



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

## **Unsere Lieblingsrezepte für die Woche vom 07.06. - 13.06.21**

### **Kohlrabi mit Kartoffeln in cremiger Sauce**

Zutaten: 2 Kohlrabi, 2-4 Kartoffeln, 50 g Butter, 100 g Kräuterfrischkäse, 50 ml Sahne, Salz, Pfeffer, Muskat

Kartoffeln und Kohlrabi scälen und in etwa 5 mm große Stäbchen schneiden.

Die Kartoffelstäbchen in kaltem, gesalzenem Wasser, aufsetzen und aufkochen lassen. Nach 3 min. die Kohlrabistäbchen hinzufügen. Dann Beides noch ca. 10 - 15 min. garen (mit einer Gabel einstechen und eine Garprobe machen) lassen. Das Gemüse abgießen, dabei etwa 1/3 der Flüssigkeit auffangen.

Das Gemüse und ein Teil der Flüssigkeit wieder in den Topf geben und die Butter, den Kräuterfrischkäse und die Sahne auf kleiner Hitze einrühren. Verschmelzen lassen. Ist die Masse zu dick - noch ein wenig von dem abgegossenen Wasser dazugeben. Mit frisch geriebener Muskatnuss, eventuell noch Salz und Pfeffer, abschmecken.

### **Pasta mit Kohlrabi, Erbsen und Ziegenkäse**

Zutaten: 2 Kohlrabi, 100 g Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Öl, 200 ml Sahne, Salz, 1 EL Gemüsebrühepulver, Muskat, Pfeffer, 300 g kurze Nudeln (Penne, Spirelli), 200 g TK Erbsen, 150 g Ziegen Riebeaupierre (oder Ziegengouda oder Ziegenfrischkäse)

Kohlrabi schälen, in 1 cm dicke Scheiben und diese in ca. 1 cm breite und 3 cm lange Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Die Zwiebeln fein würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Den Knoblauch dazupressen und kurz mit anschwitzen. Kohlrabi zugeben und unter Rühren ca. 2 Minuten bei hoher Hitze anbraten. Mit 600 ml Wasser und der Sahne ablöschen. 1/2 TL Salz, die Gemüsebrühe, Muskat und Pfeffer zugeben und alles aufkochen.

Die Nudeln unterrühren, nochmal aufkochen und im geschlossenen Topf ca. 10 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen, zwischendurch umrühren.

Die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob hacken.

Die Erbsen in den Topf geben und im offenen Topf weitere 2 Minuten bei hoher Hitze kochen lassen. Den Käse fein reiben. Den Topf vom Herd nehmen, den Käse zufügen und alles zu einem cremigen Gericht verrühren. Petersilie unterrühren und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

TIPP: Der Ziegen Riebeaupierre ist im Vergleich zum Gouda oder Frischkäse würziger.

Wenn das zu kräftig sein sollte, lieber den Gouda oder Frischkäse wählen.

### **Spargel-Flammkuchen**

Zutaten: 250 g Mehl, 125 ml lauwarmes Wasser, 1 TL Salz, 15 g Hefe, 400 g Spargel, 100 g Schinkenwürfel, 300 g Crème fraîche, Salz, Pfeffer, 4 EL Olivenöl

Mehl in eine Schüssel sieben, eine Mulde in die Mitte drücken. Hefe im lauwarmen Wasser auflösen und in die Mulde gießen. Mit den Knethaken des Handrührers verkneten. Alles auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit den Händen weiter kneten, bis ein glatter Teig entsteht.

Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und an einem warmen Ort 1 Std. ruhen lassen, bzw. den Teig in der Schüssel abgedeckt 30 Min. gehen lassen.

In der Zwischenzeit den Spargel waschen, schälen untere holzige Enden abschneiden und in sehr dünne schräge Scheiben schneiden.

Den Ofen auf 250°C vorheizen,

Den Teig entweder in vier dünne Fladen oder einen großen Fladen ausrollen. Den Teig mit Crème fraîche bestreichen, gut würzen, den Spargel und die Schinkenwürfel darauf verteilen. Mit Olivenöl beträufeln noch mal gut mit Salz und Pfeffer würzen. Im Backofen 12-15 Min. backen.

### **Spargelomelett mit Käsesauce**

Zutaten: 500 g Spargel, Salz, Butter, Zucker, 25 g Butter, 1 EL Mehl, etwas Spargelwasser, 70 ml Weißwein, Pfeffer, 1 EL Zitronensaft, 70 g Emmentaler, 4 Eier, Öl zum Braten

Wasser mit Salz, etwas Butter und Zucker zum Kochen bringen. Holzige Enden vom Spargel entfernen und den Spargel schälen. Den Spargel im kochendem Salzwasser etwa 20 Minuten garen, abtropfen lassen und warm stellen.

Die Butter in einem Topf auslassen, das Mehl mit einem Schneebesen einrühren. Mit Spargelwasser und Weißwein ablöschen, aufkochen lassen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Den Käse reiben und in die Sauce geben und schmelzen lassen.

Die Eier verquirlen, salzen und portionsweise in heißem Öl in einer Pfanne stocken lassen. Die Omeletts auf Teller geben, den Spargel darauflegen und mit der Sauce begießen.

### **Spargelcremesuppe**

Zutaten: 500 g Spargel, 1 Zwiebel, 1/2 EL Butter, 1 TL Zucker, 100 g Sahne, 1 TL Speisestärke, 1/2 EL tiefgekühlte Butter, weißer Pfeffer, 1 Msp. gem. Muskat, 1 EL Schnittlauchröllchen, 1 TL gekörnte Brühe

Den Spargel putzen. Aus den Schalen mit 3/4 l Wasser einen Spargelfond herstellen (Schalen und Enden in Topf mit Wasser bedeckt 15-30 Minuten köcheln lassen. Fond durch ein Sieb in einen Topf abgießen).

Spargelspitzen 3 cm lang abschneiden, Spargelstangen in feine Scheiben schneiden. Den Spargelfond abgießen und aufkochen lassen. Die Spargelspitzen darin bei mittlerer Hitze in 5-7 Minuten bissfest garen.

Die Zwiebel schälen und fein hacken. 1/2 EL Butter in einem Topf schmelzen lassen und die Zwiebel darin glasig dünsten. 1/4 l Spargelfond mit den Spargelscheiben, Zucker und Brühe in den Topf geben. Spargel in 15-20 Minuten bei schwacher Hitze weich dünsten, dann mit dem Pürierstab pürieren und den restlichen Fond dazugießen. Die Suppe durch ein Sieb in einen Topf passieren, nochmals pürieren und die Sahne unterrühren. Stärke mit etwas Wasser anrühren und mit dem Schneebesen unter die Suppe schlagen, einmal aufkochen lassen. Eiskalte Butter in die Suppe geben und mit dem Pürierstab schaumig schlagen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Spargelspitzen in die Suppe geben und kurz erwärmen. Die Suppe mit Schnittlauch bestreuen und servieren.