



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

## **Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 20.05. - 26.05.2019**

### **Kohlrabi Pasta mit Ziegenkäse**

Zutaten: 2 Kohlrabi , 150 g Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Öl, 200 ml Milch,  
Salz, 1 EL Gemüsebrühe, Muskat, Pfeffer, 300 g Nudeln (Spirelli, Penne),  
200 g TK Erbsen, 100 g Ziegen Ribeaupierre oder Ziegengouda oder Frischkäse

Kohlrabi schälen, in etwa 1 cm dicke Scheiben und diese in 1 cm breite und 3 cm lange Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln fein würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Den Knoblauch dazupressen und mit anschwitzen. Die Kohlrabi Stücke dazugeben und unter Rühren bei hoher Hitze anbraten. Mit 500 ml Wasser und der Milch ablöschen. 1/2 TL Salz, die Gemüsebrühe, 1 Pirse Muskat und Pfeffer zugeben und alles aufkochen.

Die Nudeln unterrühren, alles nochmal aufkochen und im geschlossenen Topf etwa 10 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen. Zwischendurch umrühren.

Die Erbsen in den Topf geben und im offenen Topf etwa 2 Minuten bei hoher Hitze kochen lassen.

Den Käse fein reiben. Den Topf vom Herd nehmen, den Käse zufügen und alles zusammen zu einem cremigen Gericht verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

### **Möhren-Kohlrabi- Eintopf**

Zutaten: 2 Kohlrabi, 300 g Möhren, 300 g Kartoffeln, 2 Mettenden, 4 Wiener Würstchen,  
1 l Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer

1 Liter Gemüsebrühe aufkochen. Die Mettenden in Scheiben schneiden und in die Brühe geben.

Möhren und Kohlrabi schälen und würfeln und in die Brühe geben. 10 Minuten köcheln lassen. Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden und nach den 10 Minuten in die Suppe geben. Alles weiter köcheln lassen bis die Kartoffeln gar sind.

Wiener in Scheiben schneiden und hinzugeben und erwärmen lassen. Bei Bedarf nachwürzen!

### **Spinatgratin mit Haselnußkruste**

Zutaten: 500 g Spinat, Salz, geriebene Muskatnuß, 125g Magerquark, 1 Eigelb,  
40 g Gorgonzola  
frisch gemahlener Pfeffer, 1 Eiweiß, 10 g Butter, 25 g grob gehackte Haselnußkerne

Spinat verlesen, waschen und in wenig kochendem Salzwasser mit Muskat zusammenfallen lassen. Auf einem Durchschlag gut abtropfen lassen. Backofen auf 210 Grad vorheizen. Quark mit dem Eigelb verrühren und den fein zerhackten Gorgonzola unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und das steif geschlagenen Eiweiß unterziehen. Auflaufform mit etwas Butter ausfetten. Abwechseln Käsecreme und Spinat in die Form füllen, mit Käsecreme abschließen. Oberste Schicht mit den Haselnüssen bestreuen. Im Backofen etwa 15-20 Minuten goldbraun überbacken.

### **Gnocchi mit Blattspinat**

Zutaten: 500 g Spinat, 40 g getrocknete Tomaten (in Öl), 1 Knoblauchzehe, 4 EL Olivenöl, Salz, 1 Packung Gnocchi (Kühlregal, 500 g ), 80 g Feta

Den Spinat putzen, gründlich waschen und gut abtropfen lassen. Dann grob hacken. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und fein würfeln. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Knoblauch und getrocknete Tomaten darin andünsten. Den Spinat zugeben und andünsten, bis die Flüssigkeit fast vollständig verdampft ist, Mit Salz würzen. Gnocchi nach Packungsanweisung in Salzwasser garen, abgießen und gut abtropfen lassen. Unter den Spinat heben. Weitere 2 Minuten garen und evtl. nochmals mit Salz abschmecken. Feta zerbröseln, über die Gnocchi streuen und sofort servieren.

### **Spargelomelett mit Käsesauce**

Zutaten: 500 g Spargel, Salz, Butter, Zucker, 25 g Butter, 1 EL Mehl, etwas Spargelwasser, 70 ml Weißwein, Pfeffer, 1 EL Zitronensaft, 70 g Emmentaler, 4 Eier, Öl zum Braten

Wasser mit Salz, etwas Butter und Zucker zum Kochen bringen. Holzige Enden vom Spargel entfernen und den Spargel schälen. Den Spargel im kochendem Salzwasser etwa 20 Minuten garen, abtropfen lassen und warm stellen. Die Butter in einem Topf auslassen, das Mehl mit einem Schneebesen einrühren. Mit Spargelwasser und Weißwein ablöschen, aufkochen lassen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Den Käse reiben und in die Sauce geben und schmelzen lassen. Die Eier verquirlen, salzen und portionsweise in heißem Öl in eioner PFanne stocken lassen. Die Omeletts auf Teller geben, den Spargel darauflegen und mit der Sauce begießen.

### **Herkunft**

Kartoffeln, Kohlrabi, Spargel, Spinat, Salat der Woche - Weidenhof

Spargel, Tomaten der Woche, Möhren - regional Äpfel der Woche - Deutschland

Birne der Woche - Niederlande

Zwiebeln, Mini Wassermelone, Aprikosen - Spanien

Bananen - Dominikanische Republik

Mango Amelie - Burkina Faso

Weitere Herkünfte können Sie unserer Internet-Seite und Ihren Lieferscheinen entnehmen!

HINWEIS: Bei der Zusammenstellung der Grünen Kiste behalten wir uns Änderungen vor,

d. h. es sind nicht immer alle hier angegebenen Gemüsesorten in allen Kisten enthalten.