

Rezeptideen: Aubergine, Staudensellerie, Tomaten, Salat

Sellerie-Creme-Suppe

kalt



Zutaten für 2 Personen: 2 Scheiben Vollkorn-Weizentost, 1 grüne Chilischote, 500 g Salatgurke, 6 Stiele Rucola, 2 Knoblauchzehen, 1 Bund Frühlingszwiebeln, 1 gelbe Paprikaschote, 2 Stangen Staudensellerie, 3 EL Weißweinessig, 2 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, einige Tropfen Tabasco (grün)

Zubereitung: Vom Toast zwei Scheiben abschneiden, die Rinden entfernen und in etwas kaltem Wasser einweichen. Chilischote und Salatgurke waschen, entkernen und grob würfeln. Den Rucola waschen, trocken schütteln und grob hacken. Knoblauch schälen, Frühlingszwiebeln und Paprikaschote waschen und ebenfalls alles grob hacken. Nun den Sellerie waschen und entfädeln. Eine Selleriestange grob hacken, die andere beiseitelegen. Toastbrot ausdrücken, mit vorbereitetem Gemüse und Salat in einen Mixer geben. Essig und Olivenöl dazugeben und alles sehr fein pürieren. Zuletzt mit Salz, Pfeffer und etwas Tabasco würzen und abschmecken. Die Suppe vor dem Verzehr für mindestens 2 Stunden kalt stellen – sie schmeckt am besten, wenn sie richtig gut durchgekühlt ist!

Frischer Salat

mit Heidelbeer-Dressing & Schafskäse



Zutaten für 2 Personen: 1 Stange Staudensellerie, 1 gelbe Paprika, 2-3 Tomaten, frischer Salat, 200 g Schafskäse, 1-2 Zweige Rosmarin, 150 g Heidelbeeren, 2 TL Senf, 1 EL Essig, 1 EL Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung: Das Gemüse waschen. Den Staudensellerie, die Paprika, die Tomaten, die Beeren und den Salat waschen.

Gemüse in Würfel schneiden, den Salat grob zerpfücken und alles in einer Schale vermengen. Den Schafskäse in Würfel schneiden, den Rosmarin hacken und die Schafskäsewürfel darin wenden. Die Heidelbeeren waschen und mit Olivenöl, Senf, Essig, Salz und Pfeffer mixen. Den Salat mit dem Dressing anmachen, den Schafskäse hinzugeben und servieren.

Auberginen-Dip

im Blätterteig-Mantel



Zutaten für 2 Personen: 1 reife Aubergine, 1 Knoblauchzehe, 1 Zwiebel, 6 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 Blätterteig, 100 g Gouda (gerieben oder als Stück)

Zubereitung: Aubergine waschen, trocken tupfen und längs halbieren. Mit einer Gabel Löcher ins Fruchtfleisch stechen. Aubergine, Zwiebel und den geschälten Knoblauch auf ein Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Umluft 35–40 Min backen. Anschließend ca. 15 Min abkühlen lassen. Das Fruchtfleisch der Aubergine herausschaben und mit der Zwiebel und dem Knoblauch kurz pürieren. Olivenöl unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Dip anschließend ca. 30 Min in einem geschlossenen Behälter durchziehen lassen. Den Blätterteig ausbreiten, mit dem Dip bestreichen und mit Käse bestreuen. Den Teig aufrollen und ca. 2 cm dicke Scheiben davon abschneiden. Die Scheiben auf die flache Seite auf ein Blech mit Backpapier legen und im noch heißen Ofen für 15 Min goldbraun backen.

Viele weitere
Rezepte in
unserer
Rezeptdaten-
bank



Foto: Kim Liza

Rezept der Woche: Auberginen-Pizza



überbacken in der Pfanne

Zutaten für 2-4 Personen: 2 Auberginen, 1 Mozzarella, 200 g Tomaten, 4 EL Tomatenmark, 1 EL Olivenöl, 2 TL italienische Kräuter, Pfeffer und Salz, 1 Prise Zucker, 1 Bund Thymian

Zubereitung: Auberginen und Tomaten waschen. Die Auberginen halbieren und mit einem Messer rautenförmig einritzen. Die Tomaten in Scheiben schneiden und beiseite stellen. Das Tomatenmark mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, Kräutern und etwas Zucker anrühren und die Auberginen damit bestreichen. Die Auberginenhälften in eine Ofengeeignete Pfanne / Form mit etwas Öl legen und im vorgeheizten Ofen bei 200 °C Umluft für 20 Min backen. Die Auberginen aus dem Ofen nehmen, mit Mozzarella und Tomaten belegen und erneut für 10 Min backen. Mit frischem Thymian garnieren und genießen.