

# Rezeptideen: Maronen, Rote Bete, Kohlrabi Superschmelz

## Rote Bete-Brot mit Butter und Sprossen



**Zutaten für 1 Brot:** 500 g Rote Bete, 200 ml Rote Bete-Saft, 1 EL Senf, 1 EL Pflanzenöl, 50 g Walnuskerne, 1 Bund Thymian, 500 g Dinkelmehl (Type 630), 1 TL Zucker, 1 TL Salz, 1 Pck. Trockenhefe, Sprossen, Ziegenkäse

**Zubereitung:** Die frische Rote Bete schälen und in feine Würfel schneiden. Am besten Küchenhandschuhe benutzen, da Rote Bete färbt! Rote Bete-Saft in einen Topf geben, Rote Bete-Würfel zugeben, alles aufkochen und 15 Min köcheln lassen. Einen gehäuften EL Senf und das Öl hinzugeben und alles fein pürieren. Die Walnuskerne grob hacken. Thymian waschen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen abzupfen. Das Dinkelmehl, Zucker, Salz und das Päckchen Trockenhefe gut vermischen. Das warme Rote Bete-Püree zum Mehlgemisch geben und alles mit den Knethaken des Handmixers 2-3 Min zu einem glatten Teig verkneten. Walnüsse und Thymian zum Teig geben. Alles nochmals kurz verkneten und zur Kugel formen. Die Teigschüssel mit dem Teig mit einem feucht-warmen Tuch abdecken und an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen. Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig nochmals kurz durchkneten, zur Kugel formen und aufs Backblech setzen. Mit einem feucht-warmen Tuch bedecken und weitere 15 Min gehen lassen. Inzwischen den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen. Das Rote Bete-Brot kreuzweise ca. 2 cm tief einritzen. Nach Belieben mit grobem Meersalz bestreuen und etwas Mehl für die Optik darüberstäuben. Im vorgeheizten Ofen ca. 30-35 Min backen. Stäbchenprobe machen (am Holzspieß darf kein Teig kleben). Frisches Brot aufschneiden, mit Ziegenkäse und Sprossen servieren.

## Überbackener Kohlrabi mit Kräuterbröseln



**Zutaten für 2 Personen:** 1 großer Kohlrabi (ca. 500 g), 200 g Staudensellerie, Salz, 2 Stiele Petersilie, 2 Zweige Thymian,

1 Zweig Rosmarin, 4 EL Semmelbrösel, 2 EL Olivenöl, 1 TL körniger Senf, 1 TL flüssiger Honig (Fichtenhonig vom Bienenwerk), Pfeffer, 1/2 TL weiche Butter oder Margarine

**Zubereitung:** Den Kohlrabi waschen und schälen, dabei das Kohlrabigrün aufbewahren. Kohlrabi erst in Scheiben, dann in etwa 1 cm dicke Stifte schneiden und in reichlich kochendem Salzwasser 5 Min garen. Den Sellerie waschen und in feine Scheiben schneiden, ggf. Grün beiseitelegen. Eine Schüssel mit kaltem Wasser und einigen Eiswürfeln füllen. Kohlrabi abgießen und sofort in das Eiswasser tauchen, damit er Biss behält. Anschließend gut abtropfen lassen. Kräuter waschen, trockenschütteln, Blätter abzupfen und mit dem Kohlrabi- und Selleriegrün (falls vorhanden) fein hacken. In eine Schüssel geben. Semmelbrösel, Olivenöl, Senf, Honig sowie etwas Salz und Pfeffer dazugeben und alles miteinander mischen. Eine Auflaufform mit der Butter fetten. Kohlrabi hineingeben und die Brösel darüber streuen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Umluft 15-20 Min goldbraun überbacken und servieren.

## Schweizer Spezialität Vermicelles – ein Maronendessert



**Zutaten für ca. 4 Personen:** 200 g Maronen vakuumverpackt, 40 g feiner Zucker, 30-40 g Wasser, 5 ml Kirschnaps, 1-2 TL Zitronensaft, 250 ml Sahne, 100 g Amaranth-Honig Poppies, 1 TL Vanillezucker Bourbon

**Zubereitung:** Alle Zutaten ohne die Sahne zu einem feinen Püree in der Küchenmaschine vermengen. Wer kein Kirschwasser dazugibt, fügt, falls die Konsistenz zu fest ist, etwas mehr Wasser dazu. Die Schlagsahne aufschlagen und unter das Püree heben. Es ist auch möglich das Maronenpüree ohne die Sahne durch eine Kartoffelpresse zu drücken. Dann entstehen wie beim Spaghetti-Eis lange Fäden. Diese auf einem Teller anrichten und mit der Sahne dekorieren.

Viele weitere  
Rezepte auch  
auf unserem  
Foodblog -  
by Kim Liza



Foto: Kim Liza

hannoverspeist

## Rezept der Woche:

### Piroggi

mit Mandelfrischkäse, Topinambur  
und Steinchampignons



**Zutaten für 2 Personen:** für den herkömmlichen Teig: 280 g Weizenmehl (Type 405), 1 Ei, 100 ml lauwarmes Wasser, 1 TL Öl; für den glutenfreien Teig: 230 g Reismehl, 20 g Tapiokamehl, 100 g Kartoffelmehl, 2 EL Olivenöl, 170 ml lauwarmes Wasser, 1 TL Flohsamenschalen, Salz; für die Füllung: 200 g Topinambur, 100 g Steinchampignons, 1/2 Zwiebel, Pfeffer, Salz; für den Mandelfrischkäse: 200 g Mandeln, 100 ml Wasser, 1/2 Zitrone, 40 g Kokosfett, 2 TL Salz, 1 TL Hefeflocken, 1/2 TL Knoblauchgranulat, 2 Lauchzwiebeln

**Zubereitung:** Die Mandeln mindestens 6 Stunden, besser aber über Nacht in Wasser einweichen. Am nächsten Tag die Mandeln häuten (blanchieren), Kokosfett schmelzen und alle Zutaten für den Frischkäse in einen starken Mixer geben um diese fein zu pürieren. Abschmecken und in den Kühlschrank stellen. Für den Teig alle Zutaten verkneten und in den Kühlschrank legen. Pilze, Zwiebel und geschälte Topinambur fein hacken und in Öl mit Pfeffer und Salz andünsten. Den Teig auf etwas Mehl oder Stärke dünn ausrollen und Kreise ausstechen. Etwa 150 g vom Mandelfrischkäse mit dem leicht abgekühlten Gemüse vermengen. Von der Masse je einen Teelöffel auf einen Teilkreis geben, diesen zusammenklappen und die Ränder mit einer Gabel gut zusammendrücken. Die Piroggi in kochendem Salzwasser kochen und herausnehmen wenn sie oben schwimmen. Die fertigen Piroggi in einer Pfanne mit Öl knusprig anbraten und anschließend mit Mandelfrischkäse, frischem Pfeffer, Olivenöl und einigen Lauchzwiebelröllchen servieren.