

2. Kalenderwoche 2017

REZEPTE

Weißkohl-Kartoffel-Eintopf mit Rote Bete

Zutaten:

Für 4 Personen

3 Zwiebeln
600 g Kartoffeln
1 Sellerieknolle
400 g Rote Bete
500 g Weißkohl
4 EL Öl
1 1/2 l Gemüsebrühe
150 ml Apfelessig
Salz/Pfeffer
Kümmel
1-2 EL Honig

2 EL Sonnenblumenkerne
2 Bund Petersilie
250 g Schmand

Zubereitung:

Ca. 90 Min.

Zwiebeln schälen und fein würfeln.
Kartoffeln,
Sellerie und
Rote Bete putzen, waschen und grob würfeln.
Kohl vierteln und in schmale Streifen schneiden.
Öl in einem großen Topf erhitzen und das Gemüse darin leicht andünsten.
Mit Brühe und
Essig auffüllen.
Mit Salz, Pfeffer,
Kümmel und
Honig würzen. Bei mittlerer Hitze im geschlossenen Topf ca. 45 Minuten garen.
Sonnenblumenkerne in einer trockenen Pfanne goldgelb rösten.

Petersilie waschen (etwas zum Garnieren beiseitelegen) und fein hacken.
Den Eintopf nochmals abschmecken. Schmand verrühren. Suppe in Teller füllen. In die Mitte einen Esslöffel Schmand geben. Mit gerösteten Sonnenblumenkernen und Petersilie überstreuen.

Chicoree-Lachs-Gratin

Zutaten:

für 4 Personen

Chicoree (ca. 750 g)
Salz

150 g Emmentaler
1 Knoblauchzehe
3 Stiele Dill
250 g Crème fraîche
5 EL Milch
Salz/Pfeffer
150 g geräucherter Lachs in Scheiben
Fett

Zubereitung:

ca. 60 Min.

Chicoree waschen, putzen und den Strunk kegelförmig herausschneiden. Zugedeckt in kochendem Salzwasser ca. 8 Minuten dünsten. Herausheben und abtropfen lassen.
Käse reiben.
Knoblauch schälen und hacken.
Dill waschen, trocken schütteln und fein schneiden.
Crème fraîche und
Milch in einem Topf erwärmen. Knoblauch, Dill und 2/3 des Käses einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Jede Chicoreestaude mit Lachs umwickeln und in eine gefettete Auflaufform legen.
Käsecrème darüber gießen und mit dem übrigen Käse bestreuen. Im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 175 °C/Umluft: 150 °C) ca. 30 Minuten goldbraun überbacken. Dazu schmecken Salzkartoffeln oder Baguette.