Belag backen. Dann Füllung auf den Mürbeteig verteilen, bei 175 Grad weitere 25-30 Minuten backen. 10 Minuten vor Ende der Backzeit mit Käse bestreuen.

Zubereitungszeit: 60 Minuten

### **Portulak (Postelein) in Eiersauce**

Zutaten: 100 g Postelein, 1 hartgekochtes Ei, 1 kleine Zwiebel, 1 TL scharfer Senf, 1 TL Senfsauce, 1 TL Rotweinessig, 1 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer

Postelein waschen und trockenschleudern. Dann in eine Schüssel geben.

Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Das Ei pellen und halbieren. Das Eiweiß fein würfeln, das Eigelb in den Mixer geben.

Essig, Salz, Pfeffer, Öl, die Senfsauce und den Senf zum Eigelb geben. Mixen, bis eine sämige Sauce entsteht. Über den Salat geben. Vorsichtig mischen. Mit den Zwiebelringen und den Eiweißwürfelchen garnieren