

## 37. Kalenderwoche 2015

# REZEPTE

## Chinesische Pfanne

### Zutaten:

Für 4 Personen



### Zubereitung:

Zubereitungszeit: ca. 30-40 Min.

500 g Zucchini  
200 g Paprika  
2 Zwiebeln  
100 g Staudensellerie  
150 g Pak Choy  
2 EL Öl

Zucchini waschen und in dünne Scheiben schneiden.  
Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen und in Streifen schneiden.  
Zwiebeln schälen, halbieren und in Scheiben schneiden.  
Sellerie waschen und in feine Scheiben schneiden.  
Pak Choy putzen, waschen, trockenschütteln und in Streifen schneiden.  
Einen Wok oder Topf heiß werden lassen, Öl hineingeben und unter Schwenken verteilen. Zwiebeln zugeben und bei mittlerer Hitze 1-2 Minuten unter Rühren anbraten. Zucchini, Sellerie und Paprika zugeben und 2-3 Minuten unter ständigem Rühren braten. Pak Choy, Chilipulver, Honig, Gemüsebrühe, Sojasauce und Essig zugeben und in 1-2 Minuten unter ständigem Rühren fertigkochen. Vor dem Servieren mit Erdnüssen bestreuen.

etwas Chilipulver  
1 EL Honig  
100 ml Brühe  
3 EL Sojasauce  
1 EL Essig  
50 g ungesalzene geröstete Erdnusskerne

## Spitzkohleintopf, legiert

### Zutaten:

Für 4 Portionen



### Zubereitung:

Zubereitungszeit: ca. 40 Min.

600 Spitzkohl  
300 g Zucchini  
1,5 Brühe oder Fond  
1 TL frischer Thymian  
5 Pimentkörner  
  
2 Eigelb  
3 EL Sahne  
1 Tomate  
200 g Tortellini mit Käse  
Salz, grober Pfeffer

Spitzkohl abspülen, Strunk entfernen und Blätter in Streifen schneiden.  
Zucchini in Scheiben schneiden.  
Brühe mit Thymian und Piment aufkochen. Gemüse zugeben und bei kleiner Hitze 12 Minuten kochen.  
Eigelb verquirlen und mit Sahne verrühren.  
Tomate sehr fein würfeln.  
Tortellini zum Gemüse geben und bei kleiner Hitze gar kochen. Eine Schöpfkelle Brühe mit der Sahne-Eigelb-Mischung verrühren und dann alles langsam in die Suppe rühren. Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken, anrichten und mit Tomatenwürfeln bestreuen.