

47. Kalenderwoche 2014

REZEPTE zur Gourmetkiste

Kaki, gebacken, mit Schwarzwurzeln und Champignons

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 30 Min. + 15 Min. Backzeit

800 g Schwarzwurzeln

Schwarzwurzeln gut waschen (Handschuhe anziehen!), schälen, in Stücke schneiden und direkt in Essigwasser legen. Wenn alle Schwarzwurzeln vorbereitet sind, diese in Salzwasser ca. 10 Minuten kochen. Abgießen und abtropfen lassen. Den Ofen auf 180°C Unter- und Oberhitze vorheizen.

150 g Champignons
3 Kakis

Champignons putzen und je nach Größe ganz lassen oder in Stücke schneiden. Die Kakis waschen, nach Belieben schälen und in Stücke schneiden. Zusammen mit den Pilzen und den Schwarzwurzeln in einer Auflaufform verteilen. Zitronensaft mit

2 EL Zitronensaft
1 TL Honig
150 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer
Minze

Honig und Brühe verrühren und darüber gießen. Mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen ca. 15 Minuten bei 175 °C garen. Mit Minze garniert servieren.

Grünkohl-Quiche

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

Zubereitungszeit ca. 50 Min. + 30 Min. Backzeit

250 g Mehl
125 g weiche Butter
2 EL Wasser
1 Prise Salz

Aus Mehl, Butter, Wasser und Salz einen Mürbeteig bereiten und diesen dann in eine gefettete Springform (24 cm) einlegen. Den Teig im vorgeheizten Backofen bei 200°C 10 Minuten backen.

600 g Grünkohl

Grünkohl von den Rippen streifen, waschen, mit kochendem Wasser übergießen und kurz blanchieren. Kohl abtropfen und etwas abkühlen lassen und fein hacken.

2 rote Zwiebeln
1 EL Butterschmalz
250 ml Brühe
Salz, Pfeffer
150 g Cheddar
120 g Walnüsse

Die Zwiebel hacken und im erhitzten Schmalz dünsten. Grünkohl und 250 ml Brühe zufügen und ca. 30 Min. schmoren lassen. Etwas abkühlen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Eier
200 ml süße Sahne
100 ml Milch

Den geriebenen Cheddar und die gehackten Walnüsse unter den Kohl heben und alles auf den vorgebackenen Quicheteig geben.

Für den Guss Eier, Sahne und Milch verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und über die Quiche gießen. Die Quiche in den Ofen schieben und in etwa 30 Minuten goldgelb backen.