

Bunte Rezeptauswahl



KW 25 - 2022

Paulas Zucchini-Röllchen

Zutaten:

2 rote Zwiebeln, 6 Tomaten, 2 EL hoch erhitzbares Bratöl Olive, einige Zweige Oregano, 1 EL weißen Balsamico-Essig, 80 g Hartkäse (z. B. Emmentaler), 2 Zitronen, einige Zweige Thymian, 500 g Ricotta, 2 Zucchini, einige Blätter Basilikum
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Backofen auf 200°C vorheizen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Tomaten waschen, halbieren, den Stielansatz entfernen und Tomate in ½ cm große Würfel schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin etwa eine Minute braten. Tomatenwürfel hinzufügen und ca. 5 Minuten weichkochen. Oregano abbrausen, trockenschütteln und klein schneiden. Die Tomatensoße mit Balsamico-Essig, Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Hartkäse fein reiben. Zitronen heiß abwaschen, abtrocknen und von einer Zitrone die Schale abreiben. Anschließend diese Frucht halbieren und den Saft auspressen. Die andere Zitrone in Spalten schneiden. Thymian abbrausen, trockenschütteln, Blättchen von den Zweigen streifen und klein hacken. Ricotta in einer Schüssel mit der Hälfte des geriebenen Käses glatrühren und mit Zitronenabrieb, Thymian, Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Zucchini waschen, Stielansatz abschneiden und mit Hilfe eines Hobels der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Die Zucchinischeiben mit Olivenöl bestreichen und im Ofen bei 200°C auf Backpapier für ca. 3-4 Minuten garen (sie sollten nicht zu weich werden; mit Messerspitze testen). Anschließend immer zwei Scheiben überlappend mit jeweils 1 EL Ricotta-Zitronen-Creme füllen und von unten her aufrollen. Gekochte Tomatensoße in einer Auflaufform verteilen. Zucchiniröllchen darauflegen, mit dem restlichen Hartkäse bestreuen und auf der oberen Einschubschiene für ca. 7 Minuten gratinieren. Aus dem Ofen nehmen, mit Zitronenspalten und etwas frischem Basilikum garnieren.

Copyright: Ökokiste



Russische Eier mit Kresse

Lecker zum Abendessen oder zum Brunch.

Zutaten:

4 Eier, 2 EL Crème fraîche, Currypulver, Honig, ½ TL Senf, 1 Schale Kresse, 2-3 Cornichons

Zubereitung:

Die Eier hart kochen, schälen und halbieren. Die Dotter mit einem Kochlöffel durch ein feines Sieb streichen, mit Crème fraîche, Curry, etwas Honig und Senf zu einer Creme verrühren. Die Cornichons klein hacken und unterheben. Die Eihälften auf einem Teller anrichten. Dazu je ein Sträußchen Kresse in die Eihälften legen, so dass dieses seitlich herauschaut. Mit zwei Teelöffeln oder mit einem Spritzbeutel die Dottercreme in die Eihälften füllen.

Quelle: Weiling Naturkost (Nach: Originalrezept aus der Greenbag-Küche)



Birnen-Feta-Salat

Zutaten:

Salat der Saison, Fetakäse, Birnen, Olivenöl, Balsamico- Essig, Meersalz, Pfeffer, Pinienkerne

Zubereitung:

Fetawürfel mit gemischten Salatblättern und Birnenspalten anrichten. Als Dressing aus Olivenöl und Balsamico-Essig eine Vinaigrette machen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit einigen Pinienkernen garnieren.

Quelle: Weiling Naturkost

