



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

## **Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 20.04. - 26.04.2020**

### **Stielmusstrudel**

Zutaten: 250 g Dinkel- oder Weizenvollkornmehl, 1/2 TL Salz, 4 EL Öl, 1 kg Stielmus, 2 Zwiebeln, Butter, 3 EL Öl, Salz, 1 Msp. Muskat, 150 g Emmentaler, Mehl für das Blech, Backpapier

Das Mehl mit dem Salz, dem Öl und 8-10 EL Wasser in eine Schüssel geben und mit den Knethaken des elektrischen Handrührgerätes oder von Hand so lange kneten, bis der Teig glatt und geschmeidig ist. Den Teig bei Zimmertemperatur etwa 1 Stunde ruhen lassen.

Inzwischen für die Füllung das Stielmus verlesen, waschen und in Streifen schneiden. Die Zwiebeln schälen und würfeln. In einem weiten Topf das Öl erhitzen. Die Zwiebeln darin glasig braten. Den Stielmus dazugeben und etwa 100 ml Wasser angießen. Das Gemüse zugedeckt bei mittlerer Hitze in etwa 15 Minuten gar dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Den Käse reiben. Das Blech mit Backpapier auslegen. Den Backofen auf 200 GRad vorheizen. Ein großes Küchentuch mit Mehl bestäuben. Den Teig auf dem Tuch zu einer Platte von etwa 50 x 60 cm ausrollen. Etwas Butter schmelzen. Von der längeren Seite her zwei Drittel des Teiges damit bestreichen. Das Gemüse auf der mit butter bestrichenen Fläche verteilen, dabei oben und unten etwa 2 cm frei lassen. Den geriebenen Käse über die Füllung streuen.

Die Seiten einschlagen und den Strudel durch Anheben des Tuches von der längeren Seite her aufrollen und auf das Blech legen. Mit flüssiger Butter bestreichen.

Den Strudel im Ofen (Mitte, Umluft 180 Grad) in 50-60 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und vor dem Aufschneiden 5-10 Minuten ruhen lassen.

### **Stielmus mit Kartoffelbrei**

Zutaten: 150 g Kartoffeln, 100 ml Milch, 10 g Butter, Pfeffer, Meersalz, Muskat, 400 g Stielmus

Kartoffeln schälen und gar kochen. Mit Milch, etwas Kochwasser und Butter zu einem Brei verrühren und abschmecken.

Stielmus waschen, kleinschneiden, mit dem Kartoffelbrei vermengen und gut durchwärmen lassen.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Tip: Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse geben, mit erwärmter Milch und zerlassener Butter verrühren.

### **Pasta mit Austernpilzen**

Zutaten: 150 g Farfalle, Salz, 4 Lauchzwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 150 g Austernpilze, 5 getrocknete Tomaten in Öl eingelegt, 150 g Tomaten, 1 EL Olivenöl, Pfeffer, 50 g Parmesan, 2 EL Balsamico

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und darin die Nudeln bissfest kochen. Lauchzwiebeln und Austernpilze putzen. Die Lauchzwiebeln in Ringe, die Austernpilze in Streifen schneiden. Die frischen und die getrockneten Tomaten würfeln. Den Knoblauch fein hacken. In einer Pfanne das Öl erhitzen und darin Lauchzwiebeln und Austernpilze anbraten. Dann den Knoblauch dazugeben und mitdünsten. Tomatenwürfel dazu und etwas schmoren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss mit Balsamico ablöschen. Die Nudeln abgießen. Parmesan reiben. Nudeln und Pilze mit Käse bestreut servieren.

### **Muffins mit Austernpilzen**

Zutaten: 100 g Austernpilze, 3 Stiele Petersilie, 1 Tomate, 1/2 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 75 g Frischkäse, 2 Eier, 2 EL geriebener Parmesan, 1 gehäufte EL Speisestärke, 60 ml Milch, Öl, 1 EL Semmelbrösel, 1 Knoblauchzehe

Die Austernpilze trocken abreiben und in kleine Stücke schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken. Die Tomate waschen, quer halbieren, Kerne und Stielansatz entfernen und die Hälften fein würfeln. Den Backofen auf 180 ° C vorheizen. 6 Mulden einer Muffinform mit dem Öl einpinseln und mit den Bröseln ausstreuen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Austernpilze und Knoblauch darin bei starker Hitze ca. 3 Minuten unter Rühren anbraten. Die Petersilie zufügen, alles salzen und pfeffern. Frischkäse, Eier, Parmesan, Speisestärke und Milch verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung in die 6 Vertiefungen der Muffinform verteilen. Die Austernpilze und die Tomatenwürfel daraufgeben. Die Muffins im Ofen (Mitte, Umluft 180 ° C) ca. 25 Minuten backen. Heiß oder lauwarm servieren.

### **Pimientos de Padron (Bratpaprika)**

Zutaten: ca. 150 g kleine Bratpaprika, Olivenöl, grobes Salz

Die Paprika waschen, Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Paprika darin rundum braten, bis die Haut Blasen wirft, ein paar dunkle Stellen scaden nicht. Auf einem Teller anrichten, mit grobem Salz bestreuen und sofort servieren.

Lecker als Vorspeise oder Tapa zusammen mit Patates Braves, Serranoschinken und Manchego

### **Herkunft**

Kartoffeln, Stielmus, Radieschen, - Weidenhof

Möhren, Wildkräutersalat - regional

Äpfel der Woche - Deutschland

Pimientos de Padron, Cherry Tomaten, Heidelbeeren - Spanien

Austernpilze, Kiwi grün - Italien

Birne der Woche - Argentinien

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.