

Rezeptideen: Möhren, Kohlrabi, Radieschen, Paprika, Pilze

Radieschen-Tzatziki

Zutaten für 3 Personen: 150 g Sojade (Quark-Alternative, vegan, Art.-Nr. 477007), 100 g Radieschen, 50 g Salatgurke, 2 Knoblauchzehen, 1 EL Öl, 1 Schuss Zitronensaft, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Radieschen und Gurke waschen und in feine Scheiben schneiden oder reiben. Zusammen mit der Sojade in eine Schüssel geben und glatrühren. Knoblauch schälen, so fein wie möglich hacken und dann zusammen mit dem Öl zur Quark-Alternative geben und unterrühren. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und 2 Std im Kühlschrank durchziehen lassen. Passt perfekt zu einem Grill-Abend.



Flammkuchen mit Pilzen

Zutaten für 2 Personen: für den Hefeteig: 100 ml Buttermilch, 50 ml warmes Wasser, 10 g frische Hefe, 250 g Mehl, Salz, 1 EL Olivenöl; für den Belag: 2 Zweige Rosmarin, 6 EL Olivenöl, 100 g Scamorzetti (Art.-Nr. 3468), 200 g Champignons, 150 g Schmand, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Für den Hefeteig die Buttermilch mit dem warmen Wasser mischen und die Hefe hineinbröseln. Mit einem Schneebesen rühren, bis die Hefe sich aufgelöst hat. Mehl, 1/2 TL Salz und Olivenöl zugeben und mit den Knethaken des Handrührers in 10 Min zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt an einem warmen Ort 2 Std gehen lassen. Für den Belag die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen, grob hacken und mit dem Olivenöl mischen. Scamorzetti grob reiben. Pilze putzen und in feine Scheiben hobeln oder schneiden. Ofen mit Backblech auf 250 °C vorheizen. Hefeteig teilen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu 2 dünnen Fladen ausrollen. Teigfladen auf je 1 Backpapier legen und mit Schmand bestreichen. Käse und Pilze darauf verteilen und mit der Hälfte des Rosmarinöls beträufeln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Flammkuchen nacheinander auf das heiße Backblech ziehen und im Backofen auf der untersten Schiene 8–10 Min goldbraun backen. Mit dem restlichen Rosmarinöl beträufeln und sofort servieren.



Knackiger Sommersalat mit Mozzarella-Herzen

Zutaten für 2 Personen: 260 g Mozzarella Herzli (Art.-Nr. 332543), 4 Aprikosen, 1 Gurke, 3 EL Honig, 1 TL Butter, 1/2 Salatkopf 'Crispy' rot (Art.-Nr. 018), 1/2 Salatkopf Eichblatt grün (Art.-Nr. 13), Olivenöl, Pfeffer, Salz, 2 EL Mango Chutney (Art.-Nr. 110842), 1 Handvoll geröstete Walnusskerne, 2 Frühlingszwiebeln

Zubereitung: Den Salat waschen und gut abtropfen lassen. Die Walnüsse ohne Öl in einer Pfanne rösten und anschließend herausnehmen. Die Aprikosen vierteln und mit Butter und Honig in die heiße Pfanne geben. Kurz von allen Seiten karamellisieren. Die Gurke waschen und würfeln, die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Öl mit Mango Chutney, Salz und Pfeffer vermengen und alle Komponenten in einer Schale vermengen. Zuletzt die Mozzarella-Herzen auf dem Salat verteilen und genießen.



Deftiger Kartoffel-Wurst-Salat



Zutaten für 4 Personen: 1 kg festkochende Kartoffeln, 1 Zwiebel, 1 EL Öl, 6 EL Weißweinessig, 200 ml Gemüsebrühe, 2 TL mittelscharfer Senf, 2 TL flüssiger Honig, Salz, Pfeffer, 4 Beefgriller (Art.-Nr. 7160), 1 Bund Petersilie, 1 rote Paprika

Zubereitung: Kartoffeln waschen und in Wasser ca. 20 Min kochen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig andünsten. Essig, Brühe, Senf und Honig einrühren und alles aufkochen. Die Marinade mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln abschrecken, schälen und in Scheiben schneiden. Sofort vorsichtig mit der heißen Marinade mischen und mindestens 1 Std abkühlen lassen. Würstchen von allen Seiten anbraten und in Scheiben schneiden. Petersilie waschen und fein schneiden. Alles unter den Kartoffelsalat heben und weitere ca. 30 Min ziehen lassen. Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Viele weitere
Rezepte auch
auf unserem
Foodblog -
by Kim Liza

Rezept der Woche: Zitronen-Spargel-Pasta mit Grillpaprika

Zutaten für 2 Personen: 1/2 Packung (250 g) Orobio Pat-sa Pennoni (Art.-Nr. 103450), 1 Zitrone, 1 EL Crema gialla al limone (Art.-Nr. 103450), 2 grüne Paprika, 2 TL grobes Salz, Pfeffer, 2 EL Olivenöl, 500 g weißer Spargel, 1 Zwiebel, 1 TL Sommergemüse Gewürz (Art.-Nr. 432585), 3–4 EL Nudelwasser

Zubereitung: Pasta 10 Min in Salzwasser kochen. In der Zwischenzeit den Spargel schälen, holzige Enden abschneiden und in Stücke schneiden. Die Paprika waschen, entkernen und vierteln. Die Viertel mit Öl und grobem Salz versehen und im Ofen grillen, bis die Haut sich braun färbt. Zitrone waschen und mit Schale fein würfeln. Die Zwiebel schälen und hacken und zusammen mit Öl und der Zitrone in eine tiefe Pfanne geben. Nach kurzem Anbraten den Spargel hinzugeben und salzen. Zuletzt die Pasta abgießen, etwas Wasser abfangen und gemeinsam mit der Pasta in die Pfanne geben. Kurz einkochen lassen und zuletzt die Paprika unterheben. Auf Teller geben und mit Gewürzmischung garnieren.



hannoverspeist.de

Foto: Kim Liza