



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

Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 06.05. - 12.05.2024

Radieschensahne mit Bratkartoffeln

Zutaten: 1 Bund Radieschen, Zitronensaft, Meersalz, 400 g Pellkartoffeln (gekocht und geschält), 25 g Butter, 1/8 l Sahne, 1 EL gehackte Petersilie, einige Blätter Salat, Essig, Öl, Gewürze, 1 Lauchzwiebel

Radieschen in feine Scheiben schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz bestreuen und durchziehen lassen. Lauchzwiebel putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Butter zerlassen, die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln hineingeben, mit Salz bestreuen und goldbraun braten.

Sahne steif schlagen, mit Salz und Zitronensaft kräftig abschmecken. Abgetropfte Radieschen vorsichtig unterheben.

Bratkartoffeln auf eine vorgewärmte Platte geben und mit Petersilie bestreuen. Die Salatblätter mit einer Mischung aus Essig, Öl und Gewürzen marinieren, die Radieschensahne hineinfüllen, mit den Lauchzwiebeln bestreuen und ebenfalls auf der Platte anrichten.

Porree-Suppe mit Hackfleisch

Zutaten: 250 g gemischtes Hackfleisch, 500 g Porree, 150 g Schmelkäse, 150 g Crème fraîche, 500 ml Gemüsebrühe, 2 EL Öl, 2 Knoblauchzehen Salz, Pfeffer, Muskat

Öl in einen großen Topf geben. Knoblauch schälen und fein hacken. Das Hackfleisch darin von allen Seiten gut anbraten und mit Salz, Knoblauch und Pfeffer würzen. Den Lauch waschen in kleine Ringe schneiden und zum Hackfleisch geben. Ca. 5 Minuten mit anbraten. Die Gemüsebrühe hineingeben und alles ca. 10 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Den Schmelzkäse einrühren und schmelzen lassen. Crème fraîche einrühren und noch einmal kurz aufkochen lassen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig abschmecken. Mit geröstetem Brot servieren

Gebratener Spargel

Zutaten: 500 g Grünspargel, 1 1/2 EL Olivenöl, 1 TL Puderzucker, Bundzwiebeln, 1/2 EL Butter, Salz, Pfeffer

Vom Grünspargel die Enden abschneiden und nur den unteren Teil der Stangen schälen, putzen und in etwa 5 cm lange Stücke schneiden, Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Spargel und die Zwiebeln dazugeben und mit dem Puderzucker bestäuben. Unter häufigem Wenden bei mittlerer Hitze in 10 Minuten goldbraun braten. Butter zufügen und weitere 2-3 Minuten unter Wenden dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Spargel mit Radieschen

Zutaten: 1 Bund Radieschen, 1 Bund Schnittlauch, 1 Apfel, 1 EL Zitronensaft, 1 EL Senf, 5 EL Weißweinessig, 8 EL Rapsöl, Kräutersalz, 1 Zwiebeln, 400 g Grünspargel, 1 EL Rohrzucker

Radieschen putzen und fein würfeln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Apfel in kleine Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Senf mit Weißweinessig, Öl, Salz und Pfeffer verrühren. Grünspargel an den unteren Stangen schälen und die holzigen Enden abschneiden. Den Spargel in kochendes Wasser geben, mit Salz und Zucker würzen und leise je nach Dicke ca. 12 Minuten garen.

Zwiebel schälen und fein würfeln. Radieschen, Apfelwürfel, Zwiebel und Schnittlauch mit der Vinaigrette mischen.

Spargel gut abtropfen lassen, auf einer Platte anrichten und mit der Vinaigrette beträufeln.

Türkische Spinat-Eierpfanne

Zutaten: 400 g Spinat, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Ajvar (Paprikamus, alternativ Ketchup oder Harissa), 200 g gegarte Kichererbsen (aus Glas oder Dose), 2 EL Öl, Salz, Pfeffer, Muskat, 4 Eier, Fladenbrot

Spinat putzen. Große Blätter grob kleinschneiden. Zwiebel schälen und würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Kichererbsen gut abtropfen lassen und mit dem Ajvar mischen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch kurz anschwitzen. Kichererbsen und Spinat zugeben. Unter Wenden kurz mitgaren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Eier aufschlagen und vorsichtig auf den Spinat gleiten lassen. Deckel auf die Pfanne geben. Eier bei mittlerer Temperatur stocken lassen.

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.