



GUT PAULINENWÄLDCHEN
BIOLAND-HOF

Bioland-Hof Gut Paulinenwäldchen

Zum Blauen Stein 38a
52070 Aachen

Montag bis Freitag: 8.30 bis 13.00 Uhr oder
Anrufbeantworter

Telefon: +49 241 955 1453

Telefax: +49 241 955 1452

E-Mail: info@bioland-gauchel.de

Internet: www.bioland-gauchel.de

06. Kalenderwoche 2009

REZEPTE

Mangold-Lasagne

Zutaten:

für 4 Personen

750 g Mangold

3 Schalotten
etwas Olivenöl
3 Knoblauchzehen, fein gehackt
2 Dosen Tomaten
2 EL Tomatenmark
Kräuter der Provence
Salz und Pfeffer

100 g Butter
80-100 g Mehl
200 ml Sahne
Muskat
ca. 10 Lasagneplatten

Parmesankäse



Zubereitung:

ca. 30 Min. + 20-25 Min. Backzeit

Mangold putzen, Stiele abschneiden, und alles klein schneiden. Zuerst die Stiele blanchieren, danach die Blätter. Mit sehr kaltem Wasser abschrecken.

Schalotten in Olivenöl anschwitzen, Knoblauch und Tomaten zugeben. Nach Bedarf Tomatenmark zufügen. Mit Kräutern (z.B. Oregano, Estragon, Thymian), Salz und Pfeffer würzen.

Bechamel-Sauce aus Butter, Mehl, Sahne und Muskat herstellen.

In eine gebutterte Form erst Tomatensauce dann Lasagneblätter, Mangold mit Bechamel, Lasagneblätter, Tomatensauce, Lasagneblätter einschichten.

Mit reichlich Parmesan bestreuen.

Bei 150-175 °C ca. 20-25 Min. überbacken.

Gemüse-Käsesuppe mit Hackfleisch

Zutaten:

für 6 Personen

500 g Hackfleisch, gemischt
2 Zwiebeln, fein gehackt
500 g Schmelzkohlrabi
500 g Brokkoli
1 l Gemüsebrühe
2 Becher Sahne
1 Paket Schmelzkäse (Kräuter)
2 TL Mehl zum Binden

Salz und Pfeffer



Zubereitung:

ca. 20-30 Min.

Hackfleisch und Zwiebeln anbraten.

Den in Würfel geschnittenen Kohlrabi und den Brokkoli zufügen.

Die Gemüsebrühe und 1 ½ Becher Sahne dazu gießen und alles ca. 10 Min. köcheln lassen.

Den Käse in der heißen Suppe schmelzen lassen. Das Mehl in der restlichen Sahne anrühren und damit die Suppe binden.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.