

45. Kalenderwoche 2014

REZEPTE zur Gourmetkiste

Rote Bete Salat mit Walnüssen

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 30 Min.

500 g Rote Bete
1 Zwiebel, rot
15 Walnüsse
1 Apfel

Rote Bete schälen und in grobe Streifen reiben.
Zwiebel schälen und in halbe Ringe schneiden.
Walnüsse knacken und grob hacken.
Apfel waschen und klein würfeln.
Alle Zutaten miteinander vermischen.

Vinaigrette:

1 TL Meerrettich, frisch
2 EL Balsamico
2 EL Olivenöl
1 TL Honig
Salz und Pfeffer

Meerrettich schälen und raspeln.
Aus Balsamico,
Olivenöl und
Honig eine Vinaigrette rühren. Geriebenen Meerrettich zufügen
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Weisskohlgemüse mit Paprika, ungarisch

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

Zubereitungszeit ca. 45 Min.

800 g Weißkohl

2 rote Paprikaschoten
getrocknete Peperoni
1 Knoblauchzehe
4 EL Butterschmalz
1½ TL Paprikapulver,
scharf und edelsüß
Salz,
Pfeffer, frisch gemahlen
250 ml Apfelsaft
¼ TL Thymian
Gemüsebrühe
125 ml süße Sahne

Den Kohl vierteln oder achteln, den Strunk entfernen und in dünne Streifen hobeln.
Paprikaschoten putzen und ohne Kernhaus fein würfeln.
Peperoni fein zerkleinern, die Kerne entfernen.
Knoblauch schälen, klein hacken und mit etwas Salz zerdrücken.
Paprika und Peperoni im heißen Butterschmalz anbraten.
Mit Paprikapulver,

Salz und
Pfeffer würzen. Die Kohlstreifen unterrühren.
Etwas Apfelsaft, den Knoblauch und
Thymian zufügen. Alles ca. 30 Min. schmoren lassen, dabei immer wieder etwas Apfelsaft und Gemüsebrühe angießen und umrühren, wenn das Kraut zu sämig wird. Zum Schluss mit süßer Sahne abschmecken.

Dazu passen Bandnudeln oder Gnocchi.