



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

Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 22.06. - 28.06.2020

Gnocchi mit Zucchini-Mandelmus-Sauce

Zutaten: 100 g Zwiebeln, 1 rote Chilischote, 1 Knoblauchzehe, 400 g Zucchini,
1 Bund Basilikum, 6 EL Mandelmus, 400 ml Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Muskat,
2 EL Bratöl, 1 Packung Gnocchi (Kühltheke), 2 EL Butter

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Chili waschen, putzen, längs halbieren, entkernen und würfeln. Knoblauch schälen. Zucchini waschen, putzen und ca. 1 cm groß würfeln. Basilikum kalt abrausen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen, einige für die Garnitur zur Seite legen und den Rest fein hacken.

Mandelmus mit Brühe glatt rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Öl in einem topf erhitzen. Zwiebeln und Chili darin bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten anschwitzen. Knoblauch dazupressen und kurz mit anschwitzen. Zucchini zugeben und 5 Minuten mitbraten. Ab und zu umrühren.

In einer Pfanne die Butter zerlassen und die Gnocchi darin ca. 5 Minuten unter gelegentlichem Rühren goldbraun anbraten.

Mandemussauce mit Zucchini vermischen, aufkochenlassen und vom Herd nehmen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gehacktes Basilikum untermischen. Gnocchi auf Teller verteilen, Zucchini-Mandelmus-Sauce darübergeben und mit Basilikumblättchen garniert servieren.

Zucchini vom Blech mit Hirsekruste

Zutaten: 100 g Hirse, 250 ml Gemüsebrühe, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Saft und
1 TL geriebene Schale einer Zitrone, 100 g geriebenen Emmentaler, 1 Ei, 5 EL Milch,
1 TL Thymian, Salz
Pfeffer, 4 EL Olivenöl, 750 g Zucchini, 1 EL Butter oder Margarine

Hirse in der Gemüsebrühe 20 Minuten leise köcheln und abkühlen lassen.

Zwiebel schälen und feinhacken. Knoblauch schälen und zerdrücken. Hirse mit Zwiebel, Knoblauch, Zitronenschale, Käse, Ei und Milch mischen, mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen.

Ein Backblech mit 2 EL Olivenöl einfetten. Zucchini waschen und der Länge nach in 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf dem Backblech verteilen. Restliches Olivenöl mit Zitronensaft mischen und die Zucchinischeiben damit bepinseln. Zuletzt die Hirsemasse aufstreichen und die Butter oder Margarine in Flöckchen aufsetzen. Bei 180-200 Grad etwa 45 Minuten backen.

Chinakohl-Apfel-Salat

Zutaten: 150 g Creme fraiche, 3 EL Zitronensaft, 2 TL Zucker, Salz, Pfeffer, 200 g Chinakohl, 1 Apfel, 2 EL Walnuskerne, 1/2 Beet Kresse

Den Chinakohl putzen, vierteln und in 2cm breite Streifen schneiden. Den Apfel vierteln , entkernen und in feine Scheiben schneiden. Die Walnuskerne grob hacken.

Creme fraiche, Zitronensaft und Zucker verrühren und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Chinakohl, Apfel und Walnuskerne mit dem Dressing mischen und mit Kresse bestreut servieren.

Chinakohl-Lammfleisch-Eintopf

Zutaten: 600 g gewürfeltes Lammfleisch aus der Schulter, 2 EL Öl, 2 gehackte Zwiebeln, 1/4 l Brühe, 2 Möhren, Meersalz, Pfeffer, ca. 750 g Chinakohl, 1 Glas Weißwein, 2-3 gehäutete Tomaten, Butter
2 EL weißer Balsamico -Essig

Lammfleisch im Öl scharf anbraten. Zwiebeln zugeben und goldgelb werden lassen. 10 Minuten bei schwacher Hitze schmoren. Die Brühe angießen.

Möhren waschen, in Scheiben schneiden und zum Fleisch geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. 30 Minuten schmoren lassen.

Chinakohl putzen, waschen und in Streifen schneiden. Chinakohl zugebe. WEißwein angießen und weitere 15 Minuten garen. In den letzten 5 Minuten Tomatenachteln zugeben und das Gericht mit Butter verfeinern.

Variante: Lamm durch Rindfleisch ersetzen.

Radieschenblättercremesuppe

Zutaten: Blätter von einem Bund Radieschen, Sahne, Brühe

Radieschenblätter waschen, klein schneiden und in einer angemessenen Menge Wasser etwa 10 Minuten kochen. Die Radieschenblätter dann pürieren und mit Sahne und Brühe abschmecken

Linsen-Radieschen-Salat

Zutaten: 120 g rote Linsen, 4 Eier, 200 g Gewürzgurken, 1 Bund Radieschen, 1 Bund Schnittlauch, 150 g Blattsalat , 2 TI Meerrettich aus dem Glas, 4 EL Mayonnaise, 4 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer

Die Linsen etwas kürzer als nach Packungsanleitung in Wasser garen, sodass sie noch etwas fest sind. In eine Sieb abgießen, abtropfen und abkühlen lassen. Eier hart kochen, kalt abschrecken, scälen und ebenfalls abkühlen lassen.

Gurken abtropfen lassen, je nach Größe längs halbieren und in feine Scheiben schneiden.

Radieschen putzen, waschen, große Radieschen halbieren und auch in feine Scheiben schneiden.

Schnittlauch kalt abbrausen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Salat putzen, waschen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden . 2 Eier ca. 1 cm groß würfeln. Linsen, Salat, gurken, Radieschen, gewürfelte Eier und den Schnittlauch in einer Schüssel miteinander vermischen.

Für das Dressing Meerrettich, Mayonnaise, Zitroensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Das Dressing unter den Salat mischen. Restliche Eier längs vierteln und auf dem Salat anrichten.