



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

Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 24.10. - 30.10.2022

Staudensellerie-Creme Suppe

Zutaten: etwa 400 g Staudensellerie, 1/2 Bund Petersilie, 2 Zwiebeln, 30 g Butter, 400 ml Brühe (Hühner oder Gemüse), 1 Eigelb, 100 ml Sahne, 100 ml trockener Weißwein, Salz, Pfeffer

Sellerie waschen und mit dem Selleriegrün in Streifen schneiden, Zwiebeln schälen und würfeln. Brühe erhitzen. Petersilie waschen und klein hacken.

Zwiebeln in Butter oder Öl glasig dünsten, Sellerie dazugeben und ca. 8 Min. mitdünsten. Petersilie zugeben und heiße Brühe aufgießen, ca. 30 Minuten im geschlossenen Topf kochen.

Das Gemüse mit dem Passierstab pürieren, Eigelb, Sahne u. Weißwein verquirlen u. die Suppe legieren, nicht mehr kochen lassen. Evtl. mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Staudensellerie-Pfanne

Zutaten: 1 Bund Staudensellerie, 300 g Möhren, 1 Zwiebel, 50 g Sultaninen, 1/2 Orange, 2 TL Senf (z. B. Feigensenf), 300 ml Sahne, 2 Knoblauchzehen, 50 g Butter, Salz, Pfeffer, Currypulver, 1 kleines Stück Ingwer

Die Sultaninen in ein wenig Wasser einweichen. Die Zwiebeln würfeln und in der zerlassenen Butter goldbraun anbraten. Den klein gehackten Knoblauch hinzufügen. Den in daumendicke Stücke geschnittenen Sellerie und die in dünne Scheiben geschnittenen Möhren dazu geben und kurz anbraten. Nun die Sahne, den Saft der Orange, den klein gehackten Ingwer, die abgetropften Rosinen und den Senf in die Pfanne geben. Alles ca. 10 Minuten köcheln lassen. Der Staudensellerie und die Möhren sollten noch Biss haben. Mit den Gewürzen und den Kräutern abschmecken.

Italienischer Lauchkuchen

Zutaten: 500 g Porree, 100 g Schinken, 1 Bund Petersilie, 2 Eier, 200 g Crème fraiche, 100 g Parmesan oder Pecorino, 1/2 TL getrockneter Rosmarin, Salz, Pfeffer, Fett für die Form, etwa 250 g tiefgekühlter Blätterteig, 150 g Frischkäse,

Porree putzen, waschen und in Ringe schneiden. Den Porree in wenig Salzwasser 5 Minuten vorkochen, abgießen und abschrecken und gut abtropfen lassen, Den Backofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen. Den Schinken in feine Streifen schneiden. Petersilie waschen, trocken schleudern, Blättchen abzupfen und fein hacken. Parmesan reiben. Eier mit Crème fraiche, Parmesan, Petersilie, Rosmarin, Salz und Pfeffer verrühren.

Den Blätterteig nach Packungsanweisung auftauen.

Eine Tarteform mit 26 cm Durchmesser (ersatzweise eine Backform) fetten. Den Blätterteig in der Form verteilen, dabei einen Rand formen.

Den Frischkäse in Flöckchen mit Porree, Schinken und der Eiermasse auf dem Teig verteilen. Den Kuchen im Backofen im unteren Drittel etwa 30 Minuten backen. Nach dem Backen den Kuchen vor dem Servieren etwa 10 Minuten ruhen lassen.

Hirse-Lauch-Bratlinge

Zutaten: 100 g Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 200 g Porree, 5 EL Bratöl, 250 g Hirse, 600 ml Gemüsebrühe, 2 TL Currypulver, Salz, Pfeffer, 50 g Mehl, 1 Ei

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Porree putzen, längs halbieren, waschen und in feine Halbringe schneiden. 1 EL Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Hirse und Brühe zufügen, kurz aufkochen. Den Porree unterrühren und im geschlossenen Topf etwa 20 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen, bis die Hirse gar und die Brühe aufgebraucht ist. Mit Currypulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Das Mehl untermischen und die Masse auf ausgeschalteter Herdplatte 5 Minuten nachquillen lassen. Dann vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

Das Ei unter die Masse rühren. Den Backofen auf 100 °C vorheizen. Das restliche Öl portionsweise in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Aus der Hirsemasse mit feuchten Händen 12 flache Bratlinge formen und diese nach und nach im heißen Öl je 5 Minuten pro Seite bei mittlerer Hitze knusprig goldbraun braten. Fertige Bratlinge im Ofen warm halten.

Bratlinge mit einem Kräuterquark servieren.

Pasta mit Brokkoli

Zutaten: 250 g kurze Nudeln (Penne, Spirelli, Conchiglie), 500 g Brokkoli, 2 Knoblauchzehen, 2 Sardellenfilets, 4 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 Msp Chili,

2 l Salzwasser zum Kochen bringen.

Den Brokkoli waschen, in Röschen zerteilen und den zarten Teil der Stiele in Stücke schneiden. Brokkoli und Nudeln ins kochende Wasser geben und etwa 10 Minuten kochen. Knoblauch schälen. Sardellenfilets abtropfen lassen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, den Knoblauch durch eine Presse dazupressen und leicht anbraten. Die Sardellenfilets dazugeben und zerdrücken.

Brokkoli und Nudeln abgießen. Käse reiben. Brokkoli und Nudeln zum Knoblauch und den Sardellenfilets in die Pfanne geben. Den Käse dazugeben und alles gut vermischen.