

18 Jahre

Biokiste
Hof Kotthausen

BIOKISTE

HOF KOTTHAUSEN

Rüben-Cremesuppe mit Ziegenfrischkäse

Rüben schälen und klein scheiden.

Zwiebel würfeln und mit Butterschmalz anbraten. Die Rübchen zugeben, kurz mitschwitzen. Die Hälfte des Wassers zugießen. Die Rübchen weich garen. Den Ziegenfrischkäse zugeben, erhitzen. Das Ganze pürieren und würzen, Sahne zugeben.

(Rezept für 2 Personen)

500 g Rübchen
1 m.-gr. Zwiebel
1 EL Butterschmalz
250 ml Wasser
150 g Ziegenfrischkäse mit Kräutern
Zitronenpfeffer
Pfeffer, Kräutersalz
1 EL Sahne

Kartoffel-Gurkensalat

Die frisch gekochten, noch handwarmen Pellkartoffeln schälen und in eine große Schüssel in Scheiben schneiden.

Die Gemüsebrühe erhitzen und den Essig in die heiße Gemüsebrühe geben.

Auf die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln, zuerst Salz, dann die fein geschnittene Zwiebel und nach Belieben gemahlene Pfeffer oder Salatkräuter streuen. Alles mit der heißen Brühe-Essig-Mischung übergießen und zuletzt das Öl darüber geben. Mit 2 Esslöffeln alles vorsichtig untereinander mischen. Den Salat in der Wärme eine Zeit lang (mind. 1 Std.) stehen lassen.

Die Gurke mit der Schale unter heißem Wasser abwaschen und mit einem Gemüsehobel in feinen Scheibchen geschnitten zum Kartoffelsalat geben und nochmals vorsichtig vermengen.

Wenn man Senf dazugeben möchte, muss dieser ebenfalls bereits in der Brühe-Essig-Mischung aufgelöst werden.

(Rezept für 4 Personen)

1 kg Kartoffeln vfk
1 Zwiebel
125 ml heiße Gemüsebrühe
2 EL Essig
3 EL Rapskernöl
Salz, Pfeffer
evtl. Senf, Salatkräuter
½ Salatgurke

Brokkoli-Reis-Auflauf

In einem Topf Wasser mit einer Prise Salz und einem Stück Butter zum Kochen bringen. Jetzt die Röschen des Brokkolis vom Strunk schneiden und waschen. Den Brokkoli bei mittlerer Hitze ca. 40 min. kochen.

Den Reis wie gewohnt im Salzwasser kochen. Sobald der Brokkoli fertig gekocht ist, den Brokkoli abschöpfen, das Wasser nicht abgießen, es wird noch für die Soße benötigt.

Dafür ca. 50 g Butter in einem Topf zerlassen und mit etwas Mehl zu einer dickflüssigen Masse verrühren – eine helle Mehlschwitze zubereiten. Anschließend die Hälfte des Kochwassers unter kräftigem Rühren dazugießen und je nach Geschmack mit Pfeffer, Salz, Muskat und ca. 1 TL Gemüsebrühe würzen. Zum Schluss die Sahne hinzufügen und kurz aufkochen lassen.

Jetzt eine Auflaufform mit Butter einfetten. Anschließend den Reis in die Auflaufform füllen und glatt streichen. Den Brokkoli auf dem Reis verteilen, die Soße drübergießen und mit dem Käse und Sonnenblumenkernen bestreuen. Bei 200°C Umluft ca. 15 - 20 Minuten überbacken.

(Rezept für 4 Personen)

250 g Reis
Salzwasser
1 Bund Brokkoli
100 g Butter
50 ml Sahne
einige Sonnenblumenkerne
Salz und Pfeffer
1 Prise Muskat
1 TL Gemüsebrühe, instant
etwas Mehl
n. B. Wasser
Fett für die Form
n. B. Käse, gerieben

18 Jahre

Biokiste
Hof Kotthausen

BIOKISTE

HOF KOTTHAUSEN

Gefüllte Kohlrabi mit Mangold

Die Kohlrabi schälen, in kochendem Salzwasser etwa 15 Minuten garen, dann eiskalt abschrecken und einen Deckel abschneiden. Die Kohlrabi vorsichtig mit einem Löffel oder mit einem Kugelausstecher aushöhlen. Das Innere fein würfeln.

Inzwischen den Mangold waschen, trocken schütteln, die Blätter abtrennen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Die Mangoldstiele putzen und in feine Würfel schneiden. Die Kartoffel schälen und ebenfalls fein würfeln.

Die Kartoffelwürfel im Kohlrabi-Kochwasser in ca. 15 Minuten weich kochen. Die Mangoldblätter im selben Wasser etwa 2 Minuten ziehen lassen, abgießen, dabei die Brühe auffangen, kalt abschrecken und gut ausdrücken.

Knoblauch und Zwiebel abziehen und fein würfeln. Das Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin in 3 Minuten glasig anschwitzen, die Mangoldstiele dazugeben, kurz durchrühren, die Gemüsebrühe dazugießen und bei kräftiger Hitze rasch einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Sahne dazugeben und in weiteren 5 Minuten bei mittlerer Hitze sämig einkochen lassen. Mangoldblätter, Kartoffeln und Kohlrabiffleisch dazugeben und mit der Hälfte des Käses verrühren.

Die Kohlrabi innen leicht salzen und pfeffern und mit der Masse füllen. Eine ofenfeste Form mit Butter ausstreichen, die Kohlrabi hineinsetzen, die Deckel auflegen und den restlichen Käse darüber streuen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Ober- und Unterhitze – mittlere Schiene) ca. 25 Minuten offen garen. Zum Schluss unter dem Grill oder starker Oberhitze weitere 5 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und auf vorgewärmten Tellern anrichten.

(Rezept für 4 Personen)

4	Kohlrabi
	Salz
250 g	Mangold
1	Kartoffel vfk
1 Zehe	Knoblauch
½	Zwiebel
2 EL	Olivenöl
50 ml	Gemüsebrühe
	Pfeffer, schwarz
	Muskat
100 g	Sahne
100 g	Käse, gerieben
10 g	Butter

Mangold- Aufstrich

Den Mangold kleinschneiden (auch Stiele).

Sonnenblumenkerne, Pinienkerne, grob gewürfelte Zwiebel, Mangold, Senf und Knoblauch im Mixtopf geben, alles zerkleinern.

Dann alles mit dem in einen Topf geben und 5-10 min dünsten.

Den Aufstrich in einem ca. 200 ml großem Einwegglas heiß einfüllen, etwas abkühlen lassen und dann in den Kühlschrank stellen.

Brotaufstrich

100 g	Mangold
20 g	Sonnenblumenkerne
20 g	Pinienkerne
1 kl.	Zwiebel, halbiert
1	Knoblauchzehe
1 TL	Senf
1 EL	Sonnenblumenöl
	Salz

Apfeldessert mit Mascarponecreme

Äpfel schälen und in dünne Spalten schneiden.

Apfelsaft oder Wein mit Zucker, Vanillezucker und Zitronenschale aufkochen lassen, die Apfelspalten hineingeben und bei mittlerer Hitze gar ziehen lassen. In eine Schüssel füllen.

Mascarpone mit Quark, Puderzucker und Milch verrühren.

Die Creme auf die Apfelspalten verteilen und mit Amarettini verzieren.

(Dessert für 6 Personen)

750 g	Äpfel
50 ml	Apfelsaft o. Weißwein
1 Pck.	Vanillezucker
30 g	Zucker
½	ger. Zitronenschale
250 g	Mascarpone
250 g	Quark
3 EL	Puderzucker
125 ml	Milch, (bis 250 ml)
	Kekse z. Verzieren

Guten Appetit
wünscht Ihnen
das Team von der Biokiste