



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

Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 02.09. - 08.09.2019

Sächsische Gurkencremesuppe

Zutaten: 500 g Kartoffeln, 1/2 l Gemüsebrühe, 2 Gurken, 3 Frühlingszwiebeln, 1 Bund Dill, Pfeffer, 3 EL Weißwein, 200 ml Milch, 200 g süße Sahne

Die Kartoffeln schälen und würfeln. Sie dann in der Gemüsebrühe etwa 20 Minuten garen. Die Gurke schälen, längs halbieren, die Kerne mit einem Löffel herauschaben und sie in Würfel schneiden. die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Kartoffeln zusammen mit der Brühe pürieren. Dann die Gurkenwürfel und die Frühlingszwiebelringe unter die Suppe heben und im geschlossenen Topf ohne Wärmezufuhr etwa 5 Minuten garziehen lassen.

Den Dill waschen, trockentupfen und fein hacken. Die Suppe mit den restlichen Zutaten abschmecken und mit dem Dill bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

Mangold-Tarte

Zutaten: 250 g Mehl, Salz, 125 g kalte Butter, 30 ml kalte Milch, 60 g Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 300 g Mangold, 1 EL getrockneter Thymian, 2 Ei Bratöl, 100 g Frischkäse, Pfeffer 30 g Parmesan, 3 Eier, 200 g Creme fraiche,

Für den Teig Mehl, 1/2 TL Salz und die Butter in kleinen Stückchen in einer Schüssel mischen. 40 ml kaltes Wasser und die Milch nach und nach zugeben und alles mit den Händen zu einem homogenen Teig verkneten. Zur Kugel formen und abgedeckt 30 Minuten kühl stellen.

Den backofen auf 180 ° C (Umluft 160 ° C) vorheizen. Tarte- oder Springform mit 26 cm Durchmesser fetten. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche etwas größer als die Form ausrollen. Form damit auslegen und einenca. 3 cm hohen Rand formen. Teigboden mit einer Gabel mehrfach einstechen und ca. 20 Minuten auf mittlerer Schiene vorbacken.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Mangold putzen, waschen und abtropfen lassen. Mangoldstiele in ca. 0,5 cm breite Streifen schneiden und Blätter grob hacken.

Das Öl in einer Pfanne oder Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin ca. 2 Minuten anschwitzen. Mangoldstiele zugeben und weitere 10 minuten andünsten. Mangoldblätter zugeben und unter Rühren zusammenfallen lassen. Frischkäse unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.

Parmesan fein reiben. Teigboden aus dem Ofen nehmen, mit Parmesan bestreuen und die Gemüsemischung darauf verteilen. Eier , Creme fraiche und Milch verquirlen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Über die Tarte gießen und alles ca. 40 Minuten backen. Die Oberfläche sollte goldbraun sein. Vor dem Servieren ca. 10 Minuten ruhen lassen.

Penne mit Mangold und Käse-Sahne-Sauce

Zutaten: 100 g Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 500 g Mangold, 300 g Tomaten ,
2 EL Olivenöl, 150 ml trockener Weißwein, 100 ml Gemüsebrühe, 150 g Bergkäse.
400 g Penne, Salz, 200 ml Sahne, 1 TL Speisestärke, Pfeffer, 1 Msp. Muskat

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen. Mangold waschen, gut abtropfen lassen und putzen. Mangoldstiele quer in 1 cm breite Streifen schneiden. Mangoldblätter quer in 2 cm breite Streifen schneiden. Tomaten waschen und würfeln.

Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin 2 Minuten anschwitzen. Mangoldstiele zugeben, Knoblauch dazu pressen und 2 Minuten kräftig anbraten. Mit Weißwein und Gemüsebrühe ablöschen, aufkochen und 5 Minuten im geschlossenen Topf köcheln lassen. Mangoldblätter zugeben und weitere 5 Minuten im geschlossenen Topf köcheln lassen.

Den Käse fein reiben. Nudeln nach Packungsanleitung in ausreichendem Salzwasser al dente garen. Tomaten zum Mangold geben und 4 Minuten köcheln lassen. Sahne in einem kleinen Topf aufkochen, den Käse einrühren und auf kleiner Stufe unter Rühren köcheln lassen, bis der Käse geschmolzen ist. Die Speisestärke mit 2 EL kaltem Wasser verrühren, zur Käse-Sahne geben und unter Rühren einmal aufkochen lassen. Käse-Sahne zum Mangold geben und gut untermischen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Nudeln abgießen, auf Teller portionieren, Sauce darüber geben und sofort servieren.

Wirsing-Linsen-Auflauf

Zutaten: 100 g Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, ca. 200 g Paprika oder Paprika Mix,
300 g stückige Tomaten (Dose), 2 EL Öl, 200 g Tellerlinsen, 3 EL flüssiger Honig,
1 1/2 TL Paprikapulver edelsüß, 450 ml Gemüsebrühe, 500 g Wirsing, Salz
200g Creme fraiche, Pfeffer, 50 g Tomatenmark, 1EL Speisestärke, 150 g Feta

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Paprika putzen, waschen und klein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin ca. 3 Minuten bei mittlerer Hitze anschwitzen. Linsen, Paprikawürfel, Tomaten, Honig und Paprikapulver zufügen. 200 ml Brühe zugeben. Ca. 30 Minuten im geschlossenen Topf bei niedriger Hitze garen.

Wirsing putzen und in Blätter teilen, untere dicke Blattrippen abschneiden, Blätter waschen. Blätter portionsweise in einem großen Topf mit kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren. Rausnehmen und abtropfen lassen.

Backofen auf 200 ° C vorheizen. Die Hälfte der Creme fraiche unter das Linsenragout rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Auflaufform fetten. Wirsingblätter und Linsenragout abwechselnd darin einschichten, mit einer Schicht Wirsing enden.

Restliche Brühe in einem Topf erhitzen. Mit Tomatenmark und restlicher Creme fraiche verrühren. Speisestärke mit 2 EL Wasser verrühren, zugeben und einmal aufkochen lassen, bis die Sauce andickt. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce über den Auflauf gießen. Feta mit einer Gabel fein zerbröseln und darüberstreuen. Ca. 25 - 30 Minuten überbacken.

Variante: Die Dosentomaten durch 300 g frische Tomaten ersetzen. Diese mit kochendem Wasser überbrühen, die Haut abziehen und die Tomaten grob würfeln,

Herkunft

Kartoffeln, Lauchzwiebeln, Wirsing, Mangold, Tomaten der Woche, Einlegegurken - Weidenhof

Möhren, Ramiro rot-grün, Salat der Woche - regional Äpfel der Woche -Deutschland

Honigmelone Galia. Birne der Woche - Spanien, Traube rot kernlos - Griechenland

Bananen - Dominikanische Republik

Kiwi - Italien

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.