

Rote Bete à la Bourguignonne



Zutaten für 4 Personen: 250 g Champignons, 250 g Möhren, 700 g Rote Bete, 100 g Schalotten, 2 Knoblauchzehen, 1/2 Bund Thymian, 2 Zweige Rosmarin, 3 EL Olivenöl, 2 Lorbeerblätter, 3 EL Mehl, 1 EL Tomatenmark, 250 ml trockener Rotwein, 1 Gemüse-Brühwürfel, Salz, Pfeffer
Zubereitung: Champignons putzen und halbieren. Möhren und Rote Bete schälen (Einmalhandschuhe tragen – Rote Bete färbt stark!), waschen und in grobe Stücke schneiden. Schalotten schälen, halbieren. Knoblauch schälen und hacken. Kräuter waschen und trockentupfen. Öl in einem großen Topf erhitzen. Pilze darin anbraten und herausnehmen. Übrig gebliebene vorbereitete Zutaten und Lorbeer im heißen Öl ca. 3 Min braten. Mehl und Tomatenmark einrühren und anschwitzen. Mit dem Rotwein sowie 3/4 l Wasser ablöschen. Die Gemüsebrühe hinzufügen und aufkochen. Zugedeckt ca. 25 Min schmoren. Kräuterstiele entfernen. Pilze wieder dazugeben, kurz erwärmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Hierzu passen Kartoffelpüree oder Spätzle sehr gut.

Tomaten-Tarte-Tatin



Zutaten für 4 Personen: 2 Platten Blätterteig (Art.-Nr. 649986), 8 Tomaten, 1 Knoblauchzehe, 4 Stiele Thymian, 2 EL Olivenöl, 1 TL Zucker, 30 g Parmesan, Salz, Pfeffer, 2 EL Zitronensaft
Zubereitung: Den Blätterteig aus der Verpackung nehmen. Tomaten waschen und den Stielansatz keilförmig ausschneiden. Tomaten quer halbieren. Knoblauch feinhacken. Thymianblätter abzupfen. Die Teigplatten übereinanderlegen und 2–3 mm dünn ausrollen. Anschließend einen Kreis (25 cm Ø) ausstechen. Öl in einer ofenfesten Pfanne (25 cm Ø) erhitzen. Tomatenhälften auf den Schnittflächen mit Zucker bestreuen, mit den Schnittflächen nach unten in die Pfanne legen und 30 Sek bei starker Hitze braten. Knoblauch und die Hälfte vom Thymian über die Tomaten streuen. Pfanne vom Herd nehmen und die Tomaten mit dem Blätterteig bedecken. Den Teig mehrmals mit einer Gabel einstechen. Die Pfanne auf die unterste Einschubleiste in den Ofen geben und bei 200 °C Umluft 20–25 Min backen. Aus dem Ofen nehmen und 2–3 Min ruhen lassen. Tarte stürzen und mit Parmesan und dem restlichen Thymian bestreuen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronenspalten servieren.

Käse-Lauch-Suppe mit Brät



Zutaten für 2–3 Personen: 400 g Schmelzhäse (Art.-Nr. 335161), 2 Stangen Porree, 1 Packung Bratwurst, frisch mit Kräutern (Art.-Nr. 161130), 1 Zwiebel, 750 ml Gemüsebrühe (Art.-Nr. 43775), 1 EL Pflanzenöl, 200 g Crème Fraîche (Art.-Nr. 471909), Zitronenabrieb nach Geschmack, Brot zum Servieren, Salz, Pfeffer, Muskat
Zubereitung: Zwiebel schälen und fein würfeln. Lauchstangen waschen und anschließend in Ringe schneiden. Öl in einem großen Topf erwärmen. Brät aus den Wurstchen herauslösen, ins Öl geben und ca. 2 Min anbraten. Zwiebelwürfel und Lauchringe dazugeben und ebenfalls ca. 5 Min anbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und ca. 10 Min köcheln lassen. Schmelzhäse einrühren und schmelzen lassen. Crème Fraîche ebenfalls einrühren und die Suppe aufkochen lassen. Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Falls gewünscht Zitronenabrieb dazugeben. Mit frischem Brot servieren.

Tartelette mit Schoko und Nuss



Zutaten für ca. 5–6 Tartelettes: für den Boden: 90 g gemahlene Mandeln, 40 g Hanfsamen (Art.-Nr. 22082), 20 g (ggf. glutenfrei) Haferflocken, 4 EL Dattelpaste (Art.-Nr. 304291), 1 TL Zitronensaft, 1 Prise Salz, 1 Prise Zimt; für die Creme: 150 g Mandelmus (Art.-Nr. 34102), 200 ml Hafer Cuisine (Art.-Nr. 38987), 6 EL Kahao, 5 EL Aprikosensirup (Art.-Nr. 1400700), 1/2 TL Salz
Zubereitung: Tartelettförmchen vorbereiten. Für den Boden zuerst die Haferflocken grob zerkleinern. Dann alle anderen Zutaten in den Mixer geben und gut durchrühren. Die Masse in die Förmchen drücken und an den Seiten hochziehen. Kalt stellen. Für die Creme zuerst das Mandelmus mit dem Kahao und dem Aprikosensirup kurz mixen. Dann die Hafer Cuisine dazugeben und cremig aufschlagen. Zum Schluss noch mit dem Salz und evtl. etwas mehr Aprikosensirup abschmecken. Die Creme in die Förmchen füllen und für 1–2 Std kalt stellen. Die gut gehühlten Schoko-Nuss-Tartelette aus den Formen holen und servieren.

Viele weitere
Rezepte auch
auf unserem
Foodblog -
by Kim Liza



hannoverspeist.de

Foto: Kim Liza

Rezept der Woche: Knusprige Gemüsesticks mit Wintersalat



Zutaten für 2 Personen: für die Gemüsesticks: 1 kleiner Butternut-Kürbis, 1/2 Sellerie mit Grün, 5 EL Kürbiskernmus mit Salz (Art.-Nr. 34518), 1/2 Zitrone, 3 EL Wasser, 1 Packung Cornflakes Dinkel (Art.-Nr. 29726); für den Salat: ca. 150 g Postelein, 1/2 Zitrone, 3 EL Kürbiskernmus, Salz, Pfeffer, 1 Prise Chili, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Agavendicksaft, 20 ml Wasser, das Grün vom Sellerie

Zubereitung: Den Kürbis und den Sellerie waschen und schälen. Das Grün des Selleries beiseitelegen. Den Kürbis entkernen und das Gemüse in Sticks schneiden. Kürbiskernmus mit dem Saft einer halben Zitrone und dem Wasser anrühren. Die Cornflakes in einen Gefrierbeutel oder ein sauberes Handtuch geben und leicht zerkleinern, dann in eine flache Schale geben. Die Gemüsesticks erst in dem Kürbiskernmus wenden, dann mit den Cornflakes panieren und auf ein Backblech legen. Wenn alle Gemüsesticks paniert sind, im Ofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze für 25–30 Min knusprig backen. Aus Kürbiskernmus, Wasser, Agavendicksaft, Salz, Pfeffer und Chili das Dressing anrühren. Den Salat waschen, mit dem Selleriegrün vermengen, mit dem Dressing anmachen und mit den fertigen Gemüsesticks servieren.