

# Rezeptideen: Wirsinghohl, Butternut, Endivie, Süßkartoffel

## Butternut-Gratin



**Zutaten für 4 Personen:** 250 g Kartoffeln, ca. 600 g Butternut-Kürbis, 1 Knoblauchzehe, 100 ml Schlagsahne oder Kokosmilch, 1 TL Smokey Paprika, (Art.-Nr. 394146), Salz, Pfeffer, frisch geriebene Muskatnuss, 20 g geriebener Parmesankäse, 1 Bund frische Petersilie, Olivenöl

**Zubereitung:** Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Kürbis waschen, halbieren, entkernen und in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Sahne oder Kokosmilch mit Knoblauch aufkochen und kräftig mit Paprika, Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Eine Auflaufform einfetten und nacheinander erst Kartoffeln, dann den Kürbis in einer Auflaufform schichten. Die Sahne darüber gießen und mit Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 °C/ Umluft ca. 30 Min backen. Petersilie waschen, trockenschütteln und fein hacken. Gratin aus dem Ofen nehmen und mit Petersilie bestreuen.

lassen. Inzwischen Speck in einer heißen Pfanne unter Wenden kross braten. Endivien-Kartoffel-Ragout auf einer Platte anrichten und mit dem Speck garnieren

## Wirsingtarte



**Zutaten für 4 Personen:** für den Teig: 200 g Mehl, 100 g Butter, Salz, 2 Eigelb; für den Belag: 750 g Wirsing, in kleine Stücke geschnitten und blanchiert, 1 Zwiebel, fein gehackt, 2 EL Butter oder gutes Pflanzenöl, 100 ml Gemüsefond, 200 ml Sahne, 100 ml Milch, 3 Eier, Salz

**Zubereitung:** Pfeffer, Muskatnuss Mehl, Butter, Salz, Eigelb und 2 EL kaltes Wasser rasch zu einem Teig verkneten und abgedeckt 1 Stunde kalt stellen. Die Zwiebelwürfel mit Butter oder Öl farblos andünsten. Gemüsefond, Sahne, Milch und Eier verquirlen; mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit etwas Muskatnuss würzen. Eine Backform (26 cm) mit Backpapier auslegen und den Rand mit Butter einpinseln. Den Teig auf 30 Zentimeter Durchmesser ausrollen und die Form damit auslegen. Wirsing und Zwiebeln in die Tarte füllen und mit der Eiermilch bedecken. Im vorgeheizten Backofen etwa 40 Min bei 175° C backen.

## Endivien-Kartoffel-Ragout

**Zutaten für 4 Personen:** 750 g Kartoffeln, 1 gelbe Paprika, 30 g Butter oder Margarine, 2 EL Mehl, 1/2 l Milch, 250 g Schlagsahne, 1 Lorbeerblatt, Salz, geriebene Muskatnuss, 1 Kopf Endivien-Salat, 250 g Champignons, 4 Scheiben Speck (Art.-Nr. 19263)

**Zubereitung:** Kartoffeln waschen und in hochendem Wasser ca. 20 Min garen. Inzwischen Fett in einem Topf schmelzen und das Mehl unter Rühren zufügen. Ca. 3 Min bei schwacher Hitze anschwitzen lassen. Milch und Sahne einrühren. Lorbeer zufügen und ca. 15 Min unter gelegentlichem Umrühren bei schwacher Hitze köcheln lassen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Inzwischen den Salat waschen und abtropfen lassen. Anschließend in fingerdicke Streifen schneiden. Kartoffeln abgießen, abschrecken und die Schale abziehen. Kartoffeln in Scheiben schneiden. Champignons putzen, säubern und eventuell halbieren. Lorbeerblatt aus der Béchamelsonse entfernen. Kartoffeln, Endiviensalat und Champignons in die Béchamelsonse geben und aufkochen

## Warmer Salat



### mit Süßkartoffeln und Äpfeln

**Zutaten für 2 Personen:** 400 g Süßkartoffeln, 1 Bund Lauchzwiebel, 1-2 Äpfel, 3 EL Öl, 3 EL Essig, 1 Prise Salz, Pfeffer, 2 TL Agavendicksaft, 2 Handvoll Walnüsse

**Zubereitung:** Die Süßkartoffeln waschen und nach Belieben schälen, halbieren und in hochendem Wasser oder Wasserdampf garen. Äpfel waschen, ebenfalls nach Belieben schälen und würfeln. Die Süßkartoffel nach dem Kochen ebenfalls würfeln und die Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Alle Zutaten mixen und mindestens 1 Stunde, besser aber über Nacht ziehen lassen.

Viele weitere  
Rezepte auch  
auf unserem  
Foodblog -  
by Kim Liza

## Rezept der Woche:



### Kürbis-Rouladen mit Quinoa & Sesamsauce

**Zutaten für 4 Personen:** 1 Wirsing, 1/2 Butternuthürbis, 250 g Quinoa, 625 ml Gemüsebrühe, 1 Bd Petersilie, 1 Handvoll Haselnüsse, Olivenöl für die Form, 2 TL Smokey Salt (Art.-Nr. 39402), 1 TL Paprika Gewürz, 1 Zwiebel; für die Soße: 4 EL Tahin- Sesammus, 1-2 Zitronen, Salz, Knoblauch (frisch oder getrocknet), etwas Kreuzkümmel

**Zubereitung:** von dem Wirsing 10-12 Blätter entfernen und gut waschen. Den Strunk heraus schneiden und in leicht hochendem Wasser mit etwas Natron und Salz blanchieren. Das Natron macht den Kohl verträglicher und sorgt dafür, dass er seine Farbe nicht verliert. Anschließend den Kohl unter kaltem Wasser abschrecken. Währenddessen den Quinoa abspülen und in der Brühe kochen. Den Kürbis in einem Dampfgarer oder im Ofen garen, dann durch eine Kartoffelpresse drücken. Mit Quinoa, Gewürzen und einer feingewürfelten Zwiebel mischen. Die Wirsingblätter leicht ausdrücken und mit der Kürbis-Mischung füllen. Die Blätter fest aufrollen und in eine geölte Auflaufform geben. Gehackte Haselnüsse darüber streuen, die Soße zusammenrühren und über die Rouladen geben. Im heißen Ofen bei 180 °C Umluft 15-20 Minuten backen.



Foto: Kim Liza

hannoverspeist