

17 Jahre

Biokiste
Hof Kotthausen

BIOKISTE

HOF KOTTHAUSEN

Käse-Lauch-Suppe mit Kräuterpesto

Von den Lauchstangen die größten Blätter und Enden entfernen, der Länge nach teilen, sorgfältig waschen und quer in feine Streifen schneiden. Dabei die dunkelgrünen von den hellgrünen und weißen Teilen trennen. Zwiebel fein würfeln, Knoblauchzehe pressen.

2 EL Butter oder Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch kurz anschwitzen, den dunkelgrünen Lauch dazugeben, ca. 2 - 3 Minuten weiterdünsten lassen, die hellgrünen und weißen Lauchstreifen hinzufügen und alles für 5 Minuten etwas zusammenfallen lassen.

Mit der Brühe aufgießen und ca. 7 - 8 Minuten köcheln lassen. Schmelzkäse einrühren, nicht mehr kochen.

Für das Kräuterpesto, Kräuter und Knoblauch zerkleinern und mit den restlichen Zutaten verrühren. Die Suppe auf die Teller verteilen und mit dem Pesto toppen.

(Rezept für 4 Personen)

Für die Käse-Lauch-Suppe:
200g Sahne-Schmelzkäse
500 g Lauch
1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 EL Butter oder Öl
750 ml Gemüsebrühe
Salz und Pfeffer

Für das Kräuterpesto:
150 g Kräuter,
1 Knoblauchfrisch
3 EL Olivenöl
1 TL Senf, mittelscharf
1 TL Zucker
1 TL Apfelessig
Salz und Pfeffer

Endivien-Möhren-Apfel-Salat

Den Endiviensalat putzen, waschen und in feine Streifen schneiden, diese nochmals lauwarm waschen. Die Salatstreifen trocken schleudern und auf vier Teller verteilen.

Für das Dressing Apfel- und Zitronensaft mit je 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer verrühren. 5 EL Öl unterrühren.

Die Möhren schälen und grob raspeln oder in streichholzfeine Streifen schneiden. Den Apfel waschen, vierteln und entkernen. Die Viertel raspeln oder in Streifen schneiden. Möhren und Apfel mit gut der Hälfte des Dressings mischen. Restliches Dressing über den Endiviensalat träufeln, Möhren und Apfel darauf häufeln.

Die Kerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften. Mit restlichem Öl verrühren und über den Salat streuen.

(Rezept für 4 Personen)

½ Endiviensalat
4 EL Apfelsaft
2 EL Zitronensaft
1 Prise Zucker
Salz
Pfeffer

6 EL Sonnenblumenöl
2 Möhren (ca. 250 g)
1 Apfel
2 EL Kerne, gemischt (z. B. Kürbis-, Sonnenblumen- und Pinienkerne)

Grünkernlaib mit Blumenkohl

Zwiebeln pellen, Möhren und Lauch putzen und waschen. Alles fein würfeln.

Die Grünkerngrütze in der Butter anbraten, das Gemüse dazugeben. Mit der Gemüsebrühe auffüllen und in 20 Minuten zugedeckt ausquellen lassen.

Mit Mandeln, Eiern, dem geriebenen Gouda und Bröseln mischen. Mit Salz, Thymian, Pfeffer und Muskatnuss herzhaft würzen. 10 Minuten ruhen lassen.

Den Teig zu einem Laib formen und bei 175 Grad (Gas 2) auf der zweiten Einschubleiste von unten 35 Minuten backen. Mit geriebenem Emmentaler bestreuen und weitere 5 Minuten backen. Dann 5 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen die Blumenkohlröschen mit 1/8 l Gemüsebrühe, Schlagsahne und Salz zugedeckt 15 Minuten dünsten. Die Röschen aus der Sauce nehmen und warm stellen. Die Sauce cremig einkochen lassen. Zum Schluss den gehackten Dill unterziehen und die Röschen wieder einlegen.

Den Grünkernlaib in Scheiben schneiden und mit dem Blumenkohl anrichten.

(Rezept für 4 Personen)

100 g Zwiebel
100 g Möhren
300 g Lauch
250 g Grünkernschrot grob
50 g Butter
750ml Gemüsebrühe
100 g Mandeln gemahlen
3 Eier
120 g geriebener Gouda
100 g Vollkornbrösel
Salz und Pfeffer

150 g Emmentaler
Thymian, Muskat

1 kg Blumenkohl
125 ml Gemüsebrühe
¼ Liter Sahne
1 Bund Dill

17 Jahre

Biokiste
Hof Kotthausen

BIOKISTE

HOF KOTTHAUSEN

<p style="text-align: center;">Spaghetti mit Sesam-Grünkohl</p> <p>Die Spaghetti nach Packungsanweisung kochen.</p> <p>Die Grünkohlblätter abzupfen, waschen und grob hacken. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und den Grünkohl darin kräftig anbraten. Die Knoblauchzehe dazupressen. Die Sahne mit Sojasauce kräftig abschmecken, dazugeben und etwas einköcheln lassen.</p> <p>Den Sesam in einer Pfanne ohne Öl rösten, bis er duftet. Dann in den Grünkohl geben und alles mit dem Walnuss- oder Sesamöl abschmecken.</p> <p>Die Spaghetti abtropfen und kurz mit dem Grünkohl vermengen.</p>	<p style="text-align: right;"><i>(Rezept für 4 Personen)</i></p> <p>400 g Spaghetti 400 g Grünkohl 1 Knoblauchzehe 200 ml Sahne n. B. Sojasauce n. B. Walnussöl 2 EL Sesam Öl zum Braten</p>
<p style="text-align: center;">Blumenkohl polnische Art</p> <p>Den Blumenkohl putzen, in Röschen teilen und kurz bissfest blanchieren. Die Eier hart kochen und zerkleinern.</p> <p>Inzwischen die Semmelbrösel in zerlassener Butter anschwitzen. Die gehackte Petersilie und die zerkleinerten, hart gekochten Eier dazu geben. Nach Bedarf abschmecken und die Masse über den Blumenkohl geben. Sofort heiß anrichten.</p>	<p style="text-align: right;"><i>(Rezept für 6 Personen)</i></p> <p>1,7 kg Blumenkohl 180 g Butter 30 g Petersilie, gehackte 60 g Semmelbrösel 3 Eier Salz Pfeffer Muskat</p>
<p style="text-align: center;">Dattel - Lauch - Creme</p> <p>Datteln und Lauch sehr fein schneiden. Datteln mit dem Schmand vermischen, bis die Datteln nicht mehr zusammenkleben, dann den Lauch dazugeben und mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.</p> <p>Möglichst 2 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.</p>	<p style="text-align: right;"><i>(Brotaufstrich)</i></p> <p>200ml Schmand 250g Lauch 6 Datteln Salz Pfeffer</p>
<p style="text-align: center;">Birnendessert mit Mascarpone und Zimt</p> <p>Die Birnen schälen, vierteln und entkernen. Jedes Stück mit einer Nelke spicken, mit wenig Muskat und Vanille würzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln, damit die Birnen nicht braun werden.</p> <p>Die Birnenviertel in eine Auflaufform legen und einige Butterstückchen darin verteilen. Nun die Auflaufform bei 220°C ca. 15 Min. in den Ofen stellen. Herd dann zurückstellen und noch kurz drin lassen.</p> <p>Mascarpone, Schlagsahne, Naturjoghurt, Vanillezucker, Zitronensaft und Zimt zu einer glatten Masse rühren und in Dessertgläser füllen. Die Birnenstücke darauf verteilen. Nelken als Deko stecken lassen, aber nicht mitessen.</p>	<p style="text-align: right;"><i>(Nachtisch für 4 Personen)</i></p> <p>2 reife Birnen 8 Gewürznelken Muskat Vanillepulver Zitronensaft 250 g Mascarpone 250 ml Schlagsahne 250 ml Naturjoghurt 1 Pck. Vanillezucker Zitronensaft Zimt n. B. Zucker etwas Butter</p>

Guten Appetit

wünscht Ihnen

das Team von der Biokiste